

SUPER

12/2016

*Kymmenet
kansanedustajat*

TARTTUIVAT SUPERIN
VANHUSTENHOITO-
HAASTEESEEN

Lastenhoitaja
LIUKUMÄESSÄ

WhatsApp-viestit
TYÖN TUkena NOKIALLA

*Jouluruoka-
vinkkejä*

VEGAANEILLE JA
MUILLE
HERKKUSUILLE



**Mitoitus
jää ennalleen**
– Huolena nyt
kouluttamattomien
käyttö

ANRI KAMPPINEN
VALMISTAA JUHLAA



42

Kolme tarinaa joulusta.



24

Mikä on asiakkuuden käsite hoivatyössä?



38

SuPer-sukkaa pukkaa -kampanja huipentuu joulukuussa.



16

Päiväkoti Jumpissa lapset saavat kielisuihkuja englanniksi.

joulukuu

- 3** Pääkirjoitus **4** Ajankohtaista **5** Puheenjohtajalta **6** Kansanedustajat haastettiin hoitotyöhön **7** Hoitajamitoitus jää ennalleen **8** Sote ajaa kunnat vaikeuksiin **10** Valinnanvapauslakia valmistellaan **12** Joulukuun lyhyet **13** Näin vastattiin, Lehtikatsaus **14** Lähi- ja perusruokaa: tofua ja suklaata **16** Anu Peltokankaan työpäivä **21** Lääkehoidon osaaminen on osoitettava **22** Näin vaikutat somessa **24** Asiakas vai potilas? **28** Lapselle keho on leikki **30** Unelmatyö lastenkodissa **32** Potilaan ja hoitajan vuorovaikutus **34** Sirkka-Liisa Kivelän kolumni **35** Mielipiteitä yötyöstä **37** Opintopäivät uudistuvat **KANNESSA** **38** Sukkakampanja huipentuu **42** Kolme joulutarinaa **48** Hyvä hoitaja hassuttelee **49** Palasia sieltä täältä **50** Meidän juttu: WhatsApp **52** Työmarkkinapäivät **54** Edunvalvontayksikkö tiedottaa **56** Superristikko **57** Paras juttu **58** Ruokabloggarin jouluherkut **62** Hyvän mielen lähettiläs **64** Jäsenyksikön palvelukortti **65** Hanna Jokisen pakina **66** Työttömyyskassa tiedottaa **79** Superkulttuuria **80** Kuulumisia **82** Luonnossa **83** P.S. Porista

SUPER

63. vuosikerta
Tilaushinta 56 €/vuosi
Aikakauslehtien Liiton jäsen

JULKAISIJA

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

PÄÄTOIMITTAJA

Leena Lindroos 09 2727 9174

TAITTAVA TOIMITTAJA

Jukka Järvelä 09 2727 9178

TOIMITTAJAT

Elina Kujala, ma. 09 2727 9219
Minna Lyhty 09 2727 9176
Marjo Sajantola 09 2727 9173
Minna Seppä, ma. 09 2727 9193
Henriikka Hakkala perhevapaalla
Sonja Kähkönen perhevapaalla

VIERAILEVAT KIRJOITTAJAT

Antti Vanas

KANNEN KUVA

Anri Kamppisen kuvasi
Marjo Koivumäki

ULKOASU

Eyekraft Oy ja Jukka Järvelä

PAINOS

92 600

ILMOITUKSET

Katriina Alfa 09 2727 9298

OSOITTEENMUUTOKSET

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

KIRJAPAINO

 punamusta
ISSN 0784-6975



KESKEN ON – JOTEN JATKETAAN

Sote-uudistuksen käsittely on hallinnut lehtemme uutissivuja läpi kuluneen vuoden. Aihe saattaa jo tuntua kuluneelta, mutta oikeastaan emme ole vielä päässeet alkua pidemmälle – kuten ei ole päästy muuallakaan mediassa. Parhaillaan rakennetaan alue- ja maakuntamalleja palvelujen tuottamisesta. Niiden pohjaksi odotetaan valinnanvapausmallia koskevaa hallituksen lakiesitystä. Täydellä syyllä mekin jatkamme sote-uudistuksen valottamista edelleen niin tässä numerossa kuin tulevissakin lehdissä. Tällä kertaa uuti-
semme painottuvat arvioihin sekä kuntien tulevasta asemasta että valinnanvapauskaavailujen rahoituksesta ja vaikuttavuudesta.

Vaikka hallituksen marraskuussa tekemän päätöksen mukaan hoitajamitoituksen alaraja ei vanhustenhuollossa laske, ammattiinsa koulutetun hoitohenkilökunnan määrä kuitenkin vähenee. Tämä aiheutuu siitä, että mitoitukseen tullaan jatkossa laskemaan hoitoon osallistuva henkilökunta nykyistä *joustavammin* perustein. Vanha kansa tapasi todeta vastaavissa tilanteissa, että kun nokka nousee, niin pyrstö tarttuu – eli vaarana on, että päätöksestä huolimatta hoivan laatu laskee. Tämä ei ole se lopputulos, jota SuPer lähti tavoittelemaan mitoituksen laskua vastustaneella kampanjallaan, joten työmme vanhusten hyvän hoidon puolesta jatkuu.

Tulossa on joulukampanja. Superilaiset ovat ennakoineet sitä olemalla käsittämättömän ahkeria ja ottaessaan osaa SuPer-sukkaa pukkaa -kampanjaan. Jo marraskuussa sukkaa oli koossa satoja ja satoja pareja ja lisää oli tulossa kovaa vauhtia. Myös lahjoituskohteitten lista oli kiitettävän laaja. Jos joskus lapsena joululahjapakettista kuoriutuneet kudotut sukat eivät olleetkaan ehkä se joulun ykköslahja, sitä ne ovat nyt. Joku on ne itse tehnyt silmukka silmukalta kantapäineen kaikkineen, ja ne paitsi lämmittävät, kenties liikuttavatkin.

Hyvän joulun toivotus kaikille. ■



leena.lindroos@superliitto.fi



Kalenteri

JOULUKUU

2.–6.12.	Naisten Joulumessut, Helsinki
3.–29.12.	Joulunäyttely, Espoo
4.–11.12.	We Jazz 2016, Helsinki
6.12.	Itsenäisyyspäivä
7.12.	Lasten ensiapu ja hätätilanteet, Porvoo
7.12.	Oopperan teetanssit, Helsinki
10.12.	Ihmisoikeuksien päivä
11.12.	Seurasaaren Joulupolku, Helsinki
14.–15.12.	Miesseminaari, Helsinki, SuPer

TAMMIKUU

5.–9.1.	Lux Helsinki 2017
17.1.	Urheilugaala 2017, Helsinki
19.–22.1.	Matka 2017, Helsinki
23.–29.1.	DocPoint-dokumenttielokuva-festivaali 2017, Helsinki
27.1.	Kansallinen lähihoitajapäivä
28.1.	Ipanahipat 2017, Turku

ING IMAGE

Edustajiston päätökset löytyvät jäsensivuilta



SuPerin edustajisto kokoontui marraskuun 24.–25. päivinä Helsingissä. Kaksipäiväisen kokouksen esityslistalla olivat vuoden 2017 toimintasuunnitelma ja talousarvio.

Kokous vahvisti myös ensi vuoden liittomaksut, palkkiot ja kustannusten korvaukset sekä liiton henkilöstösuunnitelman. Edustajistoaloitteita käsiteltiin yksi.

Ajankohtaisten neuvotteluasioiden ohella edustajisto sai kuulla ajankoh-taistatsauksen liiton kansainvälisestä toiminnasta ja Super työttömyyskassan tilanteesta. Esillä olivat myös edustajis-ton jäsenten velvoitteet ja vastuut, lii-ton toiminnan esittely sekä tietoturva- ja vakuutusasiat.

Edustajiston kokouksen päätökset löytyvät jäsensivuilta jäsentunnuksella kirjautumalla. ■



JÄSENSIVUT AVAUTUVAT TÄSTÄ

SuPerin joulun aukioloajat

Liiton toimisto on joulun aikaan sul-jettu 23.12.2016–1.1.2017. Toimistol-la ei ole päivystystä perjantaina 23.12.

Välipäivinä 27.–30.12. toimisto päi-vystää kello 9–13.

Päivystysnumerot ovat:

- Edunvalvontayksikön kuntasektori 09 2727 9160
- Edunvalvontayksikön yksityissektori

09 2727 9171

- Kehittämisyksikkö 09 2727 9170
- Jäsenyksikkö 09 2727 9140

Super työttömyyskassa on suljet-tu perjantaina 23.12. ja avoinna 27.–30.12. klo 8.30–16. Puhelinpalvelua kassa antaa tiistaina 27.12. ja torstai-na 29.12. klo 9–13 numerossa 09 2727 9377. ■

NYT ON AIKA

- ▶ Ilmoittautua SuPerin Opintopäiville 14.–15.2.2017. my.surveypal.com/opintopaivat2017.
- ▶ Tiedustella paikkoja opintomatkalke Cambridgeen 7.–12.5.2017 leena.kaasinen@superliitto.fi.
- ▶ Hakea SuPerin omaa lomatukeya.
- ▶ Ilmoittautua alkuvuoden koulutuksiin.
- ▶ Suositella varsinaista jäsenyyttä valmistumassa oleville SuPer-ammattilaisille.
- ▶ Tarkistaa palovaroin.
- ▶ Muistaa läheisiä lähettämällä joulukortit matkaan.

SuPeria kuunnellaan, sillä meillä on tietoa

SuPer on ainoana sosiaali- ja terveysalan etujärjestönä jo monen vuoden ajan vaatinut, että minimihoitajamitoitus pitää määrittää. Nyt tuo mitoitus saatiin, ja iso kiitos siitä kuuluu SuPerin jäsenille sekä yhteistyökumppaneille!

Syksyllä, kun aihe alkoi olla entistä enemmän esillä, päätimme liitossa, että vanhustenviikolla 6. lokakuuta järjestämme mielenilmauksen Kansalaisatorilla. Hienosti tulikin jäseniä ympäri Suomenmaan. Myös moni kansanedustaja tuli mukaan puhumaan. Tästä heille iso kiitos, sillä heillä oli merkittävä vaikutus tähän päätökseen.

Samalla kun näytetään, että vanhukset ja vanhuus ovat arvokkaita, todetaan, että ammatti-ihmisiä tarvitaan heitä hoitamaan. Päätös luo turvaa sekä hoidettavalle että omaisille. Nyt pitää kiinnittää huomiota myös siihen, että laatu säilyy.

Minimihoitajamitoitus tarkoittaa sitä, että hoitajamitoitus ei saa mennä alle 0,5 missään tilanteessa. Hoitolaitos, palvelutalo tai vastaava voi käyttää minimimitoitusta, mutta niissä tulee sairaus- tai muiden poissaolojen sattuessa olla heti sijainen, joka tekee saman työajan kuin poissaoleva. Ei siis lyhennettyä työaikaa. Hoitajamitoitus 0,5 on ehdoton minimi – ei maksimi.

Moni asia mitoituspäätöksessä on siis hyvin, mutta siinä on valuvika: mitoitus mahdollistaa henkilöstön laskeamisen joustavasti. Joudumme varmasti muistuttamaan päättäjiä lakisääteisistä ohjeistuksista, kuten vanhuspäätöslaita. Siinä todetaan, että hoitoisuus määrittää koulutetun henkilöstön tarpeen. Emme anna periksi tästä.

Jo vuosien ajan kunnat ja kaupungit ovat joutuneet nostamaan kriteereitä, milloin asukkaat pääsevät kunnallisen hoidon piiriin, riippumatta sii-

tä, kuka ne tuottaa. Me tiedämme, miten paljon aiempaa enemmän hoitoa ja hoivaa hoidettavamme tarvitsevat kaikkialla ympärivuorokautisessa hoidossa. Eikä tule unohtaa kotihoitoa, jossa niin ikään hoitoa annetaan ympäri vuorokauden.

Sain hienon tilaisuuden olla radio-ohjelma Laajakulman puhelinhaastattelussa. Eri alojen ihmiset keskustelivat siitä, millaista on ihmisarvoinen vanhuus ja onko se rahasta kiinni. Moni, jolla oli omakohtaista kokemusta, totesi, että hoitajia vain on liian vähän ja moni ongelma aiheutuu juuri tästä. Itse sanoin muun muassa, että hidastunut vanhus ja kiireinen hoitaja on kaikkein huonoin ja kallein yhdistelmä. Tämä oli lause, johon moni tarttui. Myös tässä keskustelussa nousi esiin, että 0,5 on ehdoton minimi.

Esimiesten ja organisaation työtaidoilla on suuri merkitys, jotta työ on laadukasta ja palkitsevaa. Laatu maksaa, mutta kaikkein kalleinta on huono laatu, jota sitten korjataan kalliilla erikoissairaanhoidon maksuilla tai ambulanssirumballa.

SuPer on yli 90 000 jäsenen edunvalvoja. Jäsenistä suuri osa työskentelee vanhusten parissa. Heillä on siis tietoa, miten siellä pärjätään. Yhteiskuntana meidän on ymmärrettävä, että vanhusten määrä väestössä kasvaa suhteellisesti eniten, ja siksi heidän hoitoonsa on kiinnitettävä entistä enemmän huomiota.

Tästä tullaan myös siihen kysymykseen, mitä perus- tai lähihoitaja saa tehdä sairaalassa tai vastaanotolla. Tarvitaanko meitä? Vastaus on, että tarvitaan, ja työnkuvamme tulee olla koulutuksen mukainen. Vai olenko väärässä, kun sanon, että terveyssemin suurin käyttäjäryhmä ovat vanhukset ja sairaalan osastoilla suurin potilasryhmä ovat vanhukset. He tar-

vitsevat lääkinnällisen hoidon, mutta ehdottomasti myös kuntouttavan hoito-otteen heti, juuri niillä voimavaroilla kuin heillä on. Ja me osaamme houkutella heitä vielä pikkuisen enempään sydämellisesti, siis superilaisittain kehottaen. ■

Sydämellisesti kiittäen hyviä jäseniä ja liiton hienoa henkilökuntaa,

Silja



Lähes 30 kansanedustajaa vastannut SuPerin haasteeseen:

Päättäjät vanhustenhoidossa

TEKSTI MARJO SAJANTOLA

SuPer haluaa kansanedustajien saavan konkreettista tietoa vanhustenhoidon arjesta. Liitto haastoi heidät tekemään työvuoron vanhusten parissa.

SuPerin Helsingissä lokakuussa järjestämän mielenilmaisun innoittamana joukko kansanedustajia lupautui päiväksi töihin vanhuspalveluihin. Tämän jälkeen muutama muukin poliitikko on ottanut haasteen vastaan.

Kiireisistä poliitikoista vain jokunen on ehtinyt vastata haasteeseen tämän lehden painoon lähtiessä. Yksi heistä on Vasemmistoliiton edustaja, varkautelainen Matti Semi, joka teki työvuoron lokakuussa Varkauden Louhiriten palvelukeskuksessa.

Entiselle JHL:n pääluottamusmiehele hoitolaitoksissa ja palvelutaloissa tehtävä työ ei ollut vierasta, eivätkä työpaikat tuntemattomia. Kunnallispoliitikon ja kansanedustajan roolissa hän tutustui viime kesänä Varkaudessa kotipalveluun ja vanhustenpalveluyksikköön. Lokakuussa olikin aika tarttua itse tositoimiin tehostetun palveluasumisen yksikössä. Sen 20 asukkaasta vain muutama on omatoiminen, muut tarvitsevat paljon apua kaikessa.

– Ymmärrän hyvin sen, että pitää olla erittäin kärsivällinen ihmisen kanssa, joka ei pysty liikkumaan.

Semi kuvailee työpäiväänsä antoisaksi, työporukkaa mukavaksi ja vastaanottoa lämpimäksi. Kukaan ei arastellut pyytää häntä tarttumaan työhön.

Aamuvuoron aluksi kansanedustaja sai yksikön esimieheltä ohjeistuksen siitä, mitä hän saa tehdä ja mitä ei. Sen jälkeen hän sai työvaatteet, avaimet taskuun ja pääsi esittelyn jälkeen tositoimiin.

– Aamurupeama oli erittäin tiivis. Asukkaat pestiin, heitä käännettiin,



ANTTI AHO VARKAUDEN LEHTI

vaippoja vaihdettiin. Myös lääkkeet ja aamupala jaettiin. Yksi työntekijä kysyi minulta, että kärsisikö minua pyytää vaipanvaihtoon. Kyllä se minulle sopi, ei minua uloste häiritse, sillä olin mon-

ta vuotta vesi- ja viemärirakennustöissä kaupungin teknisen viraston kunnallistekniikan rakennusosastolla.

Semin mielestä merkille pantavaa oli se, että työrytmi oli erittäin tiivis, vaikk-

Hoitajamitoitus jää ennalleen, mutta miten käy laadun?

Hilkka Markkanen sai nauttia kansanedustaja Matti Semin hoivasta Varkauden Louhirinteen vanhustentalossa.

ka hoitajamitoitus oli 0,57. Siinä ei ollut paljoakaan mahdollisuuksia virikkeelliseen toimintaan. Hänen lisäavullaan muutama parempikuntainen asukas pääsi kuitenkin ulkoilemaan.

– Minua ilahdutti nähdä, kuinka työmenetelmät ovat kehittyneet. Luulin, että joudun nostelemaan asukkaita, mutta apuvälineitä oli käytettävissä. Hyvin ammattitaitoiset hoitajat osasivat työskentelytekniikat ja neuvoivat myös minua.

Kansanedustajat tekevät työvuoron vanhuspalveluissa oman vaalipiirinsä alueella tai pääkaupunkiseudulla joko loppuvuoden aikana tai ensi vuoden alussa. Kansanedustajat Ritva Elo-maa (ps.), Mika Kari (sd.), Sanna Mar-in (sd.) ja Markku Rossi (kesk.) ovat ilmoittaneet, että he ovat olleet jo aikaisemmin töissä vanhustenhoidossa. ■

SuPer on tyytyväinen hallituksen päätökseen säilyttää 0,5:n minimi-hoitajamitoitus. Hoidon laatu sen sijaan mietityttää liittoa.

SuPerin puheenjohtaja Silja Paavola on huolissaan siitä, että mitoitukseen lasketaan jatkossa myös alalle kouluttamattomat työntekijät. Hallitus mahdollistaa näin nykyistä pienemmän koulutetun hoitohenkilöstön määrän vanhustenhoidossa. Tämä on SuPerin mukaan selkeä asiakasturvallisuusriski ja kuormittaa myös hoitajia.

– Nyt on erittäin tärkeää, että työnantajat huolehtivat siitä, että koulutettua hoitohenkilökuntaa on riittävästi vanhustenhoidon yksiköissä.

Suositus minimihenkilöstömitoituksesta tehostetussa palvelusasumisessa ja vanhainkodeissa on tällä hetkellä 0,5 työntekijää asiakasta kohti. SuPerin mukaan jo nykyinen vähimmäishenkilöstömitoitus on riittämätön. Koska kunnat ja kuntayhtymät ovat kiristäneet hoitoon pääsyn kriteereitä vanhustenhoidossa viime vuosina, tarvitsevat vanhukset hoitoa ja hoivaa aikaisempaa enemmän.

Useat SuPerin selvitykset osoittavat,



että vanhusten ympärivuorokautisessa hoidossa ja kotihoidossa on liian vähän koulutettua hoitohenkilöstöä. Hoitajat kokevat, etteivät he voi hoitaa vanhuk-sia niin hyvin kuin haluaisivat ja pitäisi. Tämä kuormittaa jopa niin paljon, että osa on siirtynyt työskentelemään muilla sektoreilla. Liian pieni henkilös-tömäärä estää myös työsuojelumääräys-ten toteutumisen.

– Pitääkö maan hallitus vanhusten-hoitoa sellaisena, että pelkkä lämmin sydän riittää ammattitaidoksi? Koulutuksella ja osaamisella on merkitystä, Paavola muistuttaa. ■

SUPERIN HAASTEeseen 22. MARRASKUUTA MENNESSÄ VASTANNEET:

TOUKO AALTO (VIHR.), LI ANDERSSON (VAS.),
PAAVO ARHINMÄKI (VAS.), EVA BIAUDET (R.)
JA HÄNEN AVUSTAJANSA KARIN RINGBOM (R.),
EEVA-JOHANNA ELORANTA (SD.), TARJA FILA-
TOV (SD.), TUULA HAATAINEN (SD.), LAURA
HUHTASAARI (PS.), KATJA HÄNNINEN (VAS.),
ARI JALONEN (PS.), HARRI JASKARI (KOK.),
ANTTI KAIKKONEN (KESK.), ANNE KALMARI
(KESK.), ANNA KONTULA (VAS.), KATRI KUL-
MUNI (KESK.), ANNIKA LAPINTIE (VAS.), SANNA
LAUSLAHTI (KOK.), KRISTA MIKKONEN (VIHR.),
SILVIA MODIG (VAS.), RIITTA MYLLER (SD.),
JARI MYLLYKOSKI (VAS.), MIKA NIIKKO (PS.),
SIRPA PAATERO (SD.), AINO-KAISA PEKONEN
(VAS.), ANNIKA SAARIKKO (KESK.) KRISTIINA
SALONEN (SD.), HANNA SARKKINEN (VAS.),
SARI SARKOMAA (KOK.), MATTI SEMI (VAS.),
KATJA TAIMELA (SD.), KARI UOTILA (VAS.),
JUTTA URPILAINEN (SD), OUTI ALANKO-
KAHILUOTO (VIHR.).

FIPSU täyttää 20 vuotta

Suomen julkisen alan ammattiliitton-
jen muodostama FIPSU ry täyttää 20
vuotta.

FIPSUn jäseniä ovat SuPer, JHL, Te-
hy, Jyty, Pardia, OAJ ja Talentia. FIP-
SU tukee jäsenliittojensa kansainvälistä
edunvalvontaa ja EU-yhteistyötä. FIP-
SU edustaa yli 500 000 suomalaista jul-
kisen alan työntekijää.

Julkisalan liittojen yhteinen vies-
ti EU-edunvalvonnassa julkisten pal-
veluiden ja pohjoismaisen hyvinvoin-
tiyhteiskunnan puolustajana on selkeä.

FIPSU haluaa edistää julkisten palvelu-
jen kehittämistä ja asemaa Euroopassa
ja kotimaassa.

FIPSUn tehtävä on seurata julkis-
ta sektoria koskevien asioiden valmis-
telua ja päätöksiä EU:ssa ja ottaa kan-
taa palvelujen laatuun ja työntekijöi-
den asemaan.

Yhteiset askeleet vaikuttamistyöhön
ovat löytäneet riippumatta keskusjär-
jestöstä tai eri liittojen edustamista am-
mattikunnista, toteaa FIPSUn puheen-
johtaja Marjut McLean. ■

Sote ajaa monet kunnat talousvaikeuksiin

TEKSTI MINNA SEPPÄ KUVA JUKKA JÄRVELÄ

Hallituksen valinnanvapausmallilla on SuPerin mielestä liian kova hinta.

Sote-uudistus ei SuPerin kehittämisjohtaja Jussi Salon mukaan pelasta vanhusvoittoisia ja taloudeltaan keskimääräistä heikompia kuntia. Salo viittaa Lännen Median lokakuussa julkistaman kuntajohtajakyselyn tuloksiin: 170 vastaajasta kolmasosa arvioi kuntansa ajautuvan sote-uudistuksen seurauksena taloudellisiin vaikeuksiin, käytännössä lomautuksiin ja irtisanomisiin.

Sote-palveluiden osuus kuntien menoista on keskimäärin 50 prosenttia. Sote-uudistuksen seurauksena palvelut siirtyvät maakuntien järjestettäväksi ja niistä aiheutuvat kulut maakuntien maksettaviksi. Ilo on lyhytaikainen, sillä myös kuntien tulot pienenevät: niistä katoavat sote-kulujen kattamiseen käytetyt verorahat ja valtionosuudet.

– Edessä on iso kuntareformi. Keskimääräinen kunnallisveroaste putoaa nykyisestä noin 20 prosentista 8 prosenttiin, mikä johtaa ongelmiin. Kuntien rasitteeksi jäävät esimerkiksi käytöstä poistuvat sote-rakennukset ja suuren budjetin mukaan mitoitettut velat, Salo sanoo.

– Yhdistyvien kuntien määrää voi tässä vaiheessa vain arvailla, sillä tulossa oleva valtionosuusuudistus mullistaa kuntien rahoitus pohjan vielä kertaalleen.

INTEGRAATIO EI MONITUOTTAJAMALLISSA ONNISTU

SuPerin kannanoton mukaan sote- ja maakuntauudistuksen valmistelu tulisi pysäyttää odottamaan valinnanvapausmallia koskevan lakiesityksen val-



SuPerin kehittämisjohtaja Jussi Salo toivoo päättäjien kuuntelevan naapureiden kokemuksia. Esimerkiksi Ruotsissa valinnanvapauteen suhtaudutaan jo hyvin kriittisesti.

mistumista. Alustava, lokakuussa julkistettu valinnanvapausmalli on liiton mukaan useassa suhteessa epäonnistunut. SuPer katsookin, että uudistus tulee tehdä, mutta toisella tavalla kuin on hahmoteltu.

– Sote-uudistuksen tavoitteisiin kuuluva sosiaalihuollon, perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon integraatio sopii huonosti yhteen nyt kaavailun valinnanvapausmallin kanssa.

Salon mukaan valinnanvapauteen kytkeytyvä monituottajamalli, jossa palveluita tuottavat niin yksityiset, jul-

kiset kuin kolmannen sektorinkin toimijat, päinvastoin heikentäisi tiedonkulkua eri sektoreiden välillä. Toimintojen yhteensovittaminen on monen tuottajan mallissa vaikeaa, mikä yksittäisen potilaan tai asiakkaan näkökulmasta tarkoittaa sitä, että hän jää vaille tarvitsemaansa palvelua.

– Jonojen poistuminen lääkärin vastaanotoilta on hyvä tavoite, mutta suunnitellut toteutuskeinot aivan liian järeät. Seurauksena on yksilön näkökulmasta turhaa inhimillistä kärsimystä, yhteiskunnan vinkkelistä taas ylimää-

raistä rahanmenoa. Sote-uudistuksen tavoitteeksi on asetettu perustason sosiaali- ja terveyspalvelujen kustannustehokas parantaminen, mutta siihen ei tällä esitetyllä valinnanvapausmallilla päästä.

ERIKOISLÄÄKAREITÄ EI RIITÄ MAAKUNTIIN

Valinnanvapautta on kokeiltu terveyspalveluissa muun muassa Islannissa ja Ruotsissa.

– Ruotsissa on havaittu, että yksityiset, laadukkaiksi mielletyt terveysasemat hakeutuvat erityisesti hyvätuloisten asuinalueille, mikä ei ainakaan kavenna väestöryhmien välisiä terveyseroja.

– Islannissa taas moni erikoislääkäri on perustanut oman firman ja vienyt potilaat mukanaan. Sairaalat ovat kärsineet, tieto ei kulje terveydenhuollon toimijoiden välillä, eikä valvonta pysy pienistä toimijoista koostuvan tuottajakunnan perässä. Järjestelmä on nyt selkeästi aiempaa kalliimpi, ja myös asiakkaiden palveluiden käytöstä maksamat omavastuuosuudet korkeampia kuin ennen.

Salon mukaan Islannin kehityksestä on pääteltävissä, mitä valinnanvapaus Suomeen toisi tullessaan.

– Erikoislääkäreistä käydään tappele, jonka voittavat alan isot yksityiset toimijat. Maakuntiin ei riitä osaavia erikoislääkäreitä, mikä murentaa suomalaista, kansainvälisessä vertailussa erittäin laadukasta erikoissairaanhoitoa.

Salon mukaan Ruotsissa suomalaista valtiontalouden tarkastusvirastoa vastaava elin on todennut, että terveydenhuollon järjestämisalueita tulisi olla kuusi nykyisen 22:n sijaan. Lisäksi asetettu selvitysmies katsoo, että sote-sektorin palveluilla ja koulutuksella ei tulisi tehdä bisnestä.

– Olisi suotavaa, että meillä kuunneltaisiin naapurien kokemuksia, eikä ajettaisi väkisin läpi mallia, joka on jo muualla todettu epäonnistuneeksi.

SÄÄSTÖT OTETTAVA MUUALTA KUIN PIENIPALKKAISILTA

SuPer on kannanotoissaan liputtanut sote-palveluiden järjestämiseksi mallia, jossa keskeisiä toimijoita olisivat

isot sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymät. Maakunnan kokoisia kuntayhtymiä rakennetaan maassa tälläkin hetkellä, ja niiden varaan rakentuva toimintamalli olisi tuttu ja turvallinen.

– Kuntayhtymämalli säilyttää päävastuun palveluiden tuottamisesta julkisella sektorilla, mikä mahdollistaisi palveluiden integraation ja estäisi verorahojen valumisen yksityisille yrityksille. Tässä mallissa voidaan palveluja ostaa myös yksityisiltä yrityksiltä ja kolmannelta sektorilta, mutta oleellisena erona olisi se, että julkinen toimija olisi siinä kuskin paikalla.

Salo korostaa, että lausunnolla olleeseen lakipakettiin sisältyvä sosiaali- ja terveydenhuollon yhtiöittämispakko ei synny Euroopan unionin sääöksistä, vaan maan nykyisen hallituksen poliittisista linjauksista.

– Tarvitsemme avointa keskustelua siitä, mitä valinnanvapaus tarkoittaisi satojen tuhansien julkisella sektorilla työskentelevien sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten näkökulmasta. Onko tarkoitus, että säästöt otetaan lähihoitajien ja muiden pienipalkkaisten naisten selkänahasta?

– Uudistus ei saa johtaa työnantajien työehtosopimuksilla shoppailuun ja hoi-toalan aliarvostukseen.

Salo uskoo, että valmisteilla oleva sote-malli näyttäisi hyvinkin toisenlaiselta, jos kansanedustajat saisivat harkita uudistusta omien arvojensa pohjalta.

– Nyt mennään pienen piirin ideoiden mukaan. Näin ison uudistuksen tekemiseen tarvitaan mukaan myös oppositiopuolueet. Jos sote-malli runnotaan nyt väkisin läpi, niin seuraavien vaalien jälkeen alkaa sen korjaaminen. Touhussa ei ole mitään järkeä.

Salon mukaan myös aikataulua tulisi väljentää: valmistelua tehdään nykyisellään pitkälti arvailujen mukaan ja hi-hasta ravistamalla, koska vaikuttavuus-arviointeja ei ole ehditty tehdä.

– Säästöjen saaminen sote- ja maakuntauudistuksessa on epävarmaa. Varmaa on se, että yhtiöittämismallilla saadaan lisää työttömiä ja sekä veronmaksajille että palveluiden käyttäjille kalliimmat palvelut. Sotesta nikkaroidaan niin vinhaa vektointia, että se ei toimi edes paperilla. ■

Kuntaliitto: Valinnanvapaus ei sovi kaikkiin palveluihin

Valinnanvapaus ei aina ole asiakkaan etu. Kuntaliiton asiantuntija Aila Puustinen-Korhonen toteaa, että mahdollisuus vaihtaa tiuhaan palveluntuottajaa herättää huolen erityisesti niiden perheiden hyvinvoinnista, jotka hyödyntävät perheneuvola-, mielenterveys-, perhetyö- tai päihdepalveluja.

– Ihminen toki saa tehdä itselleen haitallisia valintoja. Jos ne vaikuttavat myös hänen läheisiinsä, vaarantuu niin palvelujen toteutumisen kuin ihmisten hyvinvointikin, Puustinen-Korhonen sanoo.



Naiset miehiä kiinnostuneempia valinnanvapaudesta

Sote-palveluiden laajeneva valinnanvapaus kiinnostaa erityisesti pienituloisia ja heitä, jotka käyttävät terveyspalveluja muita enemmän. Naiset ovat miehiä kiinnostuneempia vertailemaan palveluntuottajia. Tiedot ilmenevät Sitran julkaisemasta kansalaiskyselystä, jossa vastaajista 26 prosenttia ilmoittaa olevansa erittäin kiinnostunut vertailemaan palveluja. 23 prosenttia taas harkitsisi asiakaaksi siirtymistä, jos kuulisi hyvästä palveluntarjoajasta.

Asiakaspohjainen rahoitus pitää kulut kurissa

TEKSTI MINNA SEPPÄ

Soten valinnanvapausmallia koskevaa lakiesitystä valmistellaan ministeriössä kuumeisesti. Moni asia on vielä auki, kuten mallit, joilla maakunnat voisivat kannustaa tuottajia laatuun.

Esitys valmisteilla olevasta valinnanvapauslainsäädännöstä on lähdössä lausunnolle loppuvuoden aikana, todennäköisesti joulukuun alkupäivinä.

Tätä juttua kirjoitettaessa vasta virkamiesvalmistellussa mallissa esitetään valinnanvapauden toteuttamista kahdessa vaiheessa: Vuoden 2019 alusta asiakas saisi valita omatiimi-tuottajan tietyille perustason palveluille, kuten terveyskeskusvastaanotolle ja sosiaalityön neuvonnalle. Vuonna 2021 valinnanvapauden piiriin tulisivat nykyiset terveyskeskuspalvelut laajennettuina sosiaalikeskuksen palveluilla.

Paljon palveluita käyttäville ryhmille, kuten vanhuksille ja vammaisille, suunnitellaan lisäksi vuoden 2019 alusta henkilökohtaista budjetointia.

– Kyseessä on Suomessa uusi innovaatio, joka käytännössä on nippu asiakasseteleitä asiakkaan palvelutarpeen arvioinnin perusteella hankittavia palveluita varten, ylijohdaja Kirsi Varhila STM:stä sanoo.

– Vielä ei ole saatu hallituksen linjausta siitä, mennäänkö vaiheistetulla mallilla.

Haavoittuvien ryhmien, kuten muistisairaiden ja kehitysvammaisten henkilöiden valinnanvapauden toteutumiseen tarvitaan nykyistä laajempaa palveluneuvontaa ja ohjausta.

Varhilan mukaan sitä ei tulla todennäköisesti määrittelemään valinnanvapauslakiesityksessä, vaan nämä asiat kirjataan terveydenhuollon po-



– Integraation onnistuminen edellyttää tietojärjestelmien kehittämistä, Kirsi Varhila sanoo.

tilaslakiin ja sosiaalihuollon asiakaslakiin.

KANNUSTEITA HARKITAAN

Valinnanvapausmalli on saanut osakseen runsaasti kritiikkiä. Jo peruslähtökohtaa, eli sitä, että tuottajien välinen kilpailu asiakkaista automaattisesti nostaisi palveluiden laatua, on epäilty.

– Laatu nousee, koska asiakas valitsee, ja ainoa, minkä perusteella hän valitsee, on laatu, ei hinta. Maakunta maksaa tuottajille korvaukset.

Monelle julkiselle organisaatiolle ajatus siitä, että sen tulisi erityisesti houkutellessa asiakkaita laadukkaalla toiminnalla, saattaa olla vieras. Varhilan mukaan ministeriössä pohditaan parhaillaan kriteerejä, joiden mukaan tuottajat voisivat saada plusbonus- tai miinusbonus pisteitä hoidon laadusta ja vaikuttavuudesta.

– Kannusteet muuttavat toimintakulttuuria.

Valinnanvapauden laajeneminen ei Varhilan mukaan nosta Suomessa kustannuksia, jos maakuntien tuottajille

maksama rahoitus määrittyy pääosin kapitaatioperiaatteella. Mallissa tuottajille maksetaan asiakasmäärän mukaan, ei tehdyistä toimenpiteistä.

– Maakunnat saavat tiukat budjetit, joiden puitteissa niiden on palvelutarjontaa alueillaan järjestettävä. Asiakaspohjainen rahoitusmalli tukee kustannusten hallintaa.

Terveystaloustieteilijät ovat todenneet kapitaatorahoituksen huonoksi puoleksi soaoptimoinnin riskin: rahoitusmalli saattaa houkutellessa perustason omatiimituottajia ohjaamaan paljon työtä vaativat asiakkaansa maakunnan maksamaan erikoissairaanhoidon. Varhilan mukaan tämä ehkäistään mahdollisesti käyttöön otettavilla plus- ja miinusbonuksilla sekä kokonaisvastuulla asiakkaan tai potilaan hoidosta.

– Kokonaisvastuuseen sisältyy vaatimus huolehtia palvelujen integraatiosta. Sote-järjestämislaissa säädetään maakunnan järjestämisvelvollisuutta koskevista kohdista siitä, miten integraatiosta huolehditaan.

ASIAKKAAT TARVITSEVAT LISÄÄ TIETOA HOIDON LAADUSTA

Asiakkaan valinta edellyttää sitä, että hänellä olisi hoidon laadusta tietoa, jonka perusteella valita.

– Yksi ministeriön valmisteluryhmistä laatii parhaillaan hoidon kustannusten ja kustannusvaikuttavuuden arviointiin käytettäviä indikaattoreita. Niitä voivat olla esimerkiksi hoitoprosessiin liittyvät jonotiedot, läpimenoajat ja komplikaatit.

– Jo järjestämislakiesityksen 33. pykälä velvoittaa maakuntia varmistamaan palveluntuottajien toiminnan laadusta, ja palveluntuottajia raportoimaan siitä.

Valinnanvapauslainsäädäntöä kos-

Valinnanvapaus tulee kalliiksi

Jos suunniteltu valinnanvapausmalli toteutetaan, sote-uudistus ei edistä alkuperäisiä tavoitteitaan, Helsingin yliopiston sosiaalipolitiikan professori Heikki Hiilamo katsoo.

Hiilamon mukaan uudistus ei ensinnäkään kavenna väestöryhmien välisiä terveyseroja, joskin se saattaa lyhentää perusterveydenhuollon hoitojonoja. Toiseksi, sote-uudistuksessa tavoiteltu perusterveydenhuollon, sosiaalihuollon ja erikoissairaanhoidon integraatio ei valinnanvapausmallissa etene.

– Vapautta on tarjolla lähinnä heille, joilla on satunnaista palveluntarvetta. On vaikeaa nähdä, että tällä vahvistettaisiin perusterveydenhuoltoa, kuten tarkoitus oli.

Kolmanneksi uudistukseen sisältyy myös kustannusriski.

– Ei ole perusteltua väittää, että valinnanvapaudella säästetään yhteiskunnan varoja. Kun palveluiden saatavuutta lisätään, kustannukset nousevat.

Kuluja voi nostaa myös kermankuorinta.

– Virkamiesesityksessä palveluntuottajien maakunnilta saama korvaus perustuu pääosin niiden hoitamaan väestömäärään. Tällöin palveluntuottajilla, esimerkiksi terveyskeskuslääkärivastaanottoa pyörittävillä yrityksillä, on motivaatio siirtää työläästä asiakkaansa maakunnan erityistason palveluihin.

VAIHEISTUS TARPEEN

Hiilamon mukaan hyvää alustavassa, lokakuussa julkaistussa valinnanvapausmallissa on se, että malli on kahteen osaan vaiheistettu. Hän näkee positiivisena myös sen, että palveluja paljon käyttäville, kuten vanhuksille ja vammaisille, on pyritty takaamaan palveluiden integraatio maakunnan palvelulaitoksen tekemän palvelutarpeen arvioinnin kautta.

Hiilamo korostaa, että ei sinällään vastusta monituottajamallia tai verkostomaista toimintatapaa.

– Kun palveluja tuottamassa on julkisten organisaatioiden rinnalla myös yksityisiä ja kolmannen sektorin toimijoita, otetaan helpommin käyttöön uusia, parempia toimintatapoja. Kokonaisulkoistuksia en kannata, sillä monopoliin liittyy hintojen nousun riski.

Hiilamo on rummuttanut Tanskan mallin puolesta, jossa yksi lääkäri hoitaa koko perheen ja kenties lähisuvunkin.

– On korostettava, että tällainen malli vaatii aluskasvillisuutta, eli paljon pieniä perhelääkärivastaanottoja, joilla on pysyvät asiakassuhteet. Suo-messa tällaisia toimijoita on varsin vähän. Meilläkin voitaisiin kuitenkin rakentaa pitkäaikaisia hoitosuhteita edistäviä malleja.

kevassa virkamiesvalmistelussa esitetään erikseen, että palvelun tuottajien olisi täytettävä ensin tietyt valtakunnalliset kriteerit, jotta ne voisivat rekisteröityä palvelun tuottajiksi. Rekisteröitymiskriteereiksi esitetään muun muassa soveltuvia toimitiloja ja toiminnan edellyttämää, riittävän koulutettua henkilöstöä.

Maakunnilla taas olisi mahdollisuus vaatia rekisteröityneiltä tuottajilta erikseen hyväksymisehtoina muun muassa tietyntäsoista asiakasinformaatiota ja

laatujärjestelmää. Järjestelmältä voidaan edellyttää esimerkiksi laadun eri ulottuvuuksien – saatavuuden, saavutettavuuden, asiakastytytyvyyden ja lääketieteellisen laadun ja potilasturvallisuuden – seurantamenetelmiä ja -mittareita, kuten asiakaskyselyitä, perusindikaattoreita, jonoseurantaa ja auditointia. Virkamiesesityksessä maakunnallisiksi tuottajien hyväksymiskriteereiksi on nostettu myös laatua koskevan tiedon raportointi ja laadun jatkuva kehittäminen. ■

Sähköinen resepti saa lunastamaan lääkkeet

Moni potilas saa lääkäriltä reseptin, mutta ei koskaan käy lunastamassa lääkkeitään apteekista. Tähän merkittävään ongelmaan voi tuoreen tutkimuksen mukaan tulla helpotusta sähköisten reseptien yleistyessä. Tutkimuksen perusteella potilaat hakevat lääkkeensä apteekista todennäköisemmin, jos heille annetaan sähköinen resepti. Tämä havaittiin tarkastelemalla 2 500 ihotautipotilaan rekisteritietoja vuosilta 2011–2013. Sähköisen reseptin saaneista vain 15 prosenttia jätti lääkkeensä hakematta, kun paperireseptin saaneista niin teki 32 prosenttia.

Pharmaca Fennica uudistuu

Pharmaca Fennica -kirja ja -tietokanta uudistetaan. Uudistuksessa painotetaan helppokäyttöisyyttä, tietojen nopeaa löydettävyyttä sekä lääkitysturvallisuutta. Viisiosainen kirjasarja tiivistetään taskukokoiseksi käsikirjaksi, jossa olennaiset tiedot ovat saatavilla nopeasti. Kirja on rakennettu lääkeainekohtaisesti terapialuokittelun mukaisesti. Ensin esitetään lääkeainekohtaiset tiedot ja tämän jälkeen valmisteet, jotka sisältävät kyseistä lääkeainetta. Kirja tukee jatkossa entistä enemmän hoitajan käytännön työtä esimerkiksi kotihoidossa. Lääkitysturvallisuus parane, kun samaa vaikuttavaa ainetta sisältävät valmisteet ovat nähtävissä kertasilmäyksellä. Uusi lääkeainekohtainen käsikirja ilmestyy ensi vuoden alussa. Valmisteyhteenvedot eli SPC:t ovat olleet ja pysyvät tietosisältöjen peruskivenä. Ajantasainen SPC on käytettävissä myös digitaalisesti.



LISÄTIETOA UUDISTUKSESTA
LÄÄKETIETOKESKUKSEN SIVUILLA



Univaje saa syömään enemmän

Lyhyiksi jääneet yöunet saattavat saada ihmiset syömään tavallista enemmän, tuore tutkimus osoittaa. Jos tilanne jatkuu pitkään, tämä voi myös altistaa liikkilojen kertymiselle. Tulosten perusteella univajeiset syövät seuraavana päivänä noin 400 kilokaloria tavallista enemmän. Väsyneet näyttäisivät olevan myös persompia rasvaiselle ruoalle. Aiemmissa tutkimuksissa univaje on yhdistetty muun muassa lasten ja nuorten lihomiseen.

DUODECIM

INGIMAGE

Täysjyväviljalla verenpaine nopeasti alas

Yhdysvaltalaisutkijat ovat saaneet lisää näyttöä täysjyväviljan suotuisista verenpainevaikutuksista. Täysjyväviljaan siirtyminen alensi potilaiden verenpainetta kahdessa kuukaudessa. Osana tutkimusta 33 ylipainoista tai lihavaa aikuisia vaihtoi kaikki ravintonsa viljat täysjyväviljaksi kahden kuukauden ajaksi. Vertailujakson aikana he söivät kahden kuukauden ajan vain teollisia, jalostettuja viljoja. Kun tutkijat vertasivat mittaus-tuloksia koejaksojen jälkeen, he havaitsivat koehenkilöiden diastolisen verenpaineen olleen huomattavasti alemmalla tasolla silloin, kun he söivät vain täysjyväviljoja. Käytännössä vaikutus merkitsi esimerkiksi noin kolmanneksen pienempää riskiä menehtyä sydän- ja verisuonitauteihin.

DUODECIM



TIESITKÖ:

Vakavasta työuupumuksesta kärsii noin 2,5 prosenttia työntekijöistä.



Tulehduslääkkeet saattavat lievittää masennusta

Reuman ja psoriaasin hoidossa käytettävät tulehdusta vähentävät lääkkeet voivat tuoreen tutkimuksen mukaan vähentää myös potilaiden masennusoireita. Havainto perustuu kahdenkymmenen tutkimuksen aineistojen katsaustutkimukseen. Vaikutus liittyy tulehduslääkkeisiin, jotka vaikuttavat estämällä tulehdusreaktioita välittävien sytokiini-proteiinien toimintaa. Sytokiinit on yhdistetty masennukseen aiemminkin. Suotuisat mielialavaikutukset liittyivät etanerseptiin, adalimumabiin, infliksimabiin ja tosilsu-mabiin, joilla hoidetaan muun muassa nivelreumaa, psoriaasia ja Crohnin tautia.

DUODECIM



Tupakoija kuluttaa terveyspalveluja

Työikäiset tupakoijat käyttävät julkisen perusterveydenhuollon palveluita tupakoimattomia useammin, kertoo lähes 5 000 suomalaiseen pohjautuva tutkimus. Tupakoinnin tiedetään lisäävän muun muassa sydän- ja verisuonisairauksien, keuhkosairauksien sekä syöpätautien riskiä myöhemmällä iällä. Tämä merkitsee yli 100 euron lisäkustannuksia henkilöllä kohden. Muun muassa mielenterveyspalveluiden käyttö oli tupakoijilla yleisempää.

PFIZER



MARRASKUUN KYSYMYS OLI:

Halaatko asiakkaitasi?

KYLLÄ
96%

- Jotkut haluavat halata, jotkut tarvitsevat halausta.
- Hekin halaavat minua.
- Kosketus on osa työtäni ja yksi työvälineistäni. Joskus se on ihmiselle enää se ainoa kontakti ja mielestäni tärkeä. Ollaan ihmisiä ihmisille.
- Halaus päivässä pitää lääkärin loitolla.
- Vanhukset ovat yksinäisiä. Muistisairaat eivät ymmärrä puhetta, mutta kosketuksen tuntevat.
- Halaus tuo lämpöä. Halaus on osoitus välittamisestä, rakkaudesta. Halaus on kiitos.
- Tietyissä tilanteissa halaan, koska silloin toinen tuntee lämpöä ja välittämistä.
- Halaus on lähimmäisen huomioon ottamista.
- Se kuuluu elämään, yhtä luontevaa kuin puhuminen.
- Se lähtee ensinnäkin heidän aloitteestaan ja siitä tulee molemmille vaan niin hyvä mieli ja olo.

EN
4%

- Kaikkia ei siltikään voi halata ja sitä tulee kunnioittaa!
- Meillä ei suositella edes käteltävän.
- En mielelläni halaile ketään.

JOULUKUUN KYSYMYS LÖYTYY SUPERIN NETTISIVUILTA KOHDASTA SUPER-LEHTI. KAIKKIEN JOULUKUUN 16. PÄIVÄÄN MENNESSÄ VASTANNEIDEN KESKEN ARVOTAAN SUPER-LEHDEN KÄTEVÄ AAMIAISTARJOTIN. MARRASKUUSSA SEN VOITTI SAANA MÄÄTTÄ LOHJALTA. ONNITTELUT!



MUUT LEHDET

// Jos nuori tuntee itsensä rumaksi, hän ei voi uskoa, että kukaan voisi rakastaa häntä sellaisena."

NUORISOPSYKOTERAPEUTTI
PEPITA HÄNNINEN
LAPSEN MAAILMA 11/2016

// Lukion ensimmäisellä luokalla painoin neljäkymmentä kiloa. Niskasani kasvoi vauvanukkaa, ja käteni sinersivät.

ANOREKSIAA SAIRASTANUT
SUSANNA MIETTINEN
SPORT 9/2016

// Jos kyllästyn sukkiin, teen välityönä lapaset tai kahdet, sitten on taas kiva tehdä sukkiä."

KÄTILÖ OUTI ARJAKARI
HARRASTUKSESTAAN
KÄTILÖLEHTI 6/2016

30 VUOTTA SITTEN



Uusi lehti oli kääntymässä SuPerin historiassa: ensimmäiset perushoitajat valmistuivat joulun alla. Kyseessä oli koekoulutus.

Uusi koulutus oli erityisesti suuntautunut teoreettisen tiedon ja vuorovaikutuksen merkityksen ymmärtämiseen hoitotyössä.

"Oikea suhtautuminen toiseen ihmiseen, niin potilaaseen, omaiseen kuin työtoveriinkin on se punainen lanka, jota meidän tulisi seurata."

PERUSHOITAJA 12/1986

Vegaanin joulupöydän kruunaavat Tofukiusaus ja suklaapallot

TEKSTI JA KUVAT MARJO SAJANTOLA

Superilaiset ystävykset valmistavat joulupöytään vegaanille sopivia herkkuja.

Lähihoitajat Ina Weiijo ja Heli Soikkeli valmistuivat hoitajaksi vuonna 2013 Tampereen Tredussa vammaistyön koulutusohjelmasta. He ovat olleet ystäviä opiskeluajoista lähtien. Kaveruus ei koskaan kärsinyt siitä, että Heli oli vegaani ja Ina ”segaani” – ja lisäksi kurja kokki.

– Minä olen ollut aina surkea keittiössä. Opiskeluaikana minun kävi ihan sääliksi Heliä, kun köksässä tein kasvispihvejä, ja hän joutui syömään niitä, Ina kertoo.

Hän jatkaa, ettei oikein koskaan ollut kiinnostunut ruuanlaitosta, ennen kuin alkoi kokkailla itselleen vegaaniruokia. Uudet ruoka-aineet ja erilainen ruoka haastoivat ja innostivat kokeilemaan.

– Vuosi sitten luin netissä kuukauden vegehaasteesta ja päätin osallistua. Se oli helppo toteuttaa. Jokaiseksi päiväksi sain reseptejä, ohjeita ja proteiinitietoutta. Olisi ollut mahdollisuus saada myös tuutori Tampereelta, mutta en tarvinnut. Minulla on Heli, Ina naureskelee.

Kuukauden haasteen suoritettuaan hän palasi joksikin aikaa lakto-ovovegetaristiksi, mutta se ei vain tuntunut hyvältä. Kun eläinten oikeudetkin alkoivat kaihertaa mieltä, vegaaniksi ryhtyminen tuntui oikealta vaihtoehdolta.

– Huomasin haasteen aikana, että vegaaniruokavalion noudattaminen oli helpompaa kuin olin uskonut. Netissä on myös monenlaisia keskusteluryhmiä, joissa jaetaan reseptejä tai pohditaan yhdessä ruokavalioon liittyviä asioita tai arvostellaan esimerkiksi ravintoloita. Myös Heli on auttanut minua paljon.

Heli kertoo, että hän kiinnostui jo yläkouluikäisenä eläinten oikeuksista, eikä halunnut enää syödä mitään eläinperäistä. Hänen puolisonsa ja alakouluikäiset lapsensa syövät kuitenkin sekaruokaa, mutta Heliä ei häiritse kokkailla perheelleen liharuokiakaan. Kesäisin grillissä paahutuvat niin nakit

kuin grillikasvikset. Maksan haju on ainoa, jota hän ei ker- ta kaikkiaan siedä.

Myöskään Inan avopuoliso ei ole lihasta luopunut, mutta se ei suhdetta häiritse, heillä on kummallakin omat ruokansa.

Heli kertoo, että kauppohen valikoima on tänä päivänä aivan toista kuin hänen aloittaessaan 18 vuotta sitten vegaaniruokavalion. Tuolloin hänen äitinsä oli ollut todella huolis- saan siitä, saako tytär tarvittavat ravintoaineet. Kaupoissa oli tarjolla vain soijarouhetta ja soijamaitoa.

– Tänä päivänä kaupasta löytyy myös runsaasti vegaanil- le sopivia valmisruokia. Lisäksi proteiinilähteissäkin on va- linnanvaraa. On valmisteita, joista pyöräyttää vaikka pih- vin. Vegaaniruoka ei mielestäni ole sen kalliimpaa kuin se- karuokakaan.

Ina nappaa Heliltä puheenvuoron:

– Monet kaverini luulevat, että joudun kauppareissulla käyttämään kolme tuntia tuoteselosteita, jos vaikka haluan ostaa keksipake- tin. Näin ei ole. Vegaaniliitolla on sivusto, jos- ta on mahtava apu sopivien tuotteiden valin- nassa, hän mainostaa.

Ystävättäret kertovat joulusuunnitelmis- taan. Ina on menossa avopuolisonsa kanssa tämän vanhem- pien luo joulun viettoon. Hän on miettinyt, mitä voisi vie- dä mukanaan yhteiseen pöytään. Ehkä seitanpaistia ja joita- kin laatikoita, reseptejä on netti pullollaan.

Heli vie perheensä mummilaan, koska siellä pöytä notkuu perinteisistä herkuista. Hänen jouluunsa kuuluvat etenkin porkkana- ja bataattilaatikat sekä savustettu tofu.

On ihan pakko kysyä Inalta, onko ollut mitään, mistä on ollut vaikea luopua.

– Työpaikalla työkavereiden tuomat kakut, pullat ja muut herkut. Tai sitten yökkö leipoo tai vietetään asukkaiden kans- sa esimerkiksi isänpäivää. ■

**VEGAANIRUOKA EI
MIELESTÄNI OLE SEN
KALLIIMPAA KUIN
SEKARUOKAKAAN.**



Heli Soikkeli ja Ina Weiho suunnittelevat joulutarjoiluja.

Tofukiusaus

- 250 g savutofua
- 400 g peruna-sipulisuikaleita
- 2,5 dl kaurakermaa
- tilliä, valkopippuria, sitruunapippuria ja suolaa

Kaada peruna-sipuliseos uunivuokaan. Pilko tofu pieniksi suorakaiteen muotoisiksi palasiksi ja lisää joukkoon. Lisää kerma. Voit jatkaa kermaa vedellä, jos haluat. Mausta- ja sekoita. Paista uunissa 200 asteessa noin 60 minuuttia. Resepti on otettu *vegaaninenversio.blogspot.fi* -sivustolta.

Suklaa-maapähkinävoipallot

- 1½ dl makeuttamatonta sileää maapähkinävoita
- 2 rkl vegaanista margariinia
- 2 1/4 dl tomusokeria
- 100 g vegaanista suklaata suklaakuorutukseen

Notkista maapähkinävoi ja sekoita siihen margariini. Lisää tomusokeri ja sekoita tasaiseksi. Käytä tarvittaessa käsiäsi. Jaa taikina 24 yhtä suureen osaan ja pyörittele ne palloiksi. Laita pallot leivinpaperin päällä jääkaappiin puoleksi tunniksi.

Sulata suklaa ja kaada se juomalasiin. Upota pallot suklaaseen yksitellen ja varmista, että ne peittyvät suklaalla. Nosta pallot haarukalla, ei pistämällä vaan kuin lusikalla, ja anna ylimääräisen suklaan valua pois. Aseta pallot leivinpaperin päälle jähmettymään ja ripottele niiden päälle hyppysellinen suolaa koristeeksi. Säilytä jääkaapissa.

Suklaa-maapähkinävoipalleroiden resepti on muokattu *Tuulispään leivontakirjasta*, jonka tekijä on Satu Saunio.





Jekkulan suurin mäki kannattaa laskea
turvallisesti Anun sylissä.

SAMMAKKOHYPPYJÄ KIELISUIHKUSSA

TEKSTI JA KUVAT MARJO SAJANTOLA

Lastenhoitaja Anu Peltokangas liikuttaa ja leikittää lapsia suomeksi ja englanniksi päiväkotijumpissa Seinäjoella. Liikuntapainotteinen päiväkotijumpissa hyödyntää toiminnassaan myös Duudsonit Activity Parkin tiloja.

Päiväkotijumpissa lapsilla on jo mukava tohina käynnissä, kun lastenhoitaja Anu Peltokankaan työpäivä alkaa. Tänä aamuna hän tekee välivuoron, eli aamu kahdeksasta neljään iltapäivällä. Varhaisimmat hoitolapset saapuvat seitsemältä, ja ensimmäiseen aamuvuoroon tulevat työntekijät keittävät puuroa koko satapaikkaisen päiväkodin aamiaiseksi.

Anu saapuu parahiksi aamupuuron jakoon omaan Sammakot-ryhmäänsä, jossa hänen vastuullaan ovat Hilja, Max, Feetu ja Mauno. Vuoden ikäisen Hiljan silmät ovat vielä sikkarassa, mutta aamupala tuntuu maistuvan. Max ja Feetu ovat parivuotiaita, mutta Mauno täyttää tammikuussa kolme ja onkin jo iso poika.

Anu auttaa puuronaamojen pyyhkimisessä ja nostaa pienimmät tuoleistaan. Kohta on aamupiirin aika. Se pidetään nukkarissa eli nukkumahuoneessa, jossa on nyt hyvin tilaa, koska

sängyt ovat kaapeissa. Lapset alkavat saapua huoneeseen ja monet ottavat kirjan käteensä. Pikkuinen tyttösamakko kertoo lukevansa baabababaa ja poikasammakon mielestä ambulanssikirjassa on bussi. Häneltä ässätkin sujuvat.

– Nämä ovat ihanassa iässä, ja rakastan työtäni. Tässä näkee lasten valtavan nopean kehityksen, Anu ihastelee.

KIELISUIHKUJA PITKIN PÄIVÄÄ

Kun kaikki ovat paikalla, on aika kerätä kirjat ja lelut pois. Se sujuu Clean up -laulun tahdissa. Piirissä lauletaan suomeksi ja englanniksi. Lapset oppivat erilaisissa tilanteissa niihin sopivia sanontoja. Esimerkiksi, kun on kehujen paikka, jotkut pienimmistäkin sanovat jo kuutsop eli good job. Let's go sujuu myös, tosin useimmilta leskuu.

Kahdentoista lapsen ryhmästä paikalla on tänään kymmenen lasta, joilla on ikää yhdestä kolmeen. Anun lisäksi ►



Tähän aikaan vuodesta
niistetään ahkerasti.



Vaikka aamupäivä on touhuttu lii-
kuntapuistossa, on hyvä ehtiä myös
ulkoleikkeihin ennen lounasta.



Sammakoiden aamupiirissä leiki-
tään ja lauletaan myös englanniksi.

ryhmästä huolehtivat päiväkodinopettajat Heidi Tuomikoski ja Juha-Matti Laakso. Päiväkodin suunnitelmissa on yhdistää ryhmiä niin, että sammakoita olisi jatkossa vain kahdeksan.

Kun on tutkittu, keitä on paikalla ja ketkä ovat tänään poissa, lasketaan vielä lukumäärä suomeksi ja englanniksi.

– Kielisuihku on kielikylpyä kevyempi muoto, mutta pienimmätkin lapset oppivat ihan parissa kuukaudessa vaikka mitä. Pidän vähän isommille lapsille enkkupiiriä, jolloin vietämme ihan omia hetkiä rauhallisessa tilassa, Anu kertoo.

PUISTOPÄIVÄ ON PARAS PÄIVÄ

Tänään on lasten lempipäivä, eli parkkipäivä. Se tarkoittaa, että mennään Duudsonit Activity Parkin tiloihin purkamaan energiaa. Jotta siirtyminen onnistuu turvallisesti, se tehdään pienissä ryhmissä. Anu ja hänen sammakkonsa lähtevät ensimmäisinä, sillä vessa-asiat hoidettiin jo ennen aamupiiriä.

Mauno jää odottamaan rappujen välitasanteelle pienempiään, jotka tulevat alas kukin tyylillään takaperin liukuen ja kontaten. Tasanteella voi hypätä muita odotellessa ruutua. Liikuntaan houkuttelevia teippauksia on eri puolilla päiväkotia, mutta ilman niitäkin voidaan aina hypellä kuin sammakot paikasta toiseen.

Alakerrasta päästäänkin jo suoraan puistoon. Mauno ottaa Feetua kädestä, ja Max ja Hilja kulkevat Anun kanssa. Anu kysyy, mennäänkö isolle vai pikkutrampalle. No, isolle tietenkin!

Vaikka Hilja on vasta hiljan oppinut kävelemään, häneltäkin sujuvat hyppy trampoliinilla yhdessä Anun kanssa. Hiki tässä touhussa tulee katsojallekin. Päiväkodin liikunnallisuus vaatii työntekijöiltä innostusta liikkumiseen. Anu onkin ikänsä harrastanut niin voimistelua kuin monenlaista urheilua.

MYÖNTEISEN KIELTÄMISEN PERIAATE

Foumi on allas täynnä neliskanttisia vaahtomuoveja. Sinne voi sukeltaa miten päin vain ja hypätä vaikka kaikki yhdessä. Anu laskee ready, get set, go, ja Feetu jatkaa kouu. Sukeltelujen jälkeen mennään alle kymmenvuotiaalle tarkoitettuun Jekkulaan, jossa voi kiipeillä, laskea mäkeä ja pyöriä pallomelessä. Anu laskee kaikkien kanssa yh-



Pallomeressä on aina hauskaa.

dessä muutaman mäen ja jää sitten Hiljan kanssa pallomeen, kun pojat laskevat kerta toisensa jälkeen liukumäestä.

– Ketään ei pakoteta kiipeilemään, mutta aina rohkaistaan kokeilemaan. On tärkeää, että lapset saavat paljon onnistumisen kokemuksia. Pojat ovat aika omatoimisia ja taitavia, mutta Hiljaa on vielä pidettävä koko ajan silmällä.

Lapset hyppivät pallomeressä leskuun ja kuutsopin kera. Anu puhuu sammakoilleen koko ajan innostavasti ja kannustavasti, ja lapset matkivat häntä.

– Meillä on myönteisen kieltämisen periaate. Ei kielletä, että ei saa juosta vaan kehoitetaan positiivisesti, että kävellään. Pysin puhumaan lisäksi kohteliaasti, että voisitko kävellä. Tämä toimii uhmaikäisenkin kanssa.

**MEILLÄ ON MYÖNTEISEN
KIELTÄMISEN PERIAATE.
EI KIELLETÄ, ETTÄ EI SAA JUOSTA
VAAN KEHOTETAAN POSITIIVISESTI,
ETTÄ KÄVELLÄÄN.**

ULKOILUSTA MAKEAT UNET

Sammakot haluaisivat touhuta puistossa vielä pitempäänkin, mutta Anu tietää, että pienimmät väsyvät pian. Hän haluaa, että lapset ehtivät myös ulkoilla aamupäivällä, sillä se parantaa päiväunien laatua. Lapset nousevat kiltisti pallomeren kuohuista, kun heitä muistutetaan siitä, mitä kaikkea pihalla voi puuhata.

Neljän lapsen saaminen talvivarusteisiin on hikiä puuhaa, vaikka Mauno osaa pukea itse. Hänellä on kuitenkin toinen sisätossu hukassa ja hän pyytää Anulta apua. Tossut pitää saada talteen omaan lokeroon. Mauno pyörii ympäri ja ihmettelee kadonnutta tossuaan, kunnes huomaa:

– Se on vielä jalassa!

Kun pojilla on kaikki vaatteet päällä, Hilja on onnistunut jo riisumaan hatun ja lapasensa.

Pihalla riittää jokaiselle puuhaa. On leluja ja kiipeilytelkeitä niin isommille kuin pienemmillekin. Anu lähtee Hiljan kanssa maistamaan toisten sammakotyttyöjen hiekkakakkuja, joiden leipomiseen myös Feetu ja Mauno osallistuvat.

Pihalle tultiin vuorotellen pienissä ryhmissä ja samalla laila vuoroissa siirrytään sisälle.

Kohta on ruoka-aika. Nälkä on jokaisella, joten vaatteet riisutaan nopsasti. Sen jälkeen pestään kädet ja asetutaan pöytään valmiiksi. Odotellessa voi katsella kirjoja.

Anu tarjoilee lapsille kalapuikkojen lisäksi perunamuusia ja tomaattia. Samalla hän syö itsekin lounaansa. Ruoka mait- ►

taa jokaiselle, ja tuota pikaa lautaset ovat tyhjä. Alkaa olla le-pohetken aika.

Nukkarissa vuoteet on laskettu alas. Anun sammakot löytävät paikkansa ja nukahtavat nopeasti. Hiljaa soiva taustaa-nilevy poistaa ulkopuolisen hälyn, eikä seuraavan ryhmän nukkumaantulo häiritse jo nukahtaneita.

HALUTTU HOITOPAikka

Lepotauon aikana Sammakko-ryhmän hoitajat ehtivät pitää tiimipalaverin, kuten aina keskiviikkoisin. Sillä aikaa muut työntekijät valvovat nukkarissa myös sammakoita ja ottavat heräilevät lapset vastaan yhteistilaan.

Lapsille uni maittaa kolmesta vartista aina kahteen tuntiin. Viimeistään kello kahdelta nukkarin ovi avataan, ja vielä nukkuvat heräilevät hekin päiväkodin ääniin.

Tänään päiväunilta heräviä on vastassa toimitusjohtaja Maarit Karvonen, joka puolisonsa Jani Karvosen kanssa oli perustamassa Duudsonit Activity Parkia ja sen yhteyteen päiväkotia Jumpia.

– Jump aloitti 54-paikkaisena vuonna 2014 ja viime kesänä tämä laajennettiin satapaikkaiseksi, Maarit Karvonen kertoo.

Hän jatkaa, että päiväkodin tiloissa toimii myös Etelä-Pohjanmaan musiikkiopisto, joka pitää kerran viikossa muskaria siihen osallistuville lapsille hoitopäivän aikana. Monipuolisen toiminnan takia opiskelijat hakevat innokkaasti Jumpiin harjoittelujaksolle niin sosiaali- ja terveydenhoitoalalta kuin

liikunta-alaltakin. Kansainvälisestikin päiväkoti on tunnettu, ja sen englanninkielisyys madaltaa ulkomaisten opiskelijoiden kynnystä tulla tänne opiskelemaan.

Pikkuhiljaa lapset alkavat heräillä ja saapua yhteiseen tilaan leikkimään. Tiimipalaveri päättyy, ja Anukin pääsee paikalle Hiljan suunnattomaksi iloksi. Tämä syöksyy päätä pahkaa Anun jalkoihin kiinni.

– Jotkut lapsista haluavat sylitellä hetken herättyään, toiset alkavat heti touhuta, Anu kertoo.

Kahdelta saadaan välipalaa ja sen jälkeen on vielä aikaa sisäleikkeihin, ennen kuin valmistaudutaan iltapäivän ulkoiluun. Puoli neljältä sammakot ovat taas pihatouhuissa, ja kohta ensimmäiset vanhemmat käyvät kuittaamassa lapsensa tietokoneelta ulos.

– Näemme ohjelmasta aamulla, keitä paikalla pitäisi olla. Kun lapsi tulee hoitoon, hänen vanhempansa napauttavat oven vieressä olevaa kosketusnäyttöä ja kirjaavat lapsen saapuneeksi. Vastaavasti tehdään pois lähdeäessä, mutta merkkamme itsellemmekin paperille lapset sitä mukaa, kun heidät haetaan, Anu kertoo.

Anun työvuoro päättyy. Tänään hän voisi lähteä vaikka lenkille, kun ilma on näin upea. ■

Tänään töissä

KUKA

Olen Anu Peltokangas, 27-vuotias lastenohjaaja.

OPINNOT

Suoritin lapsi- ja perhetyön perustutkinnon jouluna 2011, puolitoista vuotta etuajassa. Suunnittelen sosionomiopintoja ja olen kiinnostunut työstä lastensuojelun parissa.

URA

Opiskeluaikana tein lastenhoitajan ja lastentarhanopettajan sijaisuuksia päiväkodeissa ja vuoropäiväkodissa. Valmistuttuani olin jonkin aikaa seurakunnassa lastenohjaajana. Muutin Seinäjoelle ja sain vakituisen työpaikan Kauhavalta, jossa työskentelin parisen vuotta.

Tässä talossa aloitin työt kesällä 2014. Koska päiväkoti Jump aloitti toimintansa vasta Duudsonit Activity parkin avaamisen jälkeen, olin kesällä 2014 puistossa mukana erilaisissa järjestelytehtävissä ja myös

ravintolatöissä Pirttihirmussa. Siksi koko talo on minulle erittäin tuttu. Sen jälkeen otin virkavapaata ja lähdin vuodeksi Tampereelle englanninkieliseen päiväkotiin töihin ja Jumpiin palasin tänä vuonna.

PERHE JA HARRASTUKSET

Avopuoliso, lapsia ei ole vielä. Oma kotia etsitään ahkerasti Seinäjoelta ja sen löydyttyä olisi haaveena hankkia koira. Liikun aktiivisesti ja monipuolisesti.

PARASTA TYÖSSÄ

Lasten kohtaaminen. Meillä on aivan ihanat lapset, ja heidän perheittensäkin kanssa on mukava tehdä työtä. Myös toimiva tiimi on mahtava juttu.

HAASTAVINTA TÖISSÄ

Kunnianhimoisena haluan tehdä kaiken tosi tarkasti. Minun pitää oppia ottamaan vähän löysemmin.



ml? mg?

LÄÄKEHOITO

vaatii hoitajalta jatkuvaa oppimista

TEKSTI MINNA LYHTY KUVA INGIMAGE

SuPeriin tulee usein kysymyksiä lääkehoidon tenteistä. SuPerin asiantuntija Elina Ottela vastaa yleisimpiin kysymyksiin.

Miksi lääkehoidon tentti pitää suorittaa säännöllisin väliajoin, vaikka koulutuksessa kaikki ovat tenttineet lääkelaskut?

– Lääkehoito muuttuu jatkuvasti, joten tietoja täytyy päivittää. Hoitajalla on myös lakisääteinen velvoite ylläpitää osaamistaan. Lisäksi potilailla ja asukkailla on oikeus hyvään ja turvalliseen hoitoon, mikä voidaan varmistaa erilaisilla näytöillä ja tenteillä.

– Lääkehoidon tentin suorittamisvaatimusta ei pidä ottaa epäluottamuslauseena. Päävastoin se pitää ottaa mahdollisuutena näyttää työnantajalle, että osaa toteuttaa lääkehoidon turvallisesti.

Pitääkö lääkehoidon tentti suorittaa, jos on jäämässä pian eläkkeelle?

– Potilailla on aina oikeus saada turvallista hoitoa. Siksi sillä ei ole merkitystä, onko hoitaja jäämässä eläkkeelle huomena vai 15 vuoden päästä.

Onko lääkehoidon tentti kaikille lähihoitajille samanlainen?

– Ei. Lääkehoidon tentistä ei ole valtakunnallista versiota, vaan tentti laaditaan sen mukaan, millaista osaamista yksikössä tarvitaan. Kun vaihtaa työpaikkaa, saattaa joutua tekemään lääkehoidon tentin, vaikka olisi juuri suorittanut sen edellisessä työpaikassa.

– Isot työnantajat voivat vaatia laajan tentin suorittamista, jotta työntekijöiden siirtyminen yksiköstä toiseen olisi joustavaa. Yleensä tenttiin osallistutaan 3–5 vuoden välein. Tentin järjestää joko työnantaja tai yritys.

Pitääkö lääkehoidon tentti suorittaa kaikissa sosiaali- ja terveysalan työpaikoissa?

– SuPer suosittelee, että kaikki hoitajat suorittavat tentin. Terveystieteiden osastossa tämä on toteutunut hyvin, ja sosiaalialalakin tentti on yleistymässä.

– Myös päiväkodissa työskentelevät lähihoitajat suorittavat lääkehoidon tenttejä. Terveystieteiden ammattihenkilöinä heidän tulisi toteuttaa lääkärin lapselle määräämää lääkettä.

Saako tenttiin valmistautumiseen käyttää työaika?

– Työnantaja päättää siitä. Joissakin paikoissa ei saa käyttää, joissakin saa useita tunteja. Tentti tehdään aina työajalla.

Ovatko työnantajat antaneet potkuja tai laskeneet palkkaa, jos hoitaja ei ole päässyt tentistä läpi?

– Jos tentistä ei ole päässyt läpi useampaan yrityksen jälkeen, hoitajalta on viety oikeus toteuttaa lääkettä. Työnantaja on katsonut, ettei työntekijä pysty suorittamaan työtehtäviä sataprosenttisesti, jolloin palkkaan on tehty vähennys. SuPerin tietojen mukaan kenenkään työsopimusta ei ole ainakaan vielä irtisanottu suorittamattoman lääkehoidotentin vuoksi.

Miten tsemppaisit niitä, jotka kokevat lääkehoidon tentin vaikeaksi?

– Joillekin tulee virheitä tentissä, koska he jännittävät ja ajattelevat, että asiat ovat monimutkaisempia kuin ne oikeasti ovat. Toisia stressaa tentin tekeminen verkossa. Pelon käsittelyssä auttaa ymmärrys siitä, että tentissä kysytään perusasioita, joiden kanssa ollaan päivittäin tekemisissä.

– Jos pelkää tenttiä, kannattaa puhua asiasta esimiehen kanssa. Voi kysyä, onko työpaikalla mahdollisuus järjestää lääkehoidon täydennyskoulutusta. Lääkehoito on aihe, joka nostetaan aina esille, kun kysytään koulutustarpeita. Työnantajalla ei ole velvollisuutta järjestää lääkehoidon koulutusta, mutta on järkevää tukea työntekijöitä silloin, kun siihen on tarvetta. ■



LUE LÄÄKEHOITOSUUNNITELMAN TEOSTA

VAIKUTA SOMESSA

TEKSTI MINNA LYHTY

Haluatko olla yhteiskunnallinen vaikuttaja? Jotta sinusta tulee sellainen, ei ole välttämätöntä pyrkiä eduskuntaan, eikä edes kunnallisvaltuustoon. Aloita vaikuttaminen sosiaalisessa mediassa.

Oletko hyvän hoidon, riittävän hoitajamitoituksen ja laadukkaan varhaiskasvatuksen puolella? Jos niin, kerro se somessa.

– Sosiaalinen media voi olla tavalliselle ihmiselle merkittävä vaikuttamisen kanava. Sen avulla pääsee mukaan keskusteluihin, joihin ei ole ennen ollut mahdollista päästä, sosiaalisen median asiantuntija Maarit Niemelä Someco Oy:stä kertoo.

Niemelän mukaan Twitter on paras sosiaalisen median kanava yhteiskunnallisessa vaikuttamisessa. Twitterissä voi seurata henkilöitä, organisaatioita ja uutislähteitä. Se ei perustu tosielämän tuttavuuksiin,

kuten Facebook. Twitterin avulla voi olla yhteydessä päättäjiin, poliitikkoihin ja toimittajiin.

– Twitter perustuu avoimeen verkostoitumiseen. Kaikilla on mahdollisuus nähdä kaikkien twiitit. Kuka tahansa aiheesta kiinnostunut voi ottaa kantaa keskusteluun.

Satunnaisella huutelulla Twitterissä ei kuitenkaan ole suurta merkitystä. Jos haluaa saada äänensä kuuluviin, se vaatii sinnikästä työtä.

– Twitter elää hetkessä. Se on sen vahvuus. Se vaatii lähes päivittäistä läsnäoloa.

Twitterin käyttö kannattaa aloittaa sillä, että etsii henkilöt ja organisaatiot, joita haluaa seurata. Omat



ajatukset pitää oppia kiteyttämään 140 merkkiä sisältävään twiittiin.

– Jos pitkäjännitteisesti keskustele samasta asiasta ja argumentoit hyvin, se luo auktoriteettiasemaa.

OLE OMA ITSESI

Maarit Niemelän mukaan sosiaalisessa mediassa kannattaa olla aidosti oma itsensä. Jos haluaa osallistua sosiaali- ja terveysalaa koskevaan keskusteluun, profiilissa kannattaa mainita olevansa hoitaja.

– Emme voi rajata sosiaalisessa mediassa, olemmeko siviiliroolissa vai työpaikkamme edustajia. Vaikka työpaikkaa ei mainitse, aina on joku, joka osaa liittää meidät työhöemme. Työpaikan mainitsemisesta on etuna se, että ihmiset osaavat sitoa sanomamme oikeaan kontekstiin.

Niemelä kehottaa harkitsemaan sitä, miten rajaa eri kanavien käytön.

– Twitter sopii ammattiasioiden esiin tuomiseen. Facebook on henkilökohtaisempi kanava. Voi vaikka päättää, ettei Facebookissa puhu työhön liittyvistä asioista. Instagram ei ole niinkään vaikuttamisen kanava, vaan se on mukavaa ajanvietettä.

Niemelä kannustaa etsimään itselleen kanavat, jotka tuntuvat luontevilta ja opetella niiden toimintaperiaatteet. Jos kokeilunhalua riittää, mahdollisuuksia on paljon.

– Twitter voi tuntua aluksi hankalalta. Kannattaa rohkeasti testata, luoda profiili ja lähteä seuraamaan keskustelua. Harvoin somessa tapahtuu mitään pahaa. Mutta jos et julkaise mitään, harva edes löytää sinua. Somessa kaikki on vuorovaikutusta. Täytyy olla valmis keskustelemaan asioista.

ILO IRTI SOMESTA

Sosiaalisen median kanavat ovat erinomaisia työvälineitä ammattiasastoille. Ammattiasaston Facebook-ryhmässä voidaan suunnitella tulevia tapahtumia ja tiedottaa niistä. Se tarjoaa myös foorumin, jossa voi keskustella työhön, ammattiin ja liittoon liittyvistä asioista.

HARKITSE MITÄ JULKAISET

– Vaitiolo velvollisuus sitoo myös sosiaalisessa mediassa. Edes suljetussa Facebook-ryhmässä potilaista ei saa puhua. Perusperiaate on se, ettei sano somessa mitään sellaista, mitä ei voi sanoa vierustoverille bussissa, sosiaalisen median kouluttaja Maarit Niemelä muistuttaa.

Työntekijää sitoo myös lojaliteettivelvoite työnantajaa kohtaan. Jos sen rikkoo, riskinä on varoitus tai työsuhteen päättyminen.

– Somessa ei kannata koskaan haukkua omaa työpaikkaa, kritisoida esimiestä eikä nurista nuijista työkavereista.

Niemelän mukaan on kuitenkin sallittua valittaa satunnaisesti rankasta työviikosta.

– On harmitonta, jos kertoo cappuccinon tulevan tarpeeseen rankan työviikon jälkeen. Jos vuodattaa jatkuvasti, miten kurjaa työssä on, kukaan ei lue sellaista mielellään. Se luo kirjoittajasta sellaisen kuvan, ettei hän ole motivoitunut työntekijä. Siitä on haittaa, jos vaikka haluaa vaihtaa työpaikkaa. Uudessa työpaikassa voi olla joku, joka on lukenut marinoita pari vuotta.

Monet työnantajat antavat työntekijöilleen ohjeet sosiaalisen median käytöstä. Työnantajalla on oikeus kieltää sosiaalisen median käyttö kokonaan työajalla. Jos sitä ei ole kielletty, jokaisen on mietittävä, mikä on milloinkin sopivaa.

Niemelä muistuttaa, ettei sosiaalinen media saa häiritä työn tekemistä. On asiatonta olla somessa esimerkiksi potilaiden läsnä ollessa.

– Heti kun otat kännykän käteen, et ole enää läsnä samassa huoneessa oleville ihmisille. Kahvitauoilla puhelimen käyttö voi olla sallittua, jos haluaa viettää oman taukonsa verkossa. Silloin joutuu priorisoimaan, puhuuko työkavereiden kanssa vai karkaako toisaalle puhumaan muista asioista.



Lisäksi ryhmässä on helppo luoda keskinäistä yhteishenkeä.

Täytyy kuitenkin miettiä, miten jäsenet löytävät ryhmän. Sitä voi markkinoida tapahtumissa, ilmoitustauluilla, kirjeissä, sähköposteissa ja verkko-sivuilla.

– Jotkut eivät halua olla Facebookissa. Heiltä voi jäädä huomaamatta, mitä ammattiasastossa tai omalla paikakunnalla tapahtuu, Maarit Niemelä pohtii.

Hänen mukaansa somessa mukana olemalla ei häviä mitään.

– Pitää vain huolehtia siitä, että yksityisasetukset ovat kunnossa. Facebook-

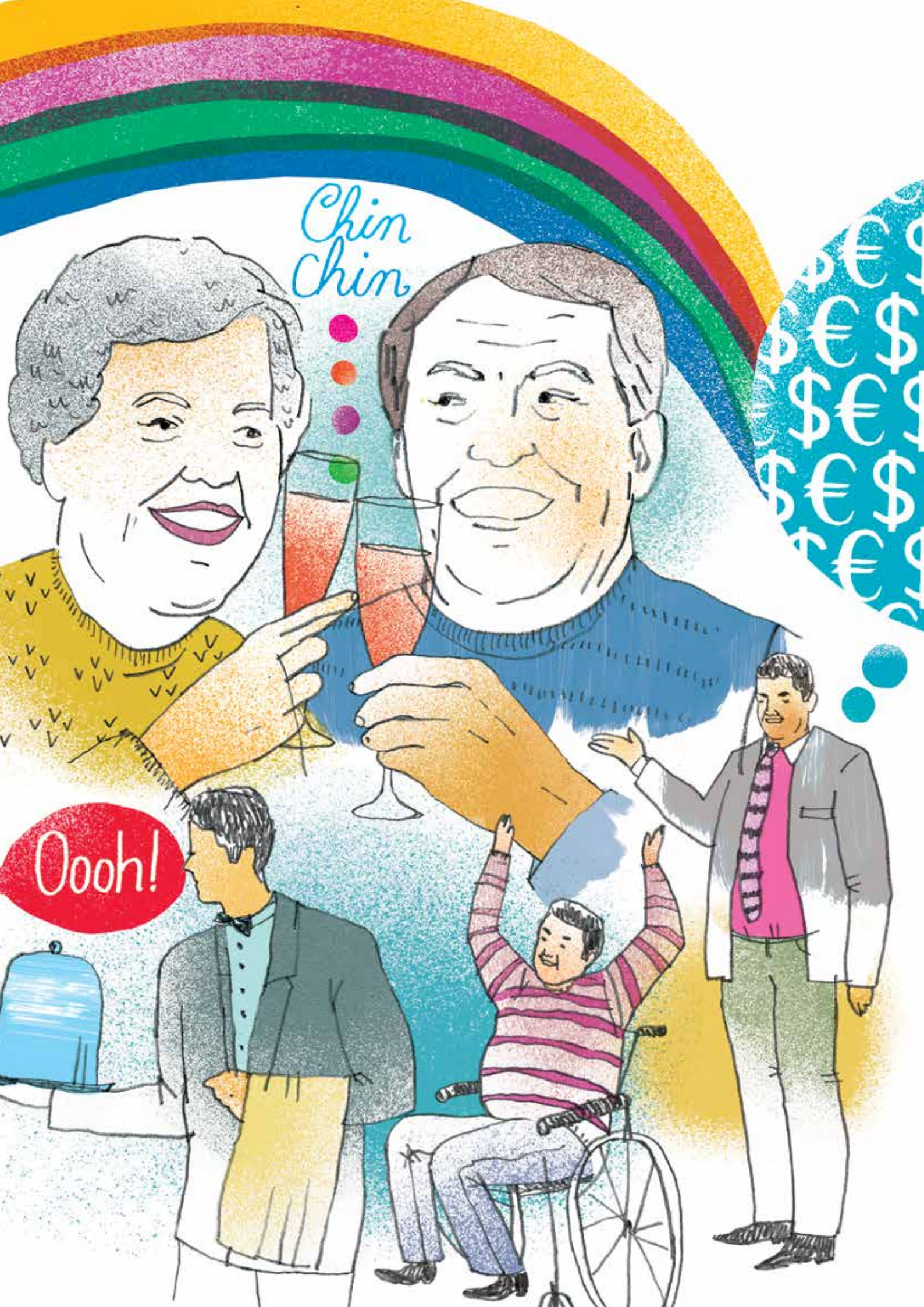
profiilista kannattaa tehdä yksityinen, jolloin vain ystävät näkevät sisällöt. Täytyy myös päättää, millaisia rajauksia tekee, esimerkiksi julkaiseeko lastensa kuvia lainkaan.

Niemelä rohkaisee luomaan ammattiasastolle myös kuvien julkaisemiseen perustuvan Instagram-tilin.

– Sen avulla voidaan tuoda yhteinen filis näkyväksi. Kun kuvat kertovat, mitä kivaa yhdessä tehdään ja millaisia asioita ammattiasasto ajaa, toimintaan saattaa tulla uusia jäseniä.



TUTUSTU SUPERIN SOSIAALISEN
MEDIAN OHJEISIIN



Markkinapuhe valmistaa
teitä hoivabisneksille

JOKAISELLA ON OIKEUS VAIVAAN JA HOIVAAN

TEKSTI ANTTI VANAS KUVITUS SALLA PYYKÖLÄ

Asiakas on se, joka penkoo marketin alennuskoreja – ei se, joka herää ison leikkauksen jälkeen sairaalan teho-osastolla. Asiakas etsii, vertailee ja tekee valintoja; muistisairas vanhus ei toimi näin. Miksi siis puhutaan hoiva- ja hoitoasiakkaista?

Hoivan arvoiset -kirjan tekijät kertovat kirjan saaneen alkunsa siitä äkkiseltään erikoisen tuntuista huomiosta, että ihmisen elämä on vaivaista.

Vaivaisuus ja riippuvaisuus toisista ihmisistä ovat kirjoittajien mielestä ihmisenä olemisen keskeisiä piirteitä. Niissä ei ole mitään poikkeuksellista eikä hävettävää. Toisin kuin ennen vanhaan, vaivaisuutta ei myöskään pidä niputtaa yhteen vähäosaisuuden kanssa.

Kirjan sanoma tiivistyy vaivaisuus-asiakkuus-sanaparissa. Vaivaisuus on käsite, johon pörssiin listautuneen hoivayrityksen markkinointiosasto ei koskisi viisi metriä pitkällä pihdeillääkään.

Asiakkuus taas on markkinaympäristössä kehittynyttä ja sinne sopivaa puhe- tapaa – sitä samaa, jossa sopivasti hinnoitellut tuotteet asettuvat tarpeiden muotteihin kuin sähkövatkaimen osat styrox-pakkauksen lokeroihin.

Asiakkuuksilla ja tuotteilla on hyvin vähän tekemistä hoito- ja hoivatyön arjen kanssa, katsoipa asiaa sitten työntekijän tai ”asiakkaan” kannalta.

Kirjoittajien tarkoituksena onkin luoda vastapainoa uusliberaalista bisnesajattelusta kumpuavalle uuskielille, jossa ei ole tilaa luuta ja lihaa olevalle ihmisruumiille eikä sen väistämättömälle vaivaisuudelle.

Arvostelemalla kieltä tutkijat arvostelevat hoidon ja hoivan yksityistämistä ajavaa politiikkaa, jolle kieli luo maaperää.

Hoivan arvoisten erinomaisia artikkeleita yhdistää ja kirjaa kuljettaa eteenpäin kehyskertomus, jossa vaivaisuutta, hoivapolitiikkaa ja vaivaisuudella rikastumaan pyrkivää liiketoimintaa havainnollistetaan fiktiivisellä jatkokertomuksella.

Tarinassa seurataan aivoinfarktiin raskaan työpäivän päätteeksi sairastuvaa kunnallispolitiikko Kirstiä ja hänen perhettään, johon kuuluvat mies Pentti, juuri isäksi tullut poika Mika sekä muistisairas äiti Kielo. Kielon arjessa vaikuttavat filippiiniläishoitaja Marie sekä kotipalvelutyöntekijä Alli.

Tässä kirja, joka jokaisen vaivaisen kannattaa lukea, vaikkei itseään sellaiseksi tuntisikaan – ja erityisesti niiden, ►

jotka tekevät työtään työaloista arvokkaimmilla: vaiva-aloilla.

ERiarvoiset vaivat

Vaivaisuus ei siis ole ongelma vaan ominaisuus. Ongelmat seuraavat siitä, miten yhteiskunta ihmisen luonteeseen vaivaisuuteen suhtautuu. Hoivan arvoisten kirjoittajat puhuvat vaivahierarkioista, erilaisten vaivaisryhmien vaihtelevasta oikeudesta hoivaan.

Vauvoja – tulevia aikuisia ja veronmaksajia – ei pidetä ongelmana vaan pikemminkin ratkaisuna ongelmaan, jonka vaivojen koettelemat vanhukset aiheuttavat. Vauvan-ajan vaivaisuus

peittyy pastellisävyihin ja tulevaisuudenodotuksiin.

Jos lapsi jää vaille hoivaa, yhteiskunta puuttuu tilanteeseen järein keinoin. Vanhan ihmisen perustavaa tarvetta toiseen ihmiseen ei ole tunnustettu samalla tavalla. Muistisairas vanhus voidaan jättää tuntikausiksi yksin. Vauvan jättäminen yksin on lastensuojelulain rikkomus.

Hoivan arvoisten tekijäksi ilmoitautuvan Viva-kollektiivin, joka voidaan ääntää myös ”vaiva”, tavoitteena on avoin keskustelu ja tiedon tarjoaminen vanhushoivapolitiikasta ja siihen liittyvistä taloudellisista kysymyksistä. Ryhmä koostuu Tampereen ja Helsin-

gin yliopistoissa sekä Seinäjoen ammattikorkeakoulussa eri tieteenaloilla vaikuttavista hoivatutkijoista.

Tavoitteena on myös palauttaa keskustelijoiden mieleen se tosiasia, että hoivapalveluiden tarkoituksena on todellakin tuottaa hoivaa, ei voittoa yksityiselle bisnekselle. Tämän pitäisi olla itsestään selvää, mutta esimerkiksi Ruotsista kantautuvat tiedot kertovat muuta.

Ahneus pilaa hoivan

Ruotsissa on jo muutaman vuoden ajan kokeiltu sote-palvelujen valinnanvapautta ja avattu alan palvelutuotantoa yksityisille firmoille. Kansa ei ole uuteen järjestelmään tyytyväinen, kertoo ruotsalaisen TNS Sifon marraskuussa julkaissama mielipidetutkimus.

Tulosten mukaan neljä viidestä ruotsalaisesta haluaa rajoittaa markkinoiden toimintavapautta hyvinvointipalveluissa, ja vain kymmenen prosenttia on nykyisen mallin kannalla. Yli puolet pitää voiton mahdollisuuden rajoittamista oikeana keinona puuttua palveluiden epäkohtiin, ja 27 prosenttia kannattaa voiton tekemisen täyskieltoa.

Ruotsissa on nähty viime vuosina yritysten pyörittämien oppilaitosten ja hoivakotien konkurssseja, joissa oppilaat ja vanhukset ovat jääneet tyhjän päälle. Yksityiset toimijat ovat jääneet tämän tästä kiinni palvelutason kestävästä laskemisesta, verovälittelystä ja hyvinvointipalveluihin tarkoitettujen verokruunujen valumisesta väärin taskuihin.

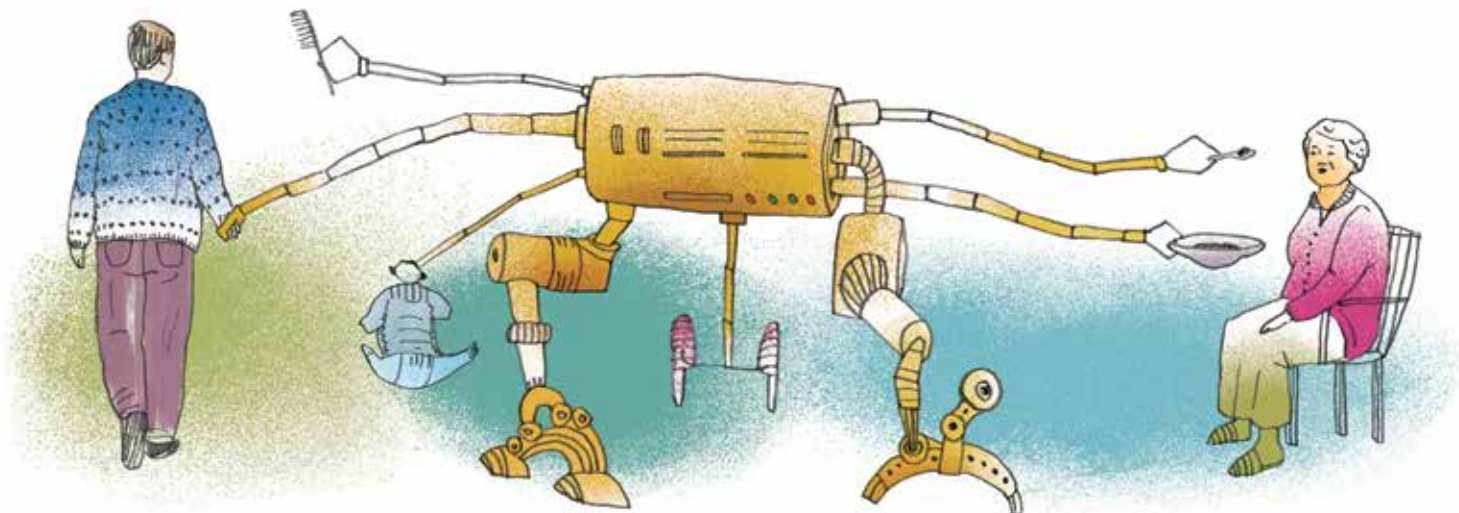
Ruotsin tilannetta blogitekstissään ruotinnut kansanedustaja Maarit Feldt-Ranta kertoo tyytymättömyyden levinneen elinkeinoelämäänkin. Asiallisesti toimivat sote-yritykset ovat saaneet tarpeekseen voittoa maksimoivien monikansallisten yhtiöiden otteista.

Tuoreessa tutkimuksessa joka kolmas ruotsalainen yritysjohtaja ilmoitti haluavansa rajoittaa voitonteon mahdollisuutta yrityksissä, jotka toimivat julkisesti rahoitetuilla sote-markkinoilla.

Toivoa sopii, että oman sote-ratkaisunsa kanssa painiva Suomen hallitus seuraa tarkasti naapurimaan tapahtumia. ■



HANNA-KAISA HOPPANIA YM.:
HOIVAN ARVOISET. GAUDEAMUS 2016.
GAUDEAMUS.FI/HOIVANARVOISET/



Hoivaa, huutolaisia ja elämää virtuaaliunessa

Ei ennustaminen vaikeaa ole, vaikka niin väitetään – ei edes tulevaisuuden ennustaminen. Otetaan vain pätkä mennyttä kehitystä kuvaavaa käyrää ja tähdätään sitä pitkin tulevaisuuteen kuin ilmakiväärillä ikään.

Huomattavasti vaikeampaa on ennustaa tulevaisuutta oikein. Vuosikausia samana pysyneeseen trendiin saat- taan tulla huomenna tai vuoden kuluttua mutka, joka siirtää ennustetun tapahtuman kauas tähtäyspisteestä. Jostakin ennusteissa on kuitenkin lähdettävä, jote- turha hudista ennustajaa on syyttää.

Viva-tutkijat tähtäävät markkina- vallon vahvistumista kuvaavaa käyrää pitkin yläviihtoon aina vuoteen 2048 saakka. Tuloksena on hoiva-alan tule- vaisuuskuva, jossa ei ilo pilkkahte.

Puolitosissaan laadittu ennuste voi hyvinkin toteutua, jos kansa suostuu jatkossakin kulkemaan siihen suun- taan, johon markkinat sitä taluttavat. Trumpin vaalivoitto, brexit-äänestyk- sen tulos ja kaikkialla nouseva kansal- lisaate enteilevät, että trendi voi vielä mennä pahasti mutkille. Tulevaisuus- kuva ei tosin siitä kirkastu.

Seuraa *Hoivan arvoiset* -kirjaa koske- via juonenpaljastuksia.

Vuoden 2018 alussa astuu voimaan laki, joka antaa oikeuden hoivakodille periä asiakasmaksuja myös asiakkaiden omaisuuden perusteella. Muistisaira- an Kielon omistusasunto voi siis mennä myyntiin, jos rahat eivät muuten riitä

hoivamaksuihin. Varattomien vanhus- ten palvelumaksujen siirtämisestä las- ten maksettavaksi keskustellaan.

Helmikuussa 2021 Kielon loppu lä- hestyy. Filippiiniläissyntyinen hoita- ja Marie istuu vuoteen vieressä ja pi- tää kiinni kuolevan kädestä. Hoitajaa puistattaa, sillä hän tietää Aarnimetsän veloittavan tästä palvelusta saattohoi- totuotteena kellonajasta riippuen 100- 200 euroa. Kielon koti on myyty, ja hä- nen lapsensa Kirsti on maksanut osuu- tensa hoivasta.

Marraskuussa 2022 Aarnimetsä myydään jätityhtiö CareMedica Oy:lle. Aarnimetsä on yrityksen 348. hoitoko- ti Suomessa. Huhtikuussa 2030 Care- Medica irtisanoo 70 prosenttia työte- kijöistään Suomessa. Lopputilin saa- neet noin 10 000 työntekijää korvataan hoivaroboteilla.

Maaliskuussa 2046 CareMedica päättää jättää Suomen. Yhtiöstä tiedo- tetaan hoivan tuottamisen muuttuneen täällä kannattamattomaksi kalliiden tuotantoyksikköhintojen ja epäsuoi- san palkkakehityksen takia.

Vanhusasiakkaat ovat vaarassa jäädä ilman hoivaa, sillä heidän kustannuk- sistaan vastanneella julkisella sektoril- la ei ole heidän varalleen tiloja. Ko- dittomiksi jääneet vanhukset joutu- taan huutokauppaamaan jäljelle jää- neille yrityksille vanhan ajan huuto- laistyyliin.

Huhtikuussa 2046 Kielon lapsen- lapsi Mika saattaa isänsä Pentin pihal- ta takaisin hoitokotiin. Mika taluttaa isänsä vessaan, missä vaipanvaihtoro- botti pesee hänet ja vaihtaa vaipat. Tä- män jälkeen poika ohjaa isänsä sängylle ja laittaa hänelle ”piuhat kiinni”. Pent- ti vaipuu virtuaaliterapiaksi kutsuttuun horrokseen, jossa hän palaa muistojen- sa maailmaan.

Pentti viettää pitkiä aikoja virtuaa- literapiassa. Hän voisi jäädä sinne py- syvästikin, jolloin hänelle annetta- siin ravinto liuoksena suoneen. Mika ei kuitenkaan halua isän elävän kuo- lemansa saakka pelkästään virtuaali- maailmassa. ■

ANTTI VANAS

**HOIVAPALVELUIDEN TARKOITUKSENA ON
TODELLAKIN TUOTTA A HOIVAA, EI VOITTOA
YKSITYISELLE BISNEKSELLE.**



Seksuaalikasvatus muodostuu tiedosta, taidosta ja asenteesta, sanovat Raisa Cacciatore ja Susanne Ingman-Friberg.

Päiväkodissa kannattaa puhua turvataidoista **LAPSELLE KEHO ON LEIKKI**

TEKSTI JA KUVA ELINA KUJALA

Onnistunut pienten lasten seksuaalikasvatus vaatii hoitajilta ammatillista tiimityöskentelyä.

Pienten lasten seksuaalikasvatus on kimurantti juttu sekä vanhemmille että ammattilaisille. Pimpit, pippelit ja vauvojen syntymä vilahtelevat kyllä päiväkotien ja lapsiperheiden arkipuheessa, mutta alle kouluikäisten seksuaalikasvatus on useimmiten vaiettu aihe aikuisten välisissä vasu-keskusteluissa ja suunnittelupalavereissa, vaikka sen tärkeydestä ollaan lähes yksimielisiä.

Väestöliiton lastenpsykiatri Raisa Cacciatore ja kättilö Susanne Ingman-Friberg toivovat, että tieto helpottaa aiheen käsittelyä. He ovat toimittaneet lasten kanssa työskentelevien ammattilaisten tueksi kirjan *Keho on leikki – Opas alle kouluikäisten luonnolliseen seksuaalikasvatukseen*. Pienten lasten seksuaalikasvatusta ei juuri ole käsitelty, joten Suomi on aiheen kanssa pedagoginen edelläkävijä ja päiväkotien henkilökunta avainasemassa.

– Suomalainen kulttuuri tukee hyvää seksuaalikasvatusta. Lasten kanssa työskentelevistä ammattilaisista yli puolet kokee, että asiasta on luonteva ja helppo puhua, vaikka aihetta käsittelevää materiaalia tai ohjeita ei tähän mennessä ole juurikaan ollut saatavilla. Pienten lasten seksuaalikasvatukseen liittyy paljon huumoria ja hauskoja tilanteita. Lapset itsessään tekevät aiheeseen tarttumisen helpoksi. Hehän ovat kiinnostuneita, innostuneita ja kysyvät avoimesti. Nyt uudet varhaiskasvatussuunnitelman perusteet sisältävät myös kaikki tarvittavat elementit, jotka mahdollistavat seksuaalikasvatuksen toteuttamisen, Raisa Cacciatore kannustaa.

KUUNTELE JA KESKUSTELE

Aikuiset mieltävät seksuaalisuuden usein haluksi tai seksuaaliseksi teoksi kuten yhdynnäksi, mutta ne eivät kuulu lapsen maailmaan. Seksuaalikasvatus ei ole seksikasvatusta. Seksuaalikasvatus on laaja alue, johon sisältyvät ikätasoisesti tuettu keho ja kehitys, läheisyys, hyvä itsetunto, tunteet, ihmissuhteet, terveys ja hyvinvointi, lisääntyminen sekä normit,

tavat ja oikeudet. Tarhaikäiselle lapselle tämä tarkoittaa esimerkiksi sitä, että oman kehon joka paikalle on olemassa nimi tai että lapsi tietää, että vauvat kasvavat äidin mahassa.

Hyvään seksuaalikasvatukseen kuuluvat tieto, taito ja asenne.

– Lapsi huomaa nopeasti, jos aikuinen on tilanteessa suuttunut, hämillään tai vaivautunut, eikä hän kysy enää uudestaan, sanoo Cacciatore.

Ammattilaisille ja vanhemmille tehdystä kyselytutkimuksesta nousi selkeästi esiin kolme seksuaalikasvatuksen haastetta.

– Kuumia perunoita ovat lapsen itsetyydytys eli unnutus, miten puhua lisääntymisestä ja kuinka varoittaa vaarallisista aikuisista. Nämä ovat niitä aiheita, joista puhuminen koetaan kaikkein vaikeimmaksi, sanoo Cacciatore.

Monet hoitajat arastelevat puhua seksuaalikasvatuksesta vanhempien kanssa.

– Erilaiset perheet, lapsen kulttuurista tai ryhmän lasten erilaiset kehitysvaiheet mietittävät hoitajia. Keskustelu kannattaa avata kevyillä aiheilla ja kuunnella, millaisia ajatuksia perheellä on asiasta. Yhteistyö vanhempien kanssa on tässäkin asiassa tärkeää, sanoo Susanne Ingman-Friberg.

Lastenhoitaja voi kysyä esimerkiksi, miten kotona kosketetaan ja näytetään välittämistä tai mitä vanhemmat ajattelevat turvataidoista. Usein hyvä hetki puheeksi ottamiseen syntyy arkisissa tilanteissa. Vanhemmille voi mainita, että vauvojen syntyminen kiinnostaa nyt lapsia, kun hoitajista yksi on jäämässä äitiyslomalle.

– Puheeksi ottaminen on helpompaa, kun päiväkodissa henkilökunta on ensin yhdessä sopinut suuntaviivat. Vastakeskustelu on oivallinen paikka keskustelulle. Silloinhan puhutaan myös hygieniasta ja hampaiden hoidosta, miksi siis ei myös seksuaalikasvatuksesta, sanoo Ingman-Friberg.

EVÄITÄ ELÄMÄNHALLINTAAN

Seksuaalisuus on henkilökohtainen aihe. Se herättää lastenhoitajissakin ristiriitaisia tunteita ja ajatuksia. Lapsella on oikeus kysyä ja aikuisella velvollisuus vastata.

– Monet lasten parissa työskentelevät ammattilaiset ovat sitä mieltä, että vastaavat kysymykseen, mutta vasta sit-

ten kun lapsi itse ottaa asian puheeksi. Se on ihan perusteltu näkemys, mutta emme me muissakaan aiheissa jätä vastuuta tiedon saamisesta lapsen kontolle. Jos lapsi ei kysy mitään, niin eikö hän silloin saa tietoa ollenkaan, Cacciatore kysyy.

– Jos aihe on liian hankala itselle, voi kollegaa pyytää kertomaan asiasta. On-

nistunut pienten lasten seksuaalikasvatus vaatii ammatillista tiimityöskentelyä, Ingman-Friberg sanoo.

Lapsen kehitysvaiheita kunnioittaessa seksuaalikasvatus tukee lapsen hyvää itsetuntoa ja auttaa häntä arvostamaan omaa ja toisen kehoa. Se vaikuttaa ihmisen elämänhallintaan ja seksuaaliterveyteen vielä aikuisenakin. ■

LAPSELLA ON OIKEUS KYSYÄ JA AIKUISELLA VELVOLLISUUS VASTATA.

ÄLÄ PAHEKSU UNNUTUSTA

Unnutuksesi kutsutaan sitä, kun lapsi hakee hyvää oloa, rauhoittumisen tai turvallisuuden tunnetta sukupuolielimiään koskettelemalla. Se on monelle lapselle tavallinen tapa tutustua omaan kehoon.

Lapsen unnutus ei ole itsetyydytystä siten kuin aikuiset sen ymmärtävät. Lapsella ei ole aikuisen kokemuksia tai fantasioita. Unnutus on lapselle kehollista, tuntuu hyvältä ja se voi olla myös keino säädellä esimerkiksi stressiä.

Suhtaudu unnutamiseen kuin nenän kaivamiseen: levollisesti, älä paheksu tai pilkkaa. Kerro, että omaa pimppiä tai pippeliä kosketellaan vain omassa rauhassa, ei ruokapöydässä, muiden seurassa tai julkisilla paikoilla.

MISTÄ VAUVAT TULEVAT?

Vastaa lapselle rehellisesti. Älä keksi haikaratarinoita. Lapsi voi joutua väärin tietojensa takia nolatuksi kaverijoukossa, eikä ehkä kysy aikuiselta enää mitään.

Pieni lapsi ei tarvitse yksityiskohtaista biologian luentoa, vaan päiväkotitiikäläiselle riittää yleensä tieto, että vauva kasvaa äidin vatsassa siemenestä, jonka isä on sinne laittanut. Vauvansiemeniä tulee isän pippelistä ja ne pääsevät äidin sisälle pimpin kautta. Käytä sellaisia sanoja, jotka sinulle tuntuvat luontevilta.

Lapsia tulee perheisiin monella tavalla. On yhden huoltajan perheitä, adoptio- ja sijaisperheitä, uusperheitä ja sateenkaariperheitä. Puhu arvostavasti kaikista perhemuodoista ja erilaisista tavoista saada lapsia.

OPETA LAPSELLE TURVATAIDOT

Kerro lapselle, että kehossa on omat, arvokkaat ja yksityiset paikat uikkarien alla, eikä sinne saa kukaan koskea tai katsoa ilman hyvää syytä ja lapsen omaa lupaa. Kosketus ei saa jättää kurjaa oloa, eikä olla salaisuus.

Jos tilanne tai kosketus ei lapsen mielestä tunnu hyvältä ja oikealta, saa sanoa kovalla äänellä Ei, lähteä heti pois ja kertoa asiasta turvalliselle aikuiselle. Lapsella on oikeus puolustaa itseään!

Puhu turvataidoista rauhallisesti ja ymmärrettävästi, älä pelottele. Lapsi ei tiedä, että hyväksikäyttö on väärin ja laitonta, jollei joku kerro sitä hänelle. Turvataidot suojelevat lasta myös lasten keskinäisissä leikeissä liian uteliailta kavereilta.

– Kasvatustyö on haastavin tehtävä, joka ihmisen eteen tulee. Tilanteita ei voi tietää ennalta, mutta kussakin tilanteessa on tehtävä päätös, Minja-Riina Nenonen sanoo. Kuvassa myös oma Jiro-poika.



VÄLITTÄMINEN TAKARAIVOSSA

TEKSTI MINNA SEPPÄ KUVA JUKKA JÄRVELÄ

Kovia kokeneen lapsen tai nuoren luottamus aikuiseen syntyy vähitellen, näkyy pieninä asioina, mutta lämmittää valtavasti. Lähihoitaja Minja-Riina Nenonen tekee lastenkodissa unelmatyötään.

Luomuruokaa ja heppoja. Sijainti järven rannalla. Mahdollisuus pelata Pokemon Go:ta. Pihapiirissä kissoja ja koira. Hyvät harrastusmahdollisuudet. Viiden tähden B&B? Ei, vaan lastenkoti Aalokko, jossa sijoitetut lapset ja nuoret elävät arkeaan suonenjokelaisessa maisemassa.

– Teemme asioita, joita kotonakin tehtäisiin: leivotaan, katsotaan Salkkareita, autetaan läksyissä, tehdään iltapalaa.

Kun pulmatilanne tulee, mietin, miten toimin omien lasteni kanssa, ohjaaja Minja-Riina Nenonen sanoo.

MIELENTERVEYSONGELMAT YLEISTYVÄ SIIJOITUSTEN SYY

Aalokkokodissa asuu 14 lasta ja nuorta ala-asteikäisistä ammattikoululaisiin. Tavoitteena on, että nuori palaa kotiinsa mahdollisimman pian.

– Huostaanottojen syyt ovat moninaisia. Kyse voi olla esimerkiksi kouluikämyönteisyydestä tai mielenterveysongelmista.

Aalokkokodissa ovet lukitaan vain yöaikaan. Nuorista osa asuu Aalokkokodissa täysi-ikäiseksi asti, ja pihapiirissä on myös 18–21-vuotiaille tarkoitettuja asuntoja.

– On turvallista kokeilla itseksensä asumista tutussa ympä-

ristössä. Jos nuori muuttaa heti omilleen, hän voi saada halutessaan tuki-henkilön.

SÄÄNNÖT JA YHTEISTÄ PUUHAA

Aalokkokodissa on selkeä viikko-ohjelma ja säännöt. Koulunkäyntiä arvostetaan.

– Läksyistä pitää huolehtia. Kun homma toimii, lenkille ja kaverimeinoihin saa lähteä. Meillä on esimerkiksi jalkapallon ja ratsastuksen harrastajia.

Lastenkodin juhlaan kuuluu Ylläkselle muutaman kerran vuodessa tehtävä mökkireissu. Lisäksi on autoiltu Norjassa ja otettu aurinkoa Turkissa.

– Pienet elämykset ovat kuitenkin niitä tärkeimpiä. Tykkään esimerkiksi tehdä hyvää iltapalaa. Jos olen iltavuorossa, lapset osaavat jo kysyä, miten herkutellaan.

Lastenkodissa jokaisella on oma huone, jonne saa tuoda tavaroita kotoa. Ohjelmaan kuuluu säännöllisesti myös kahdenkeskistä aikaa aikuisen kanssa. Tämä onnistuu omatyöntekijäpäivinä, jolloin käydään vaikkapa Kuopiossa keilaamassa. Bonusta on, jos aikaa löytyy spontaanistikin.

– Kun lähdetään Pokemon-jahtiin, jutustelu on erilaista kuin sisällä istuessa.

OHJAAJA TEKEE TYÖTÄ PERSOONALLAAN

Aalokkokodin 15 hengen moniammatilliseen tiimiin kuuluu niin sosionomeja, nuoriso- ja vapaa-ajan ohjaajia kuin opettajakin. Terveystieteiden osaamista edustavat sairaanhoitaja ja lähihoitajan koulutuksella työskentelevä Minja-Riina Nenonen. Häntä työllistää erityisesti lääkehoito ja muun henkilökunnan neuvonta esimerkiksi diabeetikkolasten hoidossa. Minja-Riina toimii myös luottamusmiehenä työpaikallaan, jossa henkilöstön ikäskala on laaja: työntekijöistä vanhimmat ovat kuusi-, nuorimmat alle kolmikymppisiä.

– On tärkeää, että talossa on riittävästi erilaisia persoonia. Jokaisen lapsen pitää saada löytää ihminen, jolle on luontevaa uskoutua.

Vuorovaikutustaitoja tarvitaan myös, kun keskustellaan vanhempien kanssa.

– Vanhemmat voivat olla sosiaaliviranomaisten kanssa eri mieltä huostaanoton tarpeellisuudesta. Kun Aalokkokodin ja vanhempien välille syntyy hy-

vä yhteistyö, äiti tai isä voikin sanoa luottavansa siihen, että teemme asiat oikein hänen lapsensa kanssa.

Tyypillistä on, että lapsi viettää kotona kolme viikonloppua kuukaudessa.

– Vaikka paluu sunnuntai-iltana teiskin tiukkaa, moni nuori myös viihtyy meillä.

ÄITIENPÄIVÄKORTTI LÄMMITTI

Nenonen kokee työn lasten ja nuorten parissa mielekkääksi.

– Kun nuori tulee meille, hänellä voi olla ympärillään korkeat muurit. On palkitsevaa, jos luottamus syntyy, ja nuori päästää lähelleen: tulee katsomaan yhdessä televisiota, tai uskaltaa suuttua ja haistatella. Tunteiden näyttäminen vaatii rohkeutta.

Kun luottamus on saavutettu, nuori kokee ohjaajan omaksi ihmiseksi, vaikka tämä häntä joutuisi rajoittamaan.

– Täysi-ikäiset asiakkaat tulevat kyllä välillä juttelemaan. Minulle on myös annettu töissä äitienpäiväkortti, mikä tuntuu todella hyvältä.

TYÖTÄ SYDÄMELLÄ

Päivien raskaus riippuu siitä, millaisia ongelmia nuoren elämässä ilmenee.

– Esimerkiksi mielenterveysongelmat oireilevat heikkona minäkuvana: koetaan, että olen paljon huonompi kuin tuo toinen. Siinä riittää keskusteltavaa. Toisaalta kipuilu kuuluu murrosikäisen maailmaan.

Minja-Riina Nenonen nukkuu yönä hyvin, sillä luottaa työyhteisöönsä.

– En mieti työasioita vapaalla, sillä kotona ykkössijalla ovat kolme omaa lastani.

Se, että pitää ammatillista etäisyyttä, ei tarkoita, etteikö välittäisi.

– Jos on hoitotyössä, välittämisen pitää löytyä takaraivosta.

Lastensuojelusta kerrotaan julkisuudessa harvoin myönteistä. Nenonen kehottaa lukemaan somesta tarinoita siitä, kuinka sijoitus voi myöhemmin näytettyä omassa elämässä hyvänä asiana.

– Uskon, että valtaosa sosiaali- ja terveysalan työntekijöistä tekee työtään sydämellä. Palkka ja työ määrä ovat sellaiset, ettei tähän kukaan rahan takia ryhdy. ■

ON TÄRKEÄÄ, ETTÄ TALOSSA ON RIITTÄVÄSTI ERILAISIA PERSOONIA. JOKAISEN LAPSEN PITÄÄ SAADA LÖYTÄÄ IHMINEN, JOLLE ON LUONTEVAA USKOUTUA.

Perunat ja porkkanat luomutilan pelloilta

Suonenjoella toimivan Aalokkokodin toimintaa pyörittää Vanhamäki-säätiö, jonka alueella toimivat myös luomutila, matkailuyritys ja ratsastuskoulu.

– Haemme perunat ja porkkanat luomutilan pelloilta, ja osa nuorista saa kesätyöpaikkansa puutarhalta. Ratsastaminen on meillä harrastuksena suosittu, ja monelle nuorelle myös hyvin terapeutista, Minja-Riina Nenonen kertoo.

Nuorten keskinäisiä riitoja selvitetään Ratkesi-toimintamallilla. Syvemälle menevään työskentelyyn käytetään ART- (aggression replacement training) ja Nepsy (Neuropsykologinen valmennus) -menetelmiä.

Sijoitetun lapsen kanssa työskentely perustuu yksilöllisille hoito- ja kasvatussuunnitelmille sekä päivä- ja kuukausitason raportointiin. Perhetyötä tehdään esimerkiksi kotikäynnin.

Työyhteisölle järjestetään ulkopuolisen vetämä työnohjaus kerran kuussa. ■

AVOIN KOHTAAMINEN ON TÄRKEÄÄ

TEKSTI MINNA SEPPÄ KUVA JUKKA JÄRVELÄ

Hymy ja ihmistuntemus ovat potilaan ja hoitajan vuorovaikutuksessa tärkeitä, Jori Willandt sanoo.

Miltä tuntuu nuoresta pojasta, joka joutuu yöllä pissamaan alleen, kun yöhoitaja ei auta sorsan kanssa? Tai millaista on joutua liikuntakyvyttömänä osastolle, jossa huonekavereina on ylivillkaita dementikkopappoja?

Tamperelainen Jori Willandt on kokenut nämä tilanteet itse. Hän joutui 16-vuotiaana, vuonna 2001, liikenneonnettomuuteen, josta sai aivoruhjeen, aivokurkaisen vaurion ja pienempiä vaurioita, kuten reisiluun murtuman.

– Kävin rattijuopon kyytiin, mikä oli varmasti oma vikaani, vaikken tapahtuneesta mitään muistakaan. Kuljettaja ajoi pois tieltä Peltolammilla. Muille autossa olleille ei käynyt juuri mitään, mutta minä löin pääni takasivuikkunasta läpi, ja sain kyydin teholle, Willandt kertoo.

Vuosia kuntoutettu Willandt korostaa, että ikävät kokemukset terveydenhuollosta ovat hänen kohdallaan poikkeuksia.

– Olen saanut 99-prosenttisesti ihan mahtavaa hoitoa.

– Paras vuorovaikutus hoitohenkilökunnan kanssa on ollut avointa ja tasavertaista. Myös hymyt ja iloisuus tuntuivat potilaana aina hyviltä. Toivoisinkin hoitajilta ihmistuntemusta ja malttia kuulostella, mikä kunkin yksilön kanssa toimii.

HARJOITTELU ALKOI KYLJELLEEN KÄÄNTYMISESTÄ

Willandt muistaa vuodepotilaaksi joutumisen olleen kova paikka nuorelle, jolle kavereiden kanssa meneminen oli liki koko maailma. Toisaalta kuntoutuminen eteni alkuvaiheessaan ripeästi.

– Joulukuussa 2001, kolme kuukautta onnettomuuden jälkeen, olin siinä pisteessä, missä vastaavaan tilanteeseen joutunut 30-vuotias olisi ollut kolmen vuoden kuluttua. Esimerkiksi hermoston uusiutuminen oli mahdollista ja nopeampaa kuin aikuisilla.

Helpoksi kuntoutumista ei kuitenkaan voi kuvata. Kun yhdeksän vuorokautta nukutettuna ollut Willandt teho-osastolla herätettiin, hänellä havaittiin vasemman puolen plegiisy ja halvausoireet.

Ensimmäisistä viikoista teho-osastolla hän ei muista mitään. Tilanteen vakiinnuttua Willandt sai siirron tavalliselle osastolle, jossa harjoiteltiin esimerkiksi syömistä. Seuraava osoite oli Pikonlinnan neurologinen kuntoutusosasto. Siellä treeni alkoi kyljelleen kääntymisestä.

– Oli suuri askel, kun pystyin istumaan sängyn reunalla ilman tukea. Painoin tuolloin 47 kiloa. Sain suuren pyörätuolinrotiskon, josta en pitänyt, vaikka se varmasti tarpeeseen tulikin.

Kun vasen puoli kropasta alkoi jotenkin toimia, Jori sai pienemmän pyörätuolin, jolla potkutteli kuntoutussessioihin. Erilaiset apuvälineet kävivät muutenkin tutuiksi.

– Kun esimerkiksi treenasin ilman tukea seisomista, käytössä olivat laskuvarjovaljaat ja nosturi. Niistä siirryttiin rollaattoreihin, joista ajelin kolmella mallilla sen mukaan, miten liikuntakyky kehittyi.

JOULUKSI KOTIIN KYYNÄRSAUVOILLA

Jouluna 2001 Jori liikkui jo kyynärsauvojen kanssa, ja pääsi kotiin pyhien viettoon. Hän myös suoritti tuona talvena henkilökohtaisen avustajan avulla opintojaan ammattikoulun autonasentajalinjalla, ja kävi viikossa kaksi-kolme kertaa fysioterapiassa. Willandt opiskeli myös koru- ja metallialan artsaaniksi.

Säännöllinen fysioterapia jatkui kesään 2006, jolloin Willandt lähti sanojensa mukaan elämänsä kuntokouluun, asevelvollisuutta suorittamaan.

– Olin juuri oppinut jotenkin juoksemaan, ja fyssari totesi, että tämän valmiimmaksi et tule, lähde vaan inttiin kokeilemaan.



– Periksi ei pidä antaa. Toisaalta on asioita, joista kannattaa luovuttaa. On viisautta, jos tunnistaa elämässään myös jälkimmäiset, Jori Willandt kiteyttää.

Kersanttina lopulta kotiutunut Willandt kävi armeija-aikana aseoppilaaliupseerikurssin, sitten aseoppilaskoulun ja vielä vuonna 2010 yrityskurssin.

PIENI TYTÄR ON TÄRKEIN

Nykyisin Jori Willandtin elämä Tampereella on suurimmaksi osaksi hyvin onnellista. Merkkipaaluja ovat 2010-luvulla olleet osa-aikainen työllistyminen, onnettomuudesta ja selviytymisestä kertovan *Älä luovuta* -kirjan ilmestyminen, avioituminen, omakotitalo ja tärkein, tyttären syntymä, noin vuosi sitten.

Toipuminen otti onnettomuuden jälkeen kuitenkin aikansa.

– Intensiivinen kuntoutus kesti 10 kuukautta, mutta henkisesti ja fyysisessä cheytymisessä meni yli 10 vuotta. Ja osin työ jatkuu edelleen. Käyn esimerkiksi kuntosalilla kolme–neljä kertaa viikossa.

Onnettomuuden jälkeen vaikeinta oli maailman kohtaaminen uudessa tilanteessa, vammautuneena.

– Huomasin, että vastaantulijat herkästi tuomitsevat yhtään erilaiselta näyttävän ihmisen. Olin toipilas, mutta moni näytti ajattelevan, että olen sairas tai kännissä. Se tuntui pahalta.

Willandtin jaksaminen lähti ajatuksesta, että hän on saa-

nut toisen mahdollisuuden, jota ei kaikille anneta.

– Koin, että minun on käytettävä tilaisuuteni, ja palattava edes jotenkin aktiiviseen elämään.

KARJALAIKUUS JA ÄITI KANTOIVAT

Willandt oppi paljon itsestään toimiessaan Aivovammaliiton aktiivinuorena.

– Minussa on vaarilta perittyä karjalaisuutta: itku ja nauru ovat molemmat tosi herkässä. Se on ollut iso voimavara. Lisäksi tukijoukot ovat olleet hyvät, erityisesti vahva ja suurisydäminen äitini. Hän on terveydenhoitajana kyennyt tukemaan minua niin, että ulkopuolista keskusteluapua ei ole tarvittu.

Jori on positiivisen luonteensa mukaisesti keskittynyt aina tuleviin mahdollisuuksiin.

– Kun nuorena kokee paljon, monet samanikäisten jutut tuntuvat turhanaikaisilta, ja toisaalta itse putoaa porukasta. Vaikka hyviä ystäviä jäikin rinnalle, surin silti jossakin vaiheessa kaikkea sitä, mitä olin menettänyt.

– Äiti on jaksanut muistuttaa, että onnettomuus ei ole loppu, vaan alku. Hän sai myös näkemään sen, mitä on jäljellä. ■

JORI WILLANDT LUENNOI POTILAAN JA HOITAJAN VUOROVAIKUTUKSESTA SUPERIN LÄHIHOITAJATAPAHTUMASSA SYYSKUUSSA.

MITÄ HYÖTYÄ IÄKKÄISTÄ?



Mieheni ja minun ystävä, 86-vuotias nainen, vieraili kodissamme. Hän istui vanhuksille suunnitellussa, motoroidussa nojatuolissamme omalla rollaattorinsa tuolin edessä. Ystävämme oli ollut muistisairaana miehensä omaishoitaja kolmen vuoden ajan miehensä kuolemaan saakka. Tämän jälkeen hän on asunut yksin yli kaksi vuotta.

Miehensä kuolemasta melko tasapainoisesti selvinnyt ystävämme sanoi kokevansa tarpeettomuutta. Hän kertoi: ”Mieheni auttaminen oli raskasta, mutta silloin päivät täyttyivät toiminnasta ja juttelusta. Olin tarpeellinen auttaja, vaikka pystyin liikkumaan huonosti. Nyt minusta ei ole hyötyä kenellekään.” Nämä sanat saivat meidät pohtimaan iäkkäiden ihmisten osaa yhteiskunnassa.

Monet äskettäin eläkkeelle siirtyneet ja ”nuoret eläkeläiset” pitävät huolta lastenlapsistaan, vievät heitä harrastuksiin ja monella muulla tavalla auttavat työssä käyviä aikuisikäisiä lapsiaan. Tämä yhteiskunnallisestikin merkittävä auttamisen panos estää työikäisten rasittumista.

Iäkkäät ovat oiva vanhenemisen malli varttuville lapsille. Kävelykyvyltään heikentynyt, tasapainoisesti ikääntynyt ystävämme mekin osoittaa opiskeleville ja työelämän alussa oleville lastenlapsilleen sen, mitä vanheneminen on. Oma ikääntyminen ei

tunnu pelottavalta, kun on saanut nuorena jakaa oman isoäitinsä vanhuuden. Tämä kannanottoni sai ystävämme hyväksynnän: ”Olen itsekkin ajatellut näin.”

Ystävämme oli löytänyt tärkeitä vanhojen ihmisten tehtäviä. Hän kertoi auttavansa naapurissaan yksin asuvaa 97-vuotiasta naista juomalla kahvia, keskustelemalla ja tekemällä rollaattorikävelyitä lähes päivittäin tämän kanssa. Auttaminen viehättää häntä. Hän tietää tukevansa ystäviään pelkän keskustelun avulla. Hänellä oli muukin oivallus: ”Vanhojen tehtävä on toimia esirukoilijana. Minä rukoilen nuorten työsaannin ja maailman rauhan puolesta.”

Entä työllisyyden ja talouden näkökulma? ”Nuoret eläkeläiset” ja vanhemmatkin käyttävät kampaamo-, parturi- ja jalkojenhoitopalveluita, matkustelevat, käyvät teattereissa, ravintoloissa ja monissa muissa tilaisuuksissa ja ostavat vaatteita, ruokaa ja muita tarvikkeita. Heidän panoksensa yhteiskunnan talouteen on merkittävä. Vapaaehtoistoiminta kuvastaa heidän vastikkeetonta panostaan. Huonokuntoisimmat vanhat ihmiset käyttävät siivous-, ruoka- ja kotipalveluita tai palveluasumisyksiköiden ja sairaaloiden palveluita. Joskin nämä palvelut ovat pääasiassa verovaroin kustannettuja, ne luovat työpaikkoja monille ihmisille. Ystävämme rollaattori ja Suomessa valmistettu motoroitu nojatuolimme kuvastavat huonokuntoisten vanhusten työllistävää merkitystä. Yhdessä ihmettelimme, miten se yhteiskunta toimisi, missä ei olisi yhtään 70 vuotta täyttänyttä.

”Opetin lapsia ja nuoria lähes 50 vuoden ajan. Tunsin itseäni tarpeelliseksi kasvattajana. Meitä kunnoltaan heikentyneitä iäkkäitä ihmisiä auttavat ja hoitavat työntekijät ovat hyödyllisempiä kuin kasvattajat”, ystävämme sanoi. Lopuksi hyväksyimme sen, että molemmat ovat yhtä tarpeellisia. ■



Yötyö herättää mielipiteitä

Viime lehden juttu ja blogi yötyöstä synnyttivät poikkeuksellisen vilkkaan keskustelun SuPerin Facebook-sivuilla.

Teen pelkkää yövuoroa enkä haluaisi mitään muuta.

...

Joko pelkkää yötä tai sitten ei ollenkaan. Kolmivuorotyö on kuluttavinta.

...

Vanhempana helpompi valvoa, mutta palautuminen kestää kauemmin.

...

10 vuotta pelkkää yöhommaa tehnyt ja se on se "mun juttu". Nyt meillä luovuttiin vakiyököistä ja kolmivuoro kutsuu. Koko elämä meni uusiksi.

...

En vaihtaisi pois. 16 vuotta tehnyt ja sopii minulle kuin nenä päähän.

...

Ei ole mitään niin herkkua tehdä yötyötä, mutta tykkään tehdä kuitenkin.

...

Täällä vakiyökkö ja en muuta haluaisikaan. Tämä on minulle se oikea ehdotomasti. Kolmivuoro aiheuttaa unihäiriöitä ja ne taas tuovat muita terveydelisiä ongelmia.

...

Mieluiten en tekisi öitä ollenkaan, mutta pakkohan se on. Ei saa aina yön jälkeen nukuttua, eli tulee sitten valvottua yli 24 tuntia putkeen.

...

Onneksi meillä on yököt erikseen ja muut tekee kaksivuorotyötä. Pari yötä tehneenä huomannut, ettei sovi mulle: rytmi sekaisin, maha sekaisin, huono olo valvottujen öiden jälkeen. Ei oo mun juttu.

...

Yövuorot olisivat ihan ok, jos ei oltaisi yksin töissä. Tulee niin inhottava riittämätön olo, kun moni soittaa ja et vaan ehdi heti joka paikkaan.



JUKKA JÄRVELÄ

...

Paras vuoro on yövuoro ja 7 yön putkessa.

...

Olen tehnyt jo 20 vuotta yötyötä.

...

Meillä on pätkäaamu ennen yövuoroa enkä saa nukuttua ennen valvomisia. Rankkaa yötyötä, kun yksin valvoo 34 asukasta kahdella eri osastolla.

...

Meidän yövuorot tuntuu välillä olevan asukastyön lisäksi niin täynnä kaikkea muuta hommaa, että en kauhean innoissani yövuoroista aina ole.

...

Mulla takana 28 vuotta hoitotyötä ja

pääsääntöisesti tehnyt kolmivuorossa. Nyt vuosi takana pelkkää yötyötä, tämä sopinut todella hyvin.

...

Kaksi yötä korkeintaan peräjälkeen. En osaa nukkua yövuoron jälkeen kuin kolme tuntia korkeintaan.

...

Yli viisikymppisenä tein just kaksi yövuoroa. Päästä särkee, vatsa on sekaisin. Ihan kuin olisi kamala krapula. Silloin tällöin voin ja pystyn valvomaan.

...

Onko kaikilla, jotka tekee kolme yötä myös vapaita kolme? Meillä ei kuu-lemma millään onnistu kuin kaksi vapaata, koska tunnit ei täsmää. Lähes kaikki haluaisivat tehdä kaksi yötä, koska siinä ei rytmi ehdi kääntyä.

VIRKISTYSTÄ
VAIKKA
VÄKISIN
– OSA 2!



Vuorovaikutus työpaikalla
– mutta minun, sinun vai yhteistä?

► [youtube.com/superliitto](https://www.youtube.com/superliitto)



SUPER

Y L P E Ä N Ä E S I T T Ä Ä :

Opinto- päivät

14.–15.2.2017
TAMPERE

Alustava ohjelma. Muutokset mahdollisia.

Tiistai 14.2.2017 klo 8.30–17

- 8.30 Ilmoittautuminen ja aamukahvi
10.00 Päivien avaus / Puheenjohtaja Silja Paavola, SuPer
10.20 Vuorovaikutusta työpaikalla – mutta minun, sinun vai yhteistä? FT Yrjö Lauranto, Helsingin yliopisto
11.50 Lähihoitajana nuorten vastaanottokeskuksessa
Lähihoitaja Majeed Ibrahim Abbas
12.10 Lounas
13.30 Kolmantena pyöränä päihteen – vaikuttaako hoitosuhteeseen? Johtava ylilääkäri Kaarlo Simojoki, A-klinikkasäätiö
15.00 Kahvi
15.30 La Carita -säätiö palkitsee vanhustyön innovaatiot
15.45–17.00 Vuorotyö, terveys ja palautuminen – miten saamme parempia vuorolistoja? Professori Mikko Härmä, TTL

Keskiviikko 15.2.2017 klo 9–15

- 9.00 Täyttä elämää muistisairauden kanssa – matkamuistoja Hollannin dementia-työstä / YTM Leena Kaasinen
10.10 Sydämen asiassa – saattajana viimeisellä matkalla
Lähihoitaja Maaret Ollila
10.40 Hoitotahto – oma tahto / LT, geriatrian erikoislääkäri, Lauri Seinelä, Tampere
11.15 Lounas
12.15 Asiakkaalla on oikeus? Ajatuksia itsemääräämisoikeudesta / TtM, asiantuntija Kristina Lamberg
13.15 Kahvi
13.45–15.00 Meitä on moneksi – näkyvä ja näkymätön kulttuuri hoitotyössä / Riku Rantala, Madventures

Opintopäivien päätteeksi



Toimittaja, rikostoimittaja, tuottaja, palkittu esiintyjä... **Riku Rantala** tunnetaan muun muassa tv-sarjoista Madventures ja Docventures.

Luennoitsijana Riku on mukaansatempaava ja persoonallinen. Rikun luennot motivoivat, herättävät ajatuksia ja inspiroivat monenlaista yleisöä.

OSALLISTUMISMAKSUT

	2 päivää	1 päivä
SuPerin jäsenet	220 €	150 €
Opiskelijat, työttömät ja eläkeläiset	140 €	100 €
Ei-jäsenet	270 €	200 €

Osallistumismaksu sisältää luennot, jaettavan materiaalin, lounaat ja kahvit (alv 0 %). **Mikäli työnantajasi maksaa osallistumismaksun, selvitä tarkka laskutusosoite.**

Ilmoittaudu sähköisellä lomakkeella osoitteessa

my.surveypal.com/opintopäivät2017

Viimeinen ilmoittautumispäivä on 15.1.2017.

Lisätietoja: www.superliitto.fi



superliitto #opintopäivät

OPINTOPÄIVILLÄ MENNÄÄN YTIMEEN

TEKSTI MINNA SEPPÄ

SuPerin opintopäivät uudistuvat. Taphtuma järjestetään entiseen tapaan kaksipäiväisenä helmikuussa Tampereella, mutta selkiytettynä: luvassa on yksi tasokas luento-ohjelma useamman rinnakkaisen ohjelman sijaan.

– Halusimme luoda kokonaisuuden, jossa sosiaali- ja terveydenhuollon ajankohtaisia ilmiöitä käsitellään käytännönläheisesti lähihoitajan näkökulmasta. Yksi ohjelma takaa sen, että aikaa jää verkostoitumiseenkin, tapahtumajärjestelyjä luotsaava asiantuntija Elina Kiuru SuPerista kertoo.

TAUNO PALON AJOISTA NYKYPÄIVÄÄN

Koulutuspäivillä kuullaan luentoja esimerkiksi vuorovaikutuksesta, päihteistä, työvuorosuunnittelusta, hollantilaisista dementian hoitomalleista ja saatohoidosta.

– Teemana on erilaisuus. Tuomme



JUKKA JÄRVELÄ

Tampere-talolle odotetaan helmikuussa tuhatta kävijää.

esiin paitsi lähihoitajien työnkuvien moninaisuutta, myös heidän yksilöllisiä erojaan: vuorotyöstä palautuminen poikkeaa 50-vuotiaalla 20-vuotiaasta. Myös asiakkaiden ja potilaiden vaihte-

levat tilanteet vaikuttavat työhön.

Perinteikkäiden opintopäivien kulttuuriannista vastasi aikoinaan itse Tauno Palo. Tällä kertaa suuriin saappaisiin astuu Madventuresin Riku Rantala. ■

TYÖAJOISTA PITÄÄ PUHUA

Professori Mikko Härmä Työterveyslaitokselta luennoi opintopäivillä vuorotyöstä, terveydestä ja palautumisesta. Härmä on tutkinut pitkään muun muassa hoitajien vuorotyön terveysvaikutuksia.

Miksi aiheesi on ajankohtainen?

– Kun sosiaali- ja terveydenhuoltoa lähivuosina uudistetaan, pitää huolehtia siitä, että alan töiden mitoitus ja kuormittavuus säilyvät kestäväällä pohjalla.

– Toinen syy liittyy meneillään olevaan työaikalain uudistamiseen. Valmistettava lakiesitys määrittelee uudelleen muun muassa hoitoalalla yleisen jakso-työn. On tärkeää, että sille haetaan nykyistä parempia pelisääntöjä.

– Aiheen esillä pitämistä puoltaa sekin, että monet haluavat aktiivisesti vaikuttaa työaikoihinsa.

Kuinka työstä palautumista edistetään parhaiten?

– Vastuu vuorotyön haitoista on työnantajalla. Jos työnantaja haluaa edistää työvuorosuunnittelulla henkilöstönsä hyvinvointia, kannattaa harkita niin sanottuun yhteisölliseen työvuorosuunnitteluun kehitettyjen sovellusten käyttöönottoa. Yksilötasolla jokaisen on hyvä edistää palautumistaan terveillä elämäntavoilla.

POTILAAN PÄIHDEONGELMAA VÄISTELLÄÄN

A-klinikan ylilääkäri Kaarlo Simojoki luennoi opintopäivillä päihteiden vaikutuksesta hoitosuhteeseen. Simojoki haluaa parantaa hoidon tasoa ja vähentää päihteiden käyttöön liittyvää stigmaa.

Miksi aiheesi on ajankohtainen?

– Päihteet ovat asia, jonka voi ottaa puheeksi jokaisessa hoitosuhteessa. On tärkeää ymmärtää, että päihderiippuvuudessa on kyse sairaudesta, johon liittyy aivoissa tapahtuvia neurologisia muutoksia.

Millaisia ennakkoluuloja päihteiden käyttäjä kohtaa terveydenhuollossa?

– Päihderiippuvaiset saavat osakseen monenlaista epäasiallista kohtelua: heille paitsi puhutaan rumasti, myös jätetään vaille heidän muihin vaivoihinsa tarvitsemää hoitoa. Verukkeena voi olla esimerkiksi se, että hoito ei toimisi päihteitä käyttävällä. Kärjistäen: kun lopetat juomisen, hoidamme epilepsiasi. Monissa tapauksissa voidaan puhua heitteillejätöstä.

– Henkilökunta myös holhoaa päihteidenkäyttäjää enemmän kuin muita asiakkaita.

– Päihteiden käyttöä ei siihen liittyvän häpeän vuoksi haluta useinkaan ottaa puheeksi. Lääkäri voi pelätä, ettei osaa ohjata jatkohoitoon, hoitaja taas väistelee, koska ajattelee asian vievän liikaa työaikaa.

SuPer-sukkaa pukkaa -kampanja
huipentuu joulukuussa

LÄMPIMIEN AJATUSTEN PAKETIT

TEKSTI ELINA KUJALA KUVAT MARJO KOIVUMÄKI

Kudinpuikot kilisevät iloisesti, kun lohjalainen lähihoitaja Anri Kamppinen neuloo raidallista villasukkaa. SuPerin hyväntekeväisyyskampanja SuPer-sukkaa pukkaa on tänä syksynä saanut sadat lähi- ja perushoitajat tarttumaan puikkoihin. Vuodenvaihteessa lämpimät lopputulokset luovutetaan hoitajien itsensä valitsemiin, paikallisiin kohteisiin eri puolilla Suomea.

– Lohjalla päätimme lahjoittaa sukat lasten ryhmäkotiin. Sieltä kerrottiin, että lahjoitus otetaan hyvällä mielellä vastaan. Lohjalla on monena vuotena neulottu sukkia vanhukseille, joten tällä kertaa halusimme muistaa lapsia ja nuoria. Vanhuksilla villasukkia on saattanut vuosien varrella kertyä kaappiin, mutta lapsilla niitä ei entuudestaan ole.

Lohjan ammattiosastossa idea SuPer-sukista otettiin innostuneena vastaan. Sukkatalkoisiin lähti mukaan kymmenkunta hoitajaa. Loppujen lopuksi Lohjalla kudottiin sukkia 70 paria. Langat SuPer-sukkiin on lahjoittanut SuPer ja Turva, ja innokkaimmat neulojat ovat ostaneet itse lisää.

– Eräs neulojista keksi laittaa villasukkien sisään saajalle osoitetun, pienen lorun. Se oli niin kaunis idea, että kopioimme saman lorun muihinkin sukkapaketteihimme, kertoo Anri.

VAIHTELUA VUODENAJAN MUKAAN

Anri Kamppiselle käsillä tekeminen on elämäntapa ja enemmänkin. Hän on askarrellut ja ommellut sekä käynyt kansalaisopiston puutöissä kolmekymmentä vuotta. Tyttärelle puutöissä valmistui aikoinaan nukkekoti, kaksivuotiaalle tyttärentyttärelle mummi on tehnyt kalusteita. Lohjan ammattiosaston jäsenilleen antamat onnittelukortit syntyvät nekin Anrin käsissä.

– Mutta neulomaan ryhdyin vasta kolme vuotta sitten naapurin rouvien innostamana, Anri naurahtaa kutimensa takaa.

Yhteisöllisen kerrostalon naiset kokoontuvat usein pihaan tai kerhohuoneelle tekemään käsitöitä yhdessä.

– SuPer-sukkien lisäksi olen tänä syksynä neulonut pipoja vastasyntyneille. Se on naapurustomme oma hanke. Ta-

voitteena on tehdä 365 pipoa Lohjan sairaalan synnytysosaston vauvoille.

Anri tekee koko ajan käsitöitä, mutta materiaalit ja aiheet vaihtelevat vuodenajan mukaan.

– Viime kesänä urakoin ulkona istuessani koruja sekä enkeli- ja sudenkorentoheijastimia. Syksyllä keräsin luonnosta materiaalia ja tein kransseja, niitä on viety esimerkiksi haidoille. Nyt olen innostunut askartelemaan kahvipussikransseja. Talvella tulee neulottua enemmän. Juomapilleistä tehdyt jouluhimmelit ovat kysytyjä. Olen varannut työpaikan joulumyyjäisistä pöydän. Sinne teen pillihimmeleitä ja ehkä joulukortteja.

MUKAVA MUISTO

Käsitöiden tekijät tietävät, että harrastus vaatii tilaa. Keräilijäluonteeksi tunnustautuva Anri tuskaillee kotona tilapulan kanssa.

– Tekisin käsitöitä enemmänkin, mutta on oma hommansa levittää pöydälle kaikki materiaalit ja tarvikkeet ja sitten kerätä ne taas pois muun elämän tieltä. Sen takia teen esimerkiksi onnittelukortteja aina useamman samalla kertaa. Yhdellä rykäyksellä saa helpommin valmista aikaiseksi.

Kamppinen on ollut 13 vuotta lähihoitajana lohjalaisessa Jokela-kodissa, jonka asukkaat ovat mielenterveys- ja päihdekuntoutujia.

– Yövuorossa ehtii tehdä kortteja tai neuloa. Käsillä tekeminen on myös vastapainoa työlle. Se rentouttaa ja saa ajatukset pois työasioista.

Lohjalaiset superilaiset vievät sukat ryhmäkodin asukkaille joulun alla. Anri Kamppinen toivoo, että lapsille ja nuorille jää sukista sekä niiden mukana tulevasta lorusta lämmin ja mukava muisto. SuPer-sukkaa pukkaa -kampanja on ollut tekijöillekin lämpimien ajatusten ja yhdessä tekemisen juhla.

– Kun lahjan saaja saa itse tehdystä hyvän mielen, tulee hyvä mieli tekijällekin. ►



Lohjalainen Anri Kamppinen
askartelea, nikkaroi ja neuloo.

Näin paljon kudottiin ja lisää on luvassa!

KOONNUT ELINA KUJALA KUVAT MARJO KOIVUMÄKI JA SUPERILAISET INSTAGRAM-KUVAAJAT

SuPer-sukkia neulottiin eri puolilla Suomea useita satoja pareja. Puikonheilutustalkoisiin innostuivat myös superilaisten äidit, mummot, ystävät ja asiakkaat. Sukkaparien lopullista, tarkkaa määrää ei vielä tiedetä, sillä osa ammattiosastoista jatkaa kampanjaa koko talven.

Sukkasatoa sieltä täältä

- Turun seudun yksityisten ao 641: **110 paria**
- Raahen seudun ao 214: **40 paria**
- Janakkalan-Hattulan ao 612: **20 paria**
- Tiirismaan ao 407: **35 paria**
- Oulun seudun yksityisten ao 229: **50 paria**
- Harjavallan seudun ao 617: **59 paria**
- Lahden seudun yksityissektorin ao 406: **35 paria**

Hekin saavat SuPer-sukat

Superilaiset valitsivat itse paikalliset kohteet lahjoituksilleen. Erityisesti haluttiin muistaa lapsia ja nuoria sekä ilahduttaa vanhuksia:

- Vähävaraiset lapsiperheet
- Rauman Katulähetys ja asunnottomien parissa työtä tekevä Toivontalo
- Ensi- ja turvakodin lapset
- Turkulainen hoivakoti Josefiina sekä Emmi-koti
- Kriisikeskus
- Alkoholistien asuntola
- Raahen kaupungin perhetyö
- Harjavallan kaupungin kaikki esikoululaiset
- Kotipalvelun asiakkaat
- Oulun palvelusäätiön vanhuksat
- Lappeenrantaan kehitysvammaisten asumisyksikkö Männikkö

SuPer-sukista sanottua

Hauskaa on ollut kutoessa hyvän-
tekeväisyssukkia. Toivottavasti
jouluna lämmittää monen jalkoja!

PÄIVI PÖYRY, RIIHIMÄKI

Tähän mennessä sukia ynnä
muuta kudelmia on syntynyt puo-
li vaippalaatikollista tänne Jout-
san keräyspisteeseen. Meillä haas-
tettiin myös kaksi kuntaa kuto-
maan ja lahjoittamaan lankaa tai
sukkia. Lehtijuttuja on asian tii-
moilta tehty nyt kaksi.

TARJA PYYHTIÄ, JOUTSA

Meillä tehtiin myös säärystimiä,
kun villasukan kantapää saattaa
monelle olla akilleen kantapää.
Säärystimet ovat kivoja, ainakin
nuoret tykkäävät niitä käyttä.

SATU KOIVUSIPILÄ, RAAHE

Kaiken ei tarvitse aina olla pape-
rilla, vaan näkyvyyttä voi saada eri
tavoin. Se taisi olla vain joku il-
ta, kun SuPer-sukka -rapin sanoja
rupesi tulemaan. Ex-mieheni teki
musiikin ja lapset olivat heti in-
noissaan mukana räppäämässä.

JOHANNA VILKMAN, HARJAVALTA

Aada Ijäs:

Joulupukin odottaminen tuntuu hauskalta

TEKSTI JA HENKILÖKUVA ELINA KUJALA TUNNELMAKUVA VESA LAITINEN



Tamperelainen Aada Ijäs, 6, on löytänyt mantelin joulupuurosta.

Mun mielestä joulun paras asia on lahjojen avaaminen. En ole vielä kirjoittanut Joulupukille, mutta meinaan kyllä kirjoittaa ja jätän kirjeen eteisen lipaston laatikkoon. Sieltä tonttu hakee sen. Toivon Joulupukilta leikkikoiranpentua. Sillä on semmonen häkki, missä se koiranpentu on ja tarvikkeita myös. Kaikkein paras joululahja, jonka olen ikinä

saanut, on Frozenin Elsa-mekko. Käytän sitä kotona ja leikeissä ja muuten vaan. Mulla on Frozen-korkkaritkin. Ja arvaa mikä on hassua? Mulla on myös iskän luona ihan tismalleen samanlaiset Frozen-korkkarit! Viime vuonna olin iskän kanssa mummon ja vaakun luona viettämässä joulua ja silloin me menttiin juhlamekoissa ulos mun serkun kanssa, tai onneksi oli myös sukkahousut ja korkokengät, mutta ei ollut takkia tai mitään, eikä silti tullut yhtään kylmä.

Väinö toivoo lahjaksi mummilelua tai autoa. Kun Väinö näkee Joulupukin, se varmaan rupeaa itkemään, koska se itki silloinkin, kun näki Ti-Ti Nallen. Toivon, että Joulupukki tuo äidille lahjaksi suklaalevyn ja farkut, joissa on polvissa leopardikuvioita. Mulla on sellaiset ja äiti on sanonut, että se toivoisi samanlaiset, mutta aikuisten koossa.

Baletissa meillä on joulunäytös. Se on semmonen, missä meillä on hameet ja punaiset liivit yllä. Menen esiintymään Tampere-taloon lasten itsenäisyyspäivän juhliin, mutta en nyt muista, että minkälainen se meidän tanssiesitys on.

Tänä vuonna minä, äiti ja Väinö ollaan jouluna mummin ja vaarin luo-

na Nokiolla. Sinne tulee ainakin Jari ja Anniina, enkä enempää tiedä, että ketä sinne tulee, paitsi tietenkin Joulupukki. Jouluaattona koristellaan joulukuuksi punaisilla ja keltaisilla palloilla, käydään joulusaunassa ja leikitään. Me esitetään Väinön kanssa aina mummilta Hauskoja kotivideoita ja hassutellaan, että 'ota kiinni, mandariini'. Mummin kanssa me ollaan leivottu pipareita. Jouluna syödään joulukinkkua. Tykkään kaikista jouluruuista. Päiväkodissa oli ihanaa, kun syötiin jouluruokaa pimeässä ja vaan kynttilät paloi pöydällä. Siellä oli pullanmakuista leipää. Ensin mun kaveri maistoi sitä ja sanoi, että tää leipä maistuu muuten ihan pullalta ja sitten mäkin maistoin ja pullaltahan se maistui! Löysin päiväkodissa mantelin puurosta. Sain palkinnoksi pikkusuklaapatukan, muut sai keksin. Kaikki sai jonkin palkinnon.

Luulen, että joulua vietetään sen takia, kun tulee Joulupukki. Joulupukki asuu pohjoisessa. Sillä on aina valkoiset hiukset, tonttulakki ja pitkä, pitkä, pitkä parta. Joulupukin odottaminen tuntuu hauskalta. En tiedä, tuntuuko se miltään muulta. En jännitä yhtään. ■



Kerttu Kujala:

Joulun merkitys on suuri

TEKSTI JA HENKILÖKUVA MINNA LYHTY TUNNELMAKUVA VESA LAITINEN



Espoolaisen Kerttu Kujalan, 80, mielestä itse tehdyt lahjat ovat parhaita.

Olin varmaan 12-vuotias, kun esitin aattona joulupukkia neljälle pikkusisarukselleni. Muistan, kuinka kiipesin pukin tamineissa tikkaita pitkin parvekkeelle ja menin parvekkeen ovesta sisälle. Sisarukseni olivat hämmästyneitä, miten pukki tulee parvekkeen kautta. En muista sitä, tunnistivatko he minut lopulta.

Äitini oli kotoisin Pohjois-Karjalasta, jossa ollaan sukurakkaita. Vietimme lapsuuden jouluja äidin sisaren perheen kanssa yhdessä. Joulun vietossa oli yhteensä yhdeksän lasta. Muistan jouluista

mukavan ilmapiirin. Olimme läheisiä sisarusteni kanssa ja olemme vieläkin.

Sota-aikana oli pulaa kaikesta. Lahjoja ei ollut mahdollista ostaa, mutta teimme niitä itse. Jouluruokina oli perinteisiä laatikoita, rosollia, lipeäkalaa ja leivonnaisia. Kasvatimme possun, jonka ukki teurasti ennen joulua. Joulupöydässämme oli aina karjalanpiirakoita karjalaiseen tapaan.

Nuorena aikuisena vietin vielä jouluja perheeni kanssa, mutta kun menin naimisiin, sain lapsia ja sisarukseni saivat lapsia, vietimme jouluja omien perheidemme kanssa. Ikimuistoisimmat joulut vietimme kolmen lapsemme kanssa mökillä Orivedellä. Mökkimme on keskellä metsää, eikä siellä ollut edes sähköjä 70-luvulla. Kun menimme sinne, sisällä oli yhtä paljon pakkasta kuin ulkona. Lämmitimme taloa puilla, kynttilät ja lyhdyt antoivat valon. Mieleenpainuvuuden hetki näissä jouluissa oli se, kun menimme jouluaamun kirkkoon. Kirkko oli täynnä, mutta siellä oli hiljaista ja rauhallista.

Olimme mieheni kanssa viisitoista vuotta graafisen alan yrittäjiä. Se oli kiireinen aika elämässämme. Ennen joulua järjestimme asiakkaillemme joululounaan. Tein ruoat itse ja muistan, kun eräänä vuonna paistoin seitsemän kinkkua lounasta varten. Sen jälkeen joulu-

pöydässämme kotona ei ole kinkkua ollut. Meillä oli tapana muistaa asiakkaita joululahjoilla. Yhtenä vuonna en halunnut antaa miesvaltaisen alan perinteistä lahjaa, konjakkipulloa, ja leivoin 150 hedelmäkakkua lahjaksi.

Olen kuulunut Marttoihin vuodesta 1961 lähtien. Pohjois-Espoon Marttojen perinteenä on se, että teemme joulupuuron ja myymme leivonnaisia Kauneimmat joululaulut -yhteislaulutilaisuudessa. Se on ollut mukava perinne, mutta nyt olen jättänyt puuron keiton nuoremmille.

Nykyään vietämme aaton yleensä poikani perheessä. Jouluaterialla on iso porukka, sillä lapsenlapsillanikin alkaa olla jo seurustelukumppanit tai puoliset. Aattoon kuuluvat myös aattohartauteen osallistuminen ja tietenkin joulusauna. Haluan edelleenkin antaa itse tehtyjä lahjoja, joista on lahjan saajalle iloa. En pidä joulun kaupallisuudesta, enkä halua antaa mitään krääsää. Viime vuonna annoin kaikille Kirkon ulkomaanavun toisenlaiset lahjat.

Joulu merkitsee minulle paljon. Se on Vapahtajan syntymäjuhla. Joulunodotukseni alkaa jo ensimmäisestä adventista, jolloin haluan kirkkoon laulamaan Hoosianna-hymniä. Sen jälkeen alan polttaa kynttilöitä ja kuunnella mieluista joulumusiikkia. ■



Maija Rutanen:

Tärkeintä on joulurauha

TEKSTI JA HENKILÖKUVA MARJO SAJANTOLA TUNNELMAKUVA VESA LAITINEN



Lähihoitaja Maija Rutanen, 59, asuu Joensuussa. Hänelle perheen kanssa vietettävä kotijoulu on ihan paras.

Minä olen jouluihminen ja laitan kotiin kaikki höpsänät, kynttilät ja kukat. Tärkeintä minulle kuitenkin on joulurauha, että kaikki ihmiset rauhoittuivat aattona ja kaupatkin saisivat olla kiinni. Työpaikallani on kiertävä työlista ja sen mukaan olen tänä vuonna aattona ja tapanina aamuvuorossa ja joulupäivänä välivuorossa. Toivon, että saisimme työparini kanssa aattopäivästä niin kiireettömän, että meillä olisi asukkaiden kanssa rauhallista yhdessä-

oloa. Laulaisimme joululauluja ja muistelisimme menneitä jouluja.

Paras joulumuistoni on viiden vuoden takaa, kun tyttärenytär syntyi. Hän on joulunlapsi, joulupäivänä syntynyt. Olin töissä, kun minusta tuli mummi. Itkin ilosta ja halusin heti kertoa siitä ihan kaikille.

Olen itse suuresta perheestä, meitä on 11 sisarusta. Lapsuuden kotini oli Tohmajärven Kaurilan kylässä, joten meillä oli ihan perinteinen maalaisjoulu. Sitä muistelempa yhdessä 93-vuotiaan äitini kanssa. Aattona oli joulusauna ja isä oli Joulupukki. Meillä ei ollut aineellisesti rikasta, mutta henkisesti kyllä.

Minusta oli hauskaa, kun isä sanoi aina, että jouluna saa vaikka yölläkin syödä ja kyllä me kinkkua söimme. Jouluaamuna kuudelta lähdimme hevosella kirkkoon.

Minulla on jouluisia muistoja myös työstäni. Ne nousevat mieleen joka joulu. Valmistuin vuonna 1990 Outokummussa kodinhoitajaksi. Tein perhetyötä. Siitä minulla on joulumuisto, joka ei ole niin kovin mukava. Olin aattonaattona perheessä, jossa olin tehnyt paljon töitä. Leivoin viisivuotiaan pojan kanssa pipareita. Hän kysyi, voisinko olla aattonakin heillä. Olisi niin turvallista.

Valmistuin vuonna 2003 lähihoitajaksi, mutta olen jo pitkään tehnyt myös vanhustyötä. Työpaikkani on Si-

reenipihan hoivakoti, joka avattiin vuosi sitten. Tätä aikaisemmin olin töissä pienessä kymmenpaikkaisessa muistisairaiden yksikössä.

Toissa jouluna tiesimme jo, että meillä on siirto edessä tänne Sireenipihaan, kunhan tilat valmistuvat. Olin jouluaattona töissä ja halusin järjestää asukkaille kauniin joulun. Laitoin valkoiset liinat pitkälle pöydälle ja kynttilät palamaan, mitä tietenkään ei saisi tehdä, mutta olin läsnä koko ajan. Yksi vanhuksista oli hyvin rauhaton, mutta kun me kaikki istuimme siinä ja luin joulu-evankeliumin, hän laittoi kädet ristiin pöydälle ja rauhoittui. Se oli niin ihana hetki. Vanhoilla ihmisillä joulu-evankeliumi on kuulunut aina jouluun.

Omat jouluperinteeni ovat moninaiset. Kun omat lapset olivat pieniä, kävimme jouluaattona kierroksella. Vierailimme lähellä olevien sisarten sekä äidin ja isän luona. Hautausmaalla käynti on ollut meillä perinteenä kautta aikojen, kuten myös Tohmajärvellä järjestettävä aattohartaus. Sinne lähdän aina, jos töistä ehdin ja olen Suomessa.

Olemme viettäneet jouluja ulkomaillakin, Thaimaassa. Olemme keilleet hotellijouluja ja maatilajouluja, mutta kotijoulu on kuitenkin ihan paras. Lämmitämme vanhan ulkosaunan ja saunomme kynttilänvalossa. Saan olla rakkaitteni kanssa. ■



Hyvä hoitaja hassuttelee

Mauno Salokorvella on ikää kaksi vuotta ja kymmenen kuukautta. Hän aloitti päiväkotia Jumpin Sannakkoissa Seinäjoella kaksi kuukautta sitten. Hänellä on mahtava mielikuva ja juttua riittää, mutta haastattelu taitaa jännittää.

Eniten Mauno tykkää mopoleikeistä ja muistakin menoleikeistä. Ennen lounasta hän luki kirjaa, jossa oli kuvia eri ajoneuvoista ja työkaluista.

Onko Maunolla jo nälkä?

Joo. Kato ambulanssi.

Tykkäätkö leikkiä ambulanssilla?

Katso, se tekee talon tohon.

Oletko nähnyt, miten talo rakennetaan?

Joo. Ohjelmassa isän kanssa.

Rakennatko isona talon?

En mie muista.

Mikä sinusta tulee isona?

En mie muista.

Mitä muuta kuin mopoleikkejä leikit täällä?

En mie vaan muista.

Maunolta meni muisti ihan kokonaan, koska tilanne oli niin jännittävä. Hoitotäti Anu Peltokangas tuli hätiin ja jatkoi kyselyä.

Millainen on Maunon mielestä hyvä kaveri? Saako kaveri lyödä tai purra?

Ei.

Saako silittää ja halata?

Joo.

Millainen on hyvä hoitotäti?

Sinä.

Nyt Anu ihan punastuu.

Miksi Mauno tykkää Anusta?

Kaikesta leikistä ja hassusta.

Tykkäätkö, kun me hassutellaan?

Joo!

PÄIVÄKOTI JUMP ON SEINÄJOELLA SYKSYLLÄ 2014 ALOITTANUT YKSITYINEN LIIKUNTAPAINOTTEINEN PÄIVÄKOTI, JOKA TARJOAA HOITOPAIKAN 100 LAPSELLE.

TEKSTI JA KUVA MARJO SAJANTOLA



Köyhiä on kahdeksan prosenttia

Suomalaisista noin kahdeksan prosentin eli 440 000:n tulot eivät riitä koh-
tuulliseen vähimmäiskulutukseen eli



heidän tulonsa alittavat minimibudje-
tin.

Noin 12 prosenttia eli 660 000 suo-
malaista elää puolestaan suhteellisessa
köyhyydessä eli heidän tulonsa alitta-
vat EU:n suhteellisen köyhyysrajan. Ti-
lastokeskus kutsuu tätä pienituloisuus-
rajaksi.

Tulojen jääminen alle minimibud-
jetin on yleisintä yksinasuvilla, yksin-
huoltajilla, opiskelijoilla ja työttömillä.

Köyhien määrän ennustetaan py-
syvän yhtä suurena Suomessa vuonna
2016 kuin viimeisimmän tilastotiedon
mukaan vuonna 2014. ■



JOO PA JOO...

”Työnantajajärjestöillä ja
ammattiliitoilla on
erityinen oikeus toimia
lain ulkopuolella.”

KANSANEDUSTAJA HARRY
HARKIMO BLOGISSAAN

ILTALEHTI.FI 11.11.2016

Maahanmuuttajat elävät pidempään

Suomessa syntyneiden kuolleisuus on
suurempaa kuin maahanmuuttajien,
selviää ensimmäisestä valtakunnallisesta
tutkimuksesta maahanmuuttajien
kuolleisuudesta. Suomalais-syntyisten
maahanmuuttajia suurempi kuolleisuus
johtuu suurelta osin alkoholista, tap-
aturmista ja itsemurhasta.

Tulokset viittaavat siihen, että maa-
hanmuuttajien elintavat ovat ainakin
pääteiden käytössä suomalaissyntyisiä
terveellisemmät. Myös muilla elinta-
voilla – kuten tupakoinnilla ja ravitse-
muksella – voi olla merkitystä.

Eroja voi myös selittää maahan-
muuttajien valikoituminen. Maahan-



muuttajat eivät edusta koko lähtö-
maansa väestöä, vaan muuttajiksi va-
likoituvat useammin ne, joiden tervey-
dentila on hyvä. ■

Vertailu

JOULUKUU

Keskimääräinen
odotettavissa oleva
elinikä on maailman-
laajuisesti pidentynyt

61,7 vuodesta

vuonna 1980

71,8 vuoteen

vuonna 2015.



UKK-INSTITUUTTI

Kidutetaanko Suomessa ihmisiä?

YK:n kidutuksen vastainen komitea
tarkastelee parhaillaan Suomen ihmis-
oikeustilannetta.

Taustalla ovat Seta ja Trasek, jotka
vaativat intersukupuolisten lasten tar-
peettoman ja haitallisen kosmeettisen
kirurgian välitöntä lopettamista sekä
translain kiireellistä uudistamista itse-
määräämis-oikeutta kunnioittavaksi.

Seta ajaa seksuaalisuudesta ja suku-

puoli-identiteetistä riippumatonta yh-
teiskunnallista tasa-arvoisuutta. Trasek
tukee sukupuolivähemmistöjen perus-
ja ihmisoikeuksia.

Yhdistysten mukaan Suomen ny-
kyinen translaki loukkaa keskeisimpiä
ihmisoikeuksia. Transihmisten pakko-
sterilisointi ja usein vuosia kestävä psy-
kiatrinen valvonta on niiden mukaan
julmaa ja epäinhimillistä. ■



Virpi Lannetta pitää tehtäviensä puolesta kännykällä yhteyttä kolmeen WhatsApp-ryhmään.

WhatsApp välittää tietoa ja tunnelmia Nokialla

TEKSTI JUKKA JÄRVELÄ KUVA JUKKA SALMINEN

Nokialla hoitajien viestintä ja sen myötä muutkin asiat sujuvat entistä joutuisammin kännykkäpohjaisen pikaviestipalvelu WhatsAppin avulla. Sitä käyttävät omissa ryhmissään niin ammattiosaston hallitus, sen jäsenet kuin terveyskeskusosaston työntekijätkin.

Perushoitaja Virpi Lannetalla ei vielä ollut älykännykää, kun hän sai ammattiosastonsa hallituksen jäseniltä vinkin, että sellainen kannattaisi hankkia WhatsApp-ryhmiä varten. Nyt pikaviestiryhmiä on kolme.

Ensimmäisenä viestipalvelun otti käyttöön Nokian ammattiosaston hallitus kesällä 2014.

– WhatsAppia käytetään todella ahkerasti. Sitä kautta muistutellaan tulevista hallituksen kokouksista ja ilmoitellaan uusista. Viestitellään kaikista ammattiosastotoimintaan liittyvistä asioista ja välillä ihan muistakin jutuista, niin iloista kuin suruista.

Kerran hallituksen sihteeri sairastui hallituksen kokouspäivänä. Hän lähetti viestipalvelun kautta esityslistan ryhmälle, ja kokous voitiin pitää ongelmita varasihteerin turvin.

– WhatsApp on todella hyvä nopeaan viestintään. Se tavoittaa hetkessä kaikki. Nykypäivänä kaikki katso-

vat puhelintaan useita kertoja päivässä.

Toinen ryhmä perustettiin Nokialla samaan aikaan kesällä 2014, ja se on suunnattu koko ammattiosastolle. Ryhmään kuuluu 50 jäsentä. Koko osastossa on 320 superilaista.

– Tämän ryhmän kautta tiedotetaan esimerkiksi jäsenilloista, erilaisista ammattiosaston virkistystapahtumista ja kokouksista. Tapahtumiin voi myös ilmoittautua ryhmässä. Viimeksi tässä ryhmässä kerrottiin jäsenille uudesta superedusta, mikä oli neuvoteltu paikalliseen sisustusliikkeeseen.

– Myös valokuvia lähetellään. Nyt on lähetetty villasukkakuvia, kun on tämä SuPer-sukkaa pukkaa -kampanja.

Ammattiosaston jäsenten ryhmään lähetellään myös peruskuulumisia ja terveisiä sekä kuvia muiden iloksi. Samalla yhteinen superhenki vahvistuu.

Tuorein WhatsApp-ryhmä luotiin Lannettan työpaikalle viime tammi-kuussa. Ryhmään kuuluu tällä hetkellä 31 jäsentä, esimiehet eivät ole mukana.

– Tarve tälle ryhmälle syntyi työpai-

kalla tapahtuneista muutoksista.

Nokian terveyskeskuksessa kaksi terveyskeskuksen vuodeosastoa yhdistyi yhdeksi terveyskeskussairaalan osastoksi. Samalla vuodepaikkoja vähennettiin ja aloitettiin työkierto. Uusi osasto toimii kahdessa kerroksessa. Tässä tilanteessa syntyi alakerran osaston oma WhatsApp-ryhmä.

– Ryhmän luonne on lyhyessä ajassa muuttunut. Alkuun siinä jaettiin muutoksen tuomaa ahdistusta ja ihmeteltiin osastojen erilaisia toimintatapoja. Ryhmä toimi meillä eräänlaisena terapeutina.

– Nyt, kun aikaa on kulunut ja olemme oppineet työskentelemään jo lähes yhtenäisenä osastona, ryhmä on muuttanut vähän muotoaan. Sen kautta kysellään työvuorojen vaihtoa tai lähetellään työvuorot vapaapäiväläisille ja lomalaisille. Potilastietoja emme käsittele. Lähetämme myös nimipäiväonnitteluja ja lomakuvia toisillemme. Esimieskin saattaa pyytää työvuorossa olevaa lähettämään viestiä esimerkiksi eläkekahvituksesta tai muusta työhön liittyvästä. ■



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

SOTE-UUDISTUS OLI TYÖ-MARKKINAPÄIVIEN YKKÖSASIA

TEKSTI JA KUVAT MARJO SAJANTOLA

SuPerin Työmarkkinapäivien 350 osanottajaa kuuli viimeisintä tietoa sote-uudistuksesta niin liiton asiantuntijoilta kuin ulkopuolisilta luennoitsijoilta, kuten muutosjohtaja Sinikka Salolta, hallitusneuvos Eeva Mäenpäältä sekä neuvottelupäällikkö Sari Ojaselta. Myös puheenjohtaja Silja Paavola piti puheenvuoron ajankohtaisista asioista.

SuPerin puheenjohtaja Silja Paavola painotti puheenvuorossaan hoidon laadun tärkeyttä sote-uudistuksessa. Laatu tulee olemaan kilpailuvaltti ja sen varmistamiseksi tarvitaan riittävästi hoitohenkilökuntaa. Hän muistutti, että hoitajien empatisuus ja lämmin sydän eivät yksistään riitä, vaan lisäksi tarvitaan hyvää koulutusta ja vahvaa ammattitaitoa, jota täytyy voida myös hyödyntää täysimääräisesti.

Paavola nosti esiin myös liiton huolen koulutusreformin vaikutuksesta superilaisten työhyvinvointiin, sillä opiskelijoi-

den opettaminen siirtyy entistä enemmän työpaikoille.

– Jos koulutusreformi menee suunnitellulla sisällöllä maaliin, se on meille katastrofi. On huolehdittava työntekijöiden oikeuksista, mutta opiskelijoidenkin oikeuksista on huolehdittava. He ovat meidän työtovereitamme.

Muutosjohtaja Sinikka Salo kertoi sosiaali- ja terveysministeriön näkemyksiä sote-muutoksesta. Hän totesi, että todellinen sote-muutos tehdään arjen työssä, johon tarvitaan kaikki olennaiset toimijat mukaan ja johon laki antaa raamit.

– Palveluintegraation kautta saadaan kustannuksia hillittyä. Se on meidän tavoitteemme ja se, että ihmiset pysyvät työ- ja toimintakykyisinä mahdollisimman pitkään. Että he voisivat myös iloisina eläkevuosina olla mukana yhteiskunnassa ja vaikka tehdä vapaaehtoistyötä vanhustenhuollossa, hän jatkoi.

Hallintoneuvos Eeva Mäenpää valtiovarainministeriöstä pohti henkilöstön asemaa. Hän totesi, että vaikka muutos on suuri, se on fyysisesti käytännössä yllättävän pieni. Työntekijät siirtyvät vanhoina työntekijöinä maakuntien palvelukseen siirtymähetkellä olevilla velvollisuuksilla ja työehdoilla. Enimmäkseen myös toimitilat siirtyvät toimintojen mukana.

Mitä ajatuksia sote-uudistus tuo mieleesi?

– Ensimmäiseksi mieleeni nousee, riittääkö minulle töitä ja miten meille kaikille käy. Toisaalta ajattelen, että töitä riittää, mutta missä, jossain yksityisessä firmassako, kertoo luottamusmies **Heidi Ruupunen**.

Nurmijärvellä on työpaikkatasolla sote-uudistuksesta tiedotettu sähköpostitse ja Keski-Uudenmaan alueella on järjestetty tiedotustilaisuuksia. Ruupusen mielestä tiedotus on tässä vaiheessa ollut riittävää ja hän tunnustaa, että voisi itsekin olla aktiivisempi tiedon haussa.

Ruupusen mukaan henkilöstöä kyllä pelottaa ja kaikkia varmasti mietityttää, mitä uudistus tulee tarkoittamaan.

Vaikka ihmiset ovat epävarmoja, se ei näy työnteossa.

– Ajatellaan, että uudistus on niin kaukainen, vaikka ei olekaan. Lisäksi on paljon kysymyksiä, joihin ei ole vielä vastauksia.

Kari Luoto on pääluottamusmiehenä varhaiskasvatuksen superilaisille Karkkilassa.

– Sanasta sote-uudistus tulee mieleen vähän sellainen kaaos, kun olen ollut eri koulutuksissa ja aina tulee vähän eri tietoa. Tilanne muuttuu ja muuttuu. Jännitetään nyt, mihin tämä menee.

Hän kertoo olleensa pääluottamusmiehenä vuoden verran ja saaneensa vertaistukea muiden varhaiskasvatuksessa toimivien liittojen pääluottamusmiehiltä, joiden kanssa hän tekee tiivistä yhteistyötä.

– Sote-uudistuksesta tietenkin on keskusteltu. Muuten työpaikoilla uudistus ei näy.

Selänteen kuntayhtymän pääluottamusmies **Paula Parkki-la** edustaa noin kahtasataa superilaista.

– Isompana yhdessä, hän vastaa sote-kysymykseen.





KT Kuntatyönantajien neuvottelupäällikkö Sari Ojanen, hallitusneuvos Eeva Mäenpää valtiovarainministeriöstä ja muutosjohtaja Sinikka Salo sosiaali- ja terveysministeriöstä antoivat kuulijoille paljon pohdittavaa sote-uudistuksesta. SuPerin puheenjohtaja Silja Paavola kertoi avauspuheenvuorossaan monista liitolle tärkeistä asioista.

KT Kuntatyönantajan neuvottelupäällikkö Sari Ojanen muistutti KT:n asemasta kunta-alan työnantajajärjestönä mutta myös työmarkkinakeskusjärjestönä. Uutta KT:tä on rakennettu jo jonkun aikaa. Se olisi jatkossa kuntien ja kuntayhtymien lisäksi myös maakuntatyönantajien valtakunnallinen työnantajaorganisaatio. Lisäksi kunta- ja maakuntakon-

sernin osakeyhtiöt voivat valita työnantajajärjestökseen Kunta- ja maakuntatyönantajat KT:n.

Ojanen totesi, että kyseessä on historiallisen suuri liikkeenluovutus, jonka sujuminen hallitusti ja yhtenäisin periaattein on Kuntatyönantajan tavoitteena. Minkäänlaiseen kaaokseen ei ole varaa. ■



Parkkila kertoo, että sotetuu-
let puhaltavat Oulun suunnas-
sa. Kuntayhtymän ja henkilöstön
edustajat osallistuvat työryhmiin
ja kuntayhtymän yhteistyötoimi-
kunnassa käsitellään sote-asioita.
Sähköpostitse jaettavat tiedotteet
tuskin tavoittavat kaikkia, sillä hän
epäilee, tuleeko niitä luettua.

– Kun työnantajan edustajat käyvät kierroksella työ-
paikoilla, samalla kyllä puhutaan siitä sotesta. Suurimmal-
le osalle henkilöstöä asia ei kuitenkaan ole konkretisoitu-
nut yhtään.

Parkkilan mukaan kuntayhtymässä on koko ajan käyn-
nissä uudistuksia, joihin henkilöstön energiaa kuluu, vaikka
monien mielestä onkin järkevää järjestellä toimintoja uu-
destaan.

– Osaa työntekijöistä stressaa se, ettei kukaan tiedä,
mikä tulevaisuus on ja missä työpaikka on tulevaisuudessa.
Jos hoivapuoli on ollut kiinteästi terveyskeskuksessa ja se

siirretään muualle, työntekijät joutuvat lähtemään omasta
turvallisesta ympäristöstään.

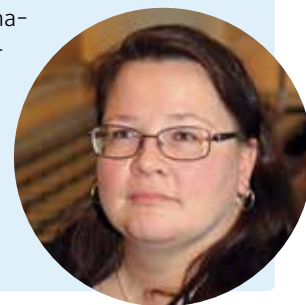
Marjo Aunola on pääluottamusmies Raahen hyvinvointi-
kuntayhtymässä. Hän toteaa lyhyesti:

– Sekava, vielä sekava.

Hänen mielestään työpaikkatasolle ei ole mennyt riit-
tävästi tietoa ja siellä uudistuksesta puhutaan liian vähän.
Varsinaisia tiedotustilaisuuksia ei ole järjestetty. Tietoa kyl-
lä on löytänyt, jos on ollut itse kiinnostunut.

– Jotain pientä puhetta on ollut siitä, kuka meidän työn-
antaja on tulevaisuudessa. Ihmiset eivät
ole kuitenkaan peloissaan, ei aina-
kaan ole tullut korviini, että olisi-
vat. Tiedämme, että meitä tarvi-
taan jatkossakin.

Aunola kertoo osallistuneen-
sa työmarkkinapäiville juurikin
saadakseen sote-uudistuksesta
viimeisintä tietoa.



Työsuhteen ehtojen yksipuolinen muuttaminen

Työsuhteen ehdoilla tarkoitetaan yksittäisen työntekijän ja työnantajan välisen työsuhteen sisältöä. Työsuhde ja siihen liittyvät ehdot luovat molemmille osapuolille oikeuksia ja velvollisuuksia. Myös työsopimuslaki ja muu pakottava lainsäädäntö sisältää näitä oikeuksia ja velvollisuuksia.

Työsopimuslaki ei sisällä yleistä säännöstä, joka koskisi työsuhteen ehtojen yksipuolista muuttamista. Työsopimuslain 7. luvun 11. pykälässä on kuitenkin säännelty työsuhteen pysyvistä osa-aikaistamisesta. Mainitun lainkohdan mukaan työnantaja saa yksipuolisesti muuttaa työsuhteen osaaikaiseksi kollektiivisella irtisanomisperusteella irtisanomisaikaa noudattaen.

Miten työsuhteen ehtoja voidaan muuttaa? Työnantaja voi työnjohtaja- ja valvontaoikeutensa nojalla muuttaa yksipuolisesti työsuhteen ehtoa, joka ei ole oleellinen. Kyseisessä tilanteessa työnantaja voi muuttaa ehtoa pelkällä ilmoituksella eikä työntekijällä ole mahdollisuutta vastustaa työnantajan antamaa määräystä. Tätä kutsutaan direktio-oikeudeksi.

Työnantaja voi muuttaa työsuhteen olennaisia ehtoja vain sopimalla siitä työntekijän kanssa tai mikäli se ei onnistu, yksipuolisesti irtisanomisperusteella ja irtisanomisaikaa noudattaen. Käytännössä työsuhteen ehtojen yksipuolinen muuttaminen merkitsee vanhan työsuhteen irtisanomista ja samalla tarjousta uudeksi työsuhteeksi. Uutta työsuhteesta ei kuitenkaan ole välttämätöntä laatia, vaan voidaan muuttaa ainoastaan työsuhteen muuttunut ehto. On myös mahdollista, että laaditaan kokonaan uusi työsuhteinen.

Työsuhteen olennaisen ehtojen arvi-

ointi on tapauskohtaista ja se perustuu kokonaisharkintaan. Tärkein yksittäinen arviointikriteeri on kirjallinen työsuhteinen. Mitä yksityiskohtaisemmat työsuhteen ehdot ovat, sitä vaikeampaa työnantajan on muuttaa ehtoja direktio-oikeutensa nojalla. Jos työsuhteessä on esimerkiksi työtehtävien osalta kirjaus "...ja muut työnantajan määräämät tehtävät", työnantajalla on laajahko oikeus määrätä työntekijän työtehtävistä verrattuna siihen tilanteeseen, että työtehtäviksi olisi kirjattu "lähihoitajan tehtävät".

Irtisanomisperusteinen ehtomuutos. Irtisanomisperuste tarkoittaa työsuhteen ehtojen muuttamista työsuhteen ehtojen mukaisesti henkilöstä johtuvaa tai kollektiivis-irtisanomisperustetta,

joka on useimmiten taloudellisesti-tuotannollinen peruste.

Kun irtisanomisperuste on olemassa, työnantaja voi irtisanoa työntekijän entisen työsuhteen ja tarjota tilalle uutta työsuhteesta muutetuilla ehdoilla. Työntekijä joko hyväksyy tai ei hyväksy uutta työsuhteesta. Työntekijän tulee vastata työnantajan työtarjoukseen viimeistään irtisanomisaikaa kuluessa. Käytännössä työsuhteen ehtojen muutos astuu voimaan, kun irtisanomisaika on kulunut loppuun. Irtisanomisaika riippuu työntekijän työsuhteen kestosta ja voi vaihdella 14 vuorokauden ja kuuden kuukauden välillä.

Mikäli työntekijä ei hyväksy työsuhteen ehtojen muutosta eikä työnantaja peruuta muutostarjousta, päättyy työn-

KKO:N RATKAISU TYÖNTEKOPAIKAN MUUTTAMISESTA

Yhtiö oli siirtänyt toimintonsa toiseen kaupunkiin ja luopunut kokonaan toimipisteestä, jossa A oli työskennellyt ja joka oli työsuhteessä sovittu hänen työsuhteensa. Yhtiö oli antanut muutoksesta suullisen ilmoituksen. Yhtiö katsoi, että se oli riittävällä tavalla vedonnut irtisanomisperusteeseen toteuttamansa muutoksen perusteena.

A oli ilmoittanut, ettei suostu muutokseen eikä ollut saapunut työhön uuteen toimipaikkaan. Perusteettomana pitämänsä työstä poissaolon perusteella yhtiö on katsonut A:n työsuhteen purkautuneeksi.

Korkein oikeus totesi, että yhtiö on voinut irtisanomisen sijasta muuttaa A:n työsuhteen työsuhteensa koskevaa ehtoa irtisanomisperusteella ja irtisanomisaikaa noudattaen. Yhtiön on kuitenkin tullut ilmoittaa ehdon muutoksesta ja sen perusteesta niin selvästi, että siitä ilmenee kysymyksessä olevan irtisanomisen sijasta tehtävä työsuhteen ehtojen muutos, joka tulee voimaan irtisanomisaikaa kuluessa, ja että työsuhte päättyy työnantajan irtisanomana, jos A ei suostu noudattamaan työsuhteesta muutettuihin ehtoihin.

Kun yhtiö oli laiminlyönyt vedota irtisanomisperusteeseen asianmukaisella tavalla ja purkanut työsuhteen ennen työntekijän irtisanomisaikaa päätymistä, työntekijällä oli oikeus saada korvausta työsuhteen perusteettomasta päättämisestä sekä palkkaa irtisanomisaikalta.

JOS TYÖNTEKIJÄ ALLEKIRJOITTAU UUDEN TYÖSOPIMUKSEN, HÄN EI VOI ENÄÄ MYÖHEMIN VEDOTA VANHAAN TYÖSOPIMUKSENSA.

tekijän työsuhte työnantajan suorittamaan irtisanomiseen. Tällaisessa tilanteessa irtisanomisen perusteena ei ole se, että työntekijä ei suostu muutettuun sopimukseen vaan taustalla on se irtisanomisperuste, jonka työnantaja on ilmoittanut uuden työtärjouksen perusteeksi.

Tyypillisiä työsuhteen olennaisen ehdon muutosta koskevat riidat ovat koskeneet palkan määrää, työtehtävien muutoksia tai työntekopaikkaa, mutta myös muut työsuhteen ehdot voivat olla tapauskohtaisesti niin olennaisia, että niitä on mahdollista muuttaa vain irtisanomisperusteella.

Palkan yksipuolinen alentaminen. Palkan yksipuolinen alentaminen on mahdollista ainoastaan edellä mainittua irtisanomismenettelyä noudattaen. Korkeimman oikeuden mukaan palkan yksipuolinen alentaminen on toimenpiteenä poikkeuksellinen ja sen soveltamisalan tulee olla rajoitettu.

Lisäksi korkein oikeus on todennut, että palkan alentamista voidaan pitää hyväksyttävänä lähinnä tilanteessa, jossa se yhdessä muiden saneeraustoimien kanssa osoittautuu välttämättömäksi, kun kyseessä on taloudellisissa vaikeuksissa olevan yrityksen toimintaedellytysten turvaaminen. Korkeimman oikeuden mukaan palkkojen tulee niiden alentamisen jälkeenkin täyttää asianomaisen alan yleissitovassa työehtosopimuksessa määrätyn minimitasen.

Työtehtäviä koskeva ehtomuutos. Korkein oikeus on katsonut, että työ-

tehtävien yleisluonteinen määrittely voi puoltaa laajaakin työnjohto-oikeuteen perustuvaa määräysvaltaa.

Työsopimuksen määräysten niukuus tai puutteellisuus sinänsä ei kuitenkaan voi suoraan laajentaa työnjohto-oikeutta, vaan tällöin tulee arvioinnissa antaa merkitystä muulle selvitykselle asianosaisten tarkoituksesta ja työsuhteen aikana sovelletusta käytännöstä.

Vaikka työtehtävien laatua ei olisi työsuopimuksessa tarkemmin säädelty, työntekijän toimenkuvan mukaiset työtehtävät voivat täsmentyä työsuopimuksen pääasialliseksi sisällöksi siten, ettei niiden yksipuolinen muuttaminen ole enää mahdollista.

Miten toimin, jos työnantaja tarjoaa uutta työsuopimusta? Jos työnantajalla ei ole irtisanomisperustetta ja työnantaja tarjoaa siitä huolimatta työntekijälle uutta työsuopimusta allekirjoitettavaksi, työntekijän ei ole pakko allekirjoittaa uutta sopimusta. Kyseisessä tilanteessa työnantaja pyrkii muuttamaan työsuopimuksen ehtoja sopimalla siitä työntekijän kanssa. Jos työntekijä allekirjoittaa uuden työsuopimuksen, hän ei voi enää myöhemmin vedota vanhaan työsuopimukseensa.

Usein työnantajan pyrkimyksenä on sisällyttää uuteen työsuopimukseen ehtoja, jotka pääsääntöisesti heikentävät työntekijän asemaa työsuhteessa tai lisäävät tälle kuuluvia velvoitteita.

Jos työnantajalla on olemassa irtisanomisperuste, työsuhteen ehtojen yksipuolinen muuttaminen on mahdollista

edellä kuvatulla tavalla. Jos työntekijä ei hyväksy uutta työsuopimusta, työsuhte päättyy irtisanomisajan jälkeen.

Tilanteessa, jossa työnantaja tarjoaa työntekijälle uutta työsuopimusta, työntekijän kannattaa ottaa yhteyttä omaan liittoonsa ennen uuden työsuopimuksen allekirjoittamista. ■

KAROLIINA HUUSKONEN
LAKIMIES



TYÖNANTAJAN SUUSTA

"Muistattehan, että meillä ei ole käytössä työehtosopimusta vaan noudattamme työaikalakia."

EDUNVALVONTAYKSİKÖN YHTEYSTIEDOT

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

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

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

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

Tuuli Rauvola

Voit osallistua ristikkokisaan 16. joulukuuta mennessä joko lähettämällä koko ristikkosivun kuudessa tai pelkän ratkaisurivin postikortilla osoitteeseen SuPer-lehti, Ristikko, Ratamestarinkatu 12, 00520 Helsinki. Muista yhteystietosi! Voit myös lähettää ratkaisurivin ja yhteystietosi sähköpostitse osoitteeseen super-lehti@superliitto.fi. Muista kirjoittaa sähköpostin aihekenttään "Ristikko".

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

Ratkaisijan nimi _____

Katuosoite _____

Postiosoite _____

PALAUTETTA VIIME LEHDEN ARTIKKELEISTA

Lehden paras juttu

Innostava työuran suunnannäyttäjäksi lähihoitajalle.

LÄHIHOITAJA MUKANA RINTASYÖPÄ-TUTKIMUKSESSA S. 28

Sukulaisia Japanissa.

JAPANI HAKEE UUTTA OPPIA KOULUTUS-JÄRJESTELMÄNSÄ S. 38

Jag blev så glad, det fanns mycket positivt i berättelsen.

ARJEN SANKARI S. 58

Aivan uutta tietoa, mitä työ sisältää.

YÖN KULKIJAT S. 16

Hyvä, hyvä! Tästä pitäisi puhua paljon enemmän ja lujaa!

EHDOTON EI O,4:LLE S. 22

Ohjaajien tulisi muistaa se.

AMMATTITAITO OPITAAN S. 5.

Nuori rohkea lähihoitaja.

ARJEN SANKARI S. 58

Ilman näitä hoitajia moni joutuisi pois kotoa.

YÖN KULKIJAT S. 16

Valitettavasti totta. Työtä ei voi tehdä rauhassa.

HOITOTYÖTÄ TEHDÄÄN VÄKIVALLAN VARJOSSA S. 42

Aktiviteetteja pitää olla!

PÄIVÄTANSSIT PIRISTÄVÄT POTILAIDEN PÄIVÄÄ PARAISILLA S. 51

Tärkeä niin potilaan kuin hoitajan kropan kannalta.

ERGONOMINEN POTILASSIIRTO S. 46

Työpaikoilla monet ratsastavat toisten virheillä...

VIRHEIDEN PELKO EI OLE VIISAUDEN ALKU S. 24

On turhaa hakea syyllisiä!

VIRHEIDEN PELKO EI OLE VIISAUDEN ALKU S. 24

Asia, josta ei riittävästi puhuta. Tärkeää tuoda esille.

HOITOTYÖTÄ TEHDÄÄN VÄKIVALLAN VARJOSSA S. 42

Läheisyys auttaa unettomuuteen. Tuntuu hyvältä ikään katsomatta.

HALATAAN S. 35

Positiiviset asiat voi tuoda esille negatiivisten sijaan, oikein!

MYÖTÄINNOLLA ETEENPÄIN S. 30



Yöpartiojuttua luettiin

Marraskuun lehden parhaimmaksi jutuksi äänestettiin Jukka Järvelän *Yön kulkijat*, joka kertoi kotihoidon yöpartion työvuorosta Kotkassa. Toiseksi eniten ääniä sai Elina Kujalan juttu erittäin positiivisesta lähihoitajaopiskelijasta. Kolmanneksi äänestettiin Marjo Sajantolan kooste SuPerin työsuojelupäivistä, *Hoitotyötä tehdään väkivallan varjossa*. SuPer-lehden ensiapulaukun voitti Kaisa Niemelä Helsingistä. Onnittelut!

Paras juttu?

Kerro meille, mikä mielestäsi on paras juttu tässä SuPer-lehdessä. Lähetä vastauksesi **16. joulukuuta mennessä**. Kaikkien määräaikaan mennessä vastanneiden kesken arvotaan SuPer-lehden ensiapulaukku.

LEHDEN 12/2016 PARAS JUTTU OLI: _____

_____ SIVULLA: _____

MIKSI? _____

NIMI _____

OSOITE _____



Vastaanottaja maksaa postimaksun

SUPER-LEHTI

Tunnus 5005172

00003 Vastauslähetys

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

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

Imelletty perunalaatikko on ruokablogia
pitävän lähihoitajan jouluruokabravuuri

KULINARISTIN JUHLA

TEKSTI JA KUVAT ELINA KUJALA

– Miä oon ihan rakastunut punajuureen, huokaa Hertta Puumalainen nostaessaan aura-punajuuripiirakan uunista pöytään. Ulkona hämärtyy alkutalven iltapäivä, kynttilät palavat ja rintamamiestalon keittiössä tuoksuu joulu.

– Raaste sopii hyvin piirakkaan. Mitä mieltä sie olet timjamista? Miun mielestä se korostaa hyvin punajuuren makua, analysoi Hertta haarukoidessaan ensimmäistä suupalaa mehevästä, purpuranpunaisesta piirakasta.

– Punajuuri on monipuolinen raaka-aine. Seuraavaksi aion kokeilla paahdettua, soseutettua punajuurta leipätaikinaan. Punajuuri antaa joululeivälle kauniin violetin värin, suunnittelee Hertta ja ottaa toisenkin haarukallisen piirakasta. Pöydän alta työntyy esiin kaksi kuonoa. Koirat Lenni ja Leevi

ovat huomanneet, että tarjolla on jotakin hyvää. Nyt ollaan kulinaristin keittiössä.

RESEPTIVIHKO VERKOSSA

Haminalainen lähihoitaja Hertta Puumalainen, 28, on viihtynyt keittiössä pikkutyöstä asti. Rakkaus hyvään ruokaan taitaa olla verenperintöä, sillä Hertan vanhemmat ovat molemmat innokkaita kotikokkeja. Herkuttelijat-blogin kirjoittamisen Hertta aloitti helmikuussa 2013.

– En seurannut blogeja, enkä tuntenut bloggareita. Mietin hetken, että onko idea ihan tyhmä ja tekeekö tällaista kukaan, muistelee Hertta.

Perhe ja ystävät kyselivät Hertalta jatkuvasti reseptejä, ja hän oli kyllästy-

Hertta Puumalainen nauttii jouluna hyvästä ruoasta ja kauniista kattauksesta. Hän kirjoittaa Herkuttelijat.fi -ruokablogia.







Luumu-kanelijuustokakku (22cm)

4 dl vispikermää
 1 rs maustamatonta tuorejuustoa
 1 prk luumuhilloa
 1 rkl sokeria
 4 rkl kanelia
 1 dl maitoa
 4 kpl liivatelehtiä
 150 g Digestive-keksejä
 100 g Annas-pipareita
 120 g voita

Aloita leivonta laittamalla liivatelehdet kylmään veteen pehmenemään. Murskaa keksit muruksi ja sulata voi. Sekoita keskenään ja kaada ne irtovuokaan pohjalle tasaisesti. Vispaa kerma vaahdoksi. Sekoita joukkoon tuorejuusto ja hillo. Mausta kanelilla ja sokerilla sekä lisää maito. Kuumenna kattilassa tilkka (2rkl) vettä ja sulata pehmenneet liivatelehdet. Lisää kuuma liivate ohuena nauhana kermaseokseen voimakkaasti sekoittaen. Kaada kakkuseos murupohjan päälle ja laita jääkaappiin hyytymään. Kakku on parhaimmillaan seuraavana päivänä. Koristele kakku kermarusukkeilla ja piparkakuilla. Ihana jouluinen kakku on nyt valmis, nam!

Aura-punajuuri-piirakka

8 kpl raakoja keskikokoisia punajuuria
 200 g ranskankermää
 1 pkt aurajuustoa
 nippu timjamia
 1 rkl voita
 ½ tl suolaa
 ½ tl mustapippuria

Pohja:

150 g voita
 3 dl vehnä jauhoja
 2 rkl vettä

Aloita leipominen piirakkapohjasta. Vatkaa pehmeä voi ja jauhot yleiskoneella sekaisin. Lisää vesi ja anna vielä sekoittua hetki. Kaada taikina vuokaan ja painele tasaiseksi. Kuori sekä raasta punajuuret ja lisää ne pannulle voim kanssa. Paista punajuurista ylimääräiset nesteet pois ja lisää sen jälkeen joukkoon ranskankerma ja mausteet. Hauduta seosta paistinpannulla 20min ja lisää puolet aurajuustosta muruna sekaan. Kaada täyte vuokaan, murustele pinnalle loput aurajuustosta. Paista uunin keskitasolla 200 asteessa 35 minuuttia. Jäähdytä ja koristele tuoreella timjamilla. Tarjoile piirakka lämpimänä ja hymy huulilla.



nyt kirjoittelemaan ohjeita ruutupaperin reunoihin, joten jotakin oli keksittävä.

– Alussa blogi oli oma reseptivihkoni verkossa. Kirjoitin ruokajuttuja lähinnä itselleni ja kavereilleni, enkä ajatellut että se kiinnostaisi muita lukijoita.

Hertta oli väärässä. Nyt, lähes neljä vuotta myöhemmin, hänen Herkuttelijat.fi -sivustollaan on kuukausittain noin 12 000 kävijää.

– Lukijoiden määrä riippuu siitä, kuinka aktiivisesti blogia ehtii päivittämään. Kuluneina kuukausina bloggaa-minen on jäänyt valitettavan vähälle, sillä meillä on meneillään iso remontti ja se vie tällä hetkellä melkein kaiken vapaa-ajan, sanoo Hertta viitaten eteissä ja olohuoneessa odottaviin lautasoihin ja maalipötköihin.

Vuorotyöläinen bloggaa yleensä vapaapäivänä. Yhden blogipostauksen tekeminen vie aikaa neljästä viiteen tuntiin.

– Suunnittelen reseptin, valmistan ruoan, mietin kattauksen, otan valokuvat ja lopuksi kirjoitan blogipostauksen, kertoo Hertta. Herkuttelijat-blogissa ei ole mitään tiukkaa, yhtenäistä teemaa, mutta Hertta suosii luomua ja haluaa esitellä blogissaan maukkaita, yksinkertaisia kotiruokareseptejä.

SIMPPELIT OHJEET

Hertta sanoo, että blogista näkee nopeasti, kuinka paljon siihen on käytetty aikaa ja vaivaa.

– Ohjeiden täytyy olla simppeleitä ja herkullisia, mutta aivan yhtä tärkeää on se, että sivu näyttää hyvältä. Hyvässä blogissa on selkeä ulkoasu ja laadukkaat, hyvännäköiset kuvat. Kaverit sanovat joskus, että miä teen hienoja ruokia, mutta eihän ne ruoat ole hienoja, miä olen vaan yrittänyt laittaa ne kuviin hienosti esille, miettii esteetikoksi tunnustautuva Hertta.

Bloggaaminen on tuonut Hertan elämään paljon uutta. Hän on innostunut valokuvaamisesta, käynyt bloggaajayhteisöjen tapamisissa, ystävystynyt muiden ruokabloggareiden kanssa ja antanut bloginsa tiimoilta haastatteluja.

– Kaikenlaisia kutsuja kivoihin tapahtumiin tulee sähköpostiin, mutta välillä harmittaa, että kaikki on niin Helsingin-keskeistä. Enhän miä vuorotyöläinen täältä Haminasta ehdi paikalle.

Suosituimpien blogien kirjoittajat ovat jo nuoren polven keskuudessa julkkiksia. Hertta ei haaveile suures-



Hertta suosii luomua, laadukkaita raaka-aineita ja tuoreita yrttejä.

KUN ITSE ONNISTUU TEKEMÄÄN HYVÄÄ RUOKAA, HALUAA OHJEEN JAKAA MUILLE.

ta julkisuudesta, mutta tuntuu mukavalta, kun ihmiset kauppareissulla tunnistavat ja moikkailevat.

– Toivottavasti he ajattelevat, että tuo on se tyttö, joka laittaa hyvää ruokaa, Hertta nauraa.

Olisi hienoa, jos blogista joskus tulevaisuudessa saisi hiukan lisätuloja, mutta toistaiseksi se on vain kiva harrastus.

Parasta bloggaamisesta on hyvän mielen tuottaminen muille ihmisille.

– Kun itse onnistuu tekemään hyvää ruokaa, haluaa ohjeen jakaa muille. Kun joku sitten innostuu kokeilemaan reseptiä ja antaa positiivista palautetta, niin siitä miä ilahdun itsekin.

JOULU TÖISSÄ

Joulun alla Hertan keittiössä valmistuvat saaristolaisleivät, piparkakut ja tortut. Perhe ja ystävät saavat kauniisti pakattuja ruokalohjoja.

– Jouluruokabravuurini on imelletty

perunalaatikko. Tykkään lanttulaatikosta ja muistakin maukkaista, pitkään haudetuista joululaatikoista. Joulupöydässäni on sienisalaattia ja tietenkin sillejä. Apua, miä joudun luettelemaan kaikki jouluruoat! Ei ole mitään, mistä en tykkäisi.

Hertta on työssä Aspa-koti Vällkeessä Kotkassa. Hän työskentelee asumis- palvelutyöntekijänä aivovammaisten ja liikuntarajoitteisten parissa. Henkilökunta pääsee töissään kokkaamaan ja Vällkeen väki saa usein maistella Hertan leipomuksia.

Tänä vuonna Hertta viettää joulun töissä.

– Se ei harmita yhtään. Meillä on työpaikalla ihanat jouluperinteet puuroineen ja jouluillallisineen. Asiakkaatkin rauhoittuvat pyhien viettoon. Joulufilis tulee aivan varmasti. ■





HYVÄN MIELEN LÄHETILÄS

TEKSTI MINNA SEPPÄ KUVA JUKKA JÄRVELÄ

Arja Selenius tekee hoitamisen rinnalla kosmetiikkamyyntiä. Erilaiset työt tukevat toisiaan. Selenius toivoo, että vanhusten kotihoitoon saataisiin lisää resursseja.

Arja Selenius on työskennellyt perushoitajana pitkään. Tammikuussa uraa tuli täyteen 40 vuotta, joista 35 vuotta on kulunut vanhustenhoidossa.

– Hoitajan työ on ihmisläheistä. Kun näkee, että vanhus on kiitollinen, jaksaa, Helsingin kau-

pungin vanhusten ryhmäkodille aamuisin suuntaava Selenius kiteyttää.

Hän ammentaa jaksamista myös toisesta lähteestä, kosmetiikkamyynnistä. Selenius kiertää myymässä ruotsalaisen tuotemerkin laadukasta kosmetiikkaa kotiesittelyissä ja messuilla. Hän on samalla yrityksen myyntipäällikkö, ja luotsaa Suo-



HOITAJAN AMMATTITAITO AUTTAA KOHTAAMAAN IHMISIÄ TUNNETASOLLA.

Arja Selenius ammentaa jaksamista myyntityössä kohtaamistaan iloisista ihmisistä.

messä noin 50 hengen ryhmää. Merkillä on edustajia Suomessa kaikkiaan noin 11 000.

ENERGIAA ILOISISTA KASVOISTA

Kipinä antoisaan harrastukseen syttyi 22 vuotta sitten tutun hoitajan esimerkistä. Seleniuksen lapset olivat vielä pieniä, mutta hänen miehensä jousti niin, että puoliso pääsi myyntikeikoille.

– Lähdin tekemään tuote-esittelyjä, jotta pääsin välillä kotia pois, ja sain hetkisen omaa aikaa. Vähän myöhemmin otin sitten lapset välillä mukaankin.

– Saan voimia siitä, kun näen iloisia ihmisiä, ja voin tuottaa heille vielä lisää hyvää mieltä.

Harrastus on palkinnut myös taloudellisesti. Selenius on muun muassa käynyt useammilla hyvillä myyjille tarjotuilla palkintomatkoilla. Kohteina ovat olleet esimerkiksi Florida, Mauritius ja Kiina.

– Työnantaja on suhtautunut myönteisesti, ja olen aina saanut vapaata myyntikeikkoja varten.

Selenius on hyödyntänyt harrastusta myös päätyössään, tehden esimerkiksi vapaaehtoispuhjalta kasvohoitoja vanhuksille. Lisäksi hän on järjestänyt lähihoitajaopiskelijoiden kanssa palvelutaloissa kauneuspäiviä.

– Olemme pitäneet naistenpäivätapahtumia, joissa tarjolla on ollut käsien, kasvojen tai jalkojen hoitoa ja vaikkapa pieniä hartiahierontoja sekä kampauksia. Tai sitten olemme ihan suunnitteleematta hieroneet käsiä ja leikanneet sekä lakanneet kynsiä. Varsinkin dementiaosastolla usein on vaikea saada kynsiä leikattua, mutta kun pystytetään pieni kauneustudio, asukkaat ovat innoissaan.

Selenius sanoo huomanneensa, että vanhusten kasvot ovat todella kuivat, ja he nauttivat siitä, kun niitä hoidetaan.

– Usein rasvataan jalkoja ja vartaloa, mutta kasvot jäävät rasvaamatta.

MYYNTIKOKEMUS AUTTAA HOITOTYÖSSÄ

Selenius on saanut edustamaltaan kosmetiikkayritykseltä mo-

nipuolisen myyntikoulutuksen. Kokemus on antanut myyntiin lisävarmuutta. Vuosien varrella hänelle on kertynyt myös joukko vakioasiakkaita, jotka osaavat kysellä, milloin seuraava esittely pidetään.

– Koen, että hoitajan koulutuksesta on hyötyä myyntityössä ja päinvastoin. Hoitajan ammattitaito auttaa kohtaamaan ihmisiä tunnetasolla.

– Myyntiin liittyvistä koulutuksista taas olen saanut eväitä esimerkiksi tiimityöhön ja asiakaslähtöiseen ajatteluun. Kun oppeja on soveltanut vanhustyöhön, on saanut ihania ahaa-elämyksiä: näinkin voi nähdä ja tehdä, vieläpä hyvällä menestyksellä.

1970-LUVULLA SAUNAA LÄMMITETTIIN KOKO PÄIVÄ

Rakas harrastus on auttanut jaksamaan myös fyysisesti raskaassa hoitajan ammatissa. Selenius on tehnyt pisimpään töitä vanhusten kotihoidossa, joka on neljässä vuosikymmenessä muuttunut paljon.

– Kun aloitin työt kotihoidossa Hartolassa, käytin yhden työpäivän kuukaudessa siihen, että lämmitin pyörätuolissa istuvan vanhuksen saunan ja saunotin hänet. Talvella saatoin joutua kolaamaan tien saunalle ja kantamaan puut liiteristä. Eikä ollut apuvälineitä, kuten nostolaitteita.

– On ymmärrettävää, että rahat eivät enää riitä tähän. Se ei kuitenkaan ole ymmärrettävää, että yhdelle vanhukselle varataan kotihoidon työntekijän kalenterista vain 5–10 minuuttia. Aika ei monissa tapauksissa riitä mihinkään.

Selenius vaihtoi vuonna 2013 kotihoidosta geropsykiatriseen ryhmäkotiin, jotta voisi tehdä hoitoa eettisten periaatteiden mukaisesti.

– Ryhmäkodissa aikaa on enemmän, mutta toisaalta kuitenkin niin vähän, että se kuluu perushoitoon. Myös hoitosuunnitelmat, RAI-toimintakykyarviot ja kirjaukset vievät aikansa.

Esimerkiksi vanhusten ulkoilutus jää Seleniuksen mukaan pitkälti vapaaehtoisten tai omaisten harteille. Hän toivoo, että omaiset muistaisivat, miten tärkeitä vierailut vanhuksille ovat.

– Nykyisellä työpaikallanikin on vanhuksia, joiden luona käy omaisia todella harvoin. Vanhatkin kuitenkin kaipaavat rakkaitaan. Odotus ja myös pettymys näkyvät, kun ketään ei tulekaan. ■

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 liittymispaketteja: _____ kpl Tilaan liittymislomakkeita: _____ kpl☐ Tilaan uuden jäsenkortin

MUUTOS:

Uusi sähköpostiosoitteeni / puhelinnumeroni: _____

Uusi postitusosoitteeni: _____

Uusi sukunimeni: _____

UUDET TYÖSUHDETIETONI:

Työnantajani: _____

Työpaikkani: _____

Työsuhteeni on voimassa:

☐ Toistaiseksi alkaen ____ . ____ 20____ ☐ Määräaikaisesti ajalla ____ . ____ 20____ - ____ . ____ 20____

ILMOITUS:

Olen ajalla ____ . ____ 20____ - ____ . ____ 20____

☐ jatko-opiskelija ☐ työlomalla ☐ ulkomailla ☐ yrittäjänä ☐ muu, mikä _____☐ eläkkeellä alk. ____ . ____ 20____. (jään liiton eläkeläisjäseneksi, mutta työttömyyskassan jäsenyyteni päättyy)☐ haluan säilyttää eläkeläisenä 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☐ palkattomalla äitiys- tai isyysvapaalla☐ hoitovapaalla/kotihoidontuella☐ ollut työttömänä (Kelan työttömyyskorvaus). Ilmoita työttömyysjakso takautuvasti.

TERVEISET SUPERILLE:

YHTEYDENOTTOPYNTÖ:

Haluan, että minuun otetaan yhteyttä.

☐ Sähköpostitse. Sähköpostiosoite: _____☐ Puhelimitse. Puhelinnumero: _____

Asiani liittyy (esim. jäsenyysasiat, työsuhteasiat, ammattiasia-asiat jne.): _____

Allekirjoitus: _____ Päiväys: ____ . ____ 20____



JOULU TULEE JOKAISELLE



Taas ollaan vuoden ehkä odotetuimman juhlan kynnyksellä. Ja samalla myös kaikkein ehkä kiistellyimpien vapaapäivien äärellä. Monessa työyksikössä käy kuhina, lasketaan jo syyskuussa kiertävää listaa eteenpäin, että mitkäs vuorot ne pukin kolkutuksessa osuukaan kohdille. Aika monessa työpaikassa asiasta myös jopa vähän kinataan. Kuka saa olla joulun vapailla ja kenelle se ilta- tai yövuoron nakki napsahtaa.

Jouluun tuntuu kulminoituvan varmasti koko vuoden juhlahypyhistä ylivoimaisesti eniten tunteita ja odotuksia.

Usein se mielletään hyvin vahvasti perhejuhla ja lasten juhla. Ei ole yksi eikä kaksi työpaikkaa, joilla vedotaan lapsiin ja perheellisyteen joulunajan vapaita varailtaessa.

Tässä kohtaa haluaisin kuitenkin painettavan vähän jarrua. Mieti mitä perhe tarkoittaa? Onko se juuri vain se sinun, puoliso ja lastesi muodostama perhe vuodesta toiseen? Vai voiko se yhtä hyvin olla kahden lapsettoman aikuisen ja vaikkapa kissan pieni kombo, johon mahtuu ihan yhtä paljon rakkautta ja toiveita yhteisestä jouluaattoillasta. Voiko perhe olla myös paras ystävä, jonka haluaisit kutsua joulupöytään tai jonka kanssa paeta kauas koko kaupallisen maailman humusta juhliin omalla tavalla.

Itse olen lapseton, mutta en silti missään nimessä perheetön. Minulla on itse asiassa melkoisen laaja käsite perheestä. Ytimeen kuulumme minä, puoliso ja ihan pikkuisen sekopäinen kissa. Siihen kuuluu myös omat vanhempaini ja mieheni perhe. Lasken perheeseeni myös ihan itse itselleni ”adoptoimani” sisarukset, joita kai joku kutsuisi lähimmiksi ystäviksi. Vaikka en siis ole

itse jälkeläisiä alulle saattanut, niin perhejuhla se joulu minullekin on. Ja mielestäni ihan yhtä arvokas kuin kenen tahansa muunkin joulu.

Toivon koko sydämeistäni että tänä jouluna kukaan ei ole pakotettuna töissä vaan vuoroista on voitu neuvotella ja jokainen hoitaa oman osuutensa. Useimmat meistä hoitajista ovat sitoutuneet vuorotyöhön, joka koskee myös joulun aikaa. Tarkistathan, että olet tasapuolinen työtoveri ja hoidat myös vuorollasi sen aattoillan tai yön työvuoron etkä ensimmäisenä vuodesta toiseen kovimpaan ääneen vaadi niitä vapaaksi. Olemme samalla viivalla kaikki ja aivan yhtä arvokkaita, perhemuotoon tai siviilisäättyyn katsomatta. Lisäksi työtämme säätelee myös esimerkiksi laki yhdenvertaisuudesta, jota mielestäni on jokaisessa käänteessä syytä kunnioittaa.

Hyvää joulua rakkaat lukijani, toivottavasti se on sinulle tasa-arvoinen ja saat viettää sen siellä missä toivoitkin. ■



LISÄÄ HANNAN AJATUKSIA LÖYDÄT HÄNEN BLOGISTAAN

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



JOONAS VAAJÄNEN

Muutokset työttömyys- turvalakiin hyväksyttiin

TEKSTI SIRKKA RYTINKI KUVA JANNE HARJU

Eduskunta on hyväksynyt hallituksen esityksen koskien työttömyysturvalakiin tehtäviä muutoksia. Muutos lyhentää ansiosidonnaisen kestoja ja pidentää omavastuuaikaa.

Jos sinulla on yli kolmen vuoden työhistoria, voit saada ansiosidonnaista päivärahaa enintään 400 päivältä. Jos työttömyys jatkuu 400 päivän jälkeen, voit hakea työmarkkinatukea Kelasta. Jos työhistoriaa on enintään kolme vuotta, voit saada ansiosidonnaista päivärahaa enintään 300 päivältä. Jos työttömyys jatkuu 300 päivän jälkeen, voit hakea työmarkkinatukea Kelasta.

Ansiosidonnaisen enimmäiskeston lyheneminen koskee niitä henkilöitä, joiden päivärahaikauden enimmäisaika alkaa 1.1.2017 tai sen jälkeen.

500 päivän enimmäisaika säilyy niillä työttömillä, jotka täyttävät työssäoloehdon 58 vuotta täytettyään ja jotka ovat viimeisen 20 vuoden aikana työskennelleet viisi vuotta. Jos työttömyys jatkuu 500 päivän jälkeen, henkilö voi hakea työmarkkinatukea Kelasta. Suurelle osalle tähän ryhmään kuuluvista saattaa olla oikeus niin sanottuihin lisäpäiviin, kun he ovat ansainneet uuden oikeuden 500 päivään. Lisäpäiviä maksetaan eläkeikään asti.

Työttömyysturvalain mukainen omavastuuaika pitenee viidestä päivästä seitsemään päivään. Seitsemän päivän omavastuuaika koskee niitä henkilöitä, joiden omavastuuaika alkaa 1.1.2017.

Pitkän työuran perusteella maksettavaan korkeampaan

päivärahaan on oikeus 30.6.2017 asti, jos työsuhte päättyy viimeistään 31.12.2016. Työllistymistä edistävien palvelujen ajalta maksettavan korkeamman päivärahan määrä alenee. Aleneminen koskee myös 1.1.–30.6.2017 pitkän työuran perusteella maksettavaa korkeampaa päivärahaa.

POSTIA TYÖTTÖMYYSKASSAAN

Lähetäessäsi sähköpostia kassaan osoitteella tkpalvelu@supertk.fi, lisää viestiin nimesi lisäksi jäsennumero tai asuinpaikkakunta, jotta kassa voi yksilöidä sinut muiden mahdollisesti samannimisten henkilöiden joukosta. Turvallisuussyistä älä ilmoita viestissä henkilötunnustasi.

Lähetä nettikassan kautta liitteet aina pdf-muodossa, jolloin ne kiinnittyvät suoraan hakemukseesi. Jos lähetät liitteitä sähköpostitse, tallenna ne pdf-muodossa. Vältä valokuvien lähettämistä, koska kuvat useimmiten ovat epäselviä, eivätkä ole luettavissa.

Kassa tarvitsee hakujakson aikana tehdyistä töistä palkkatiedot ennen kuin hakemus voidaan käsitellä. Palkkatietojen saamista nopeuttaa, jos palkanlaskenta saa palkanmaksuun tarvittavat tiedot ajoissa. Siksi on tärkeää, että työnantajasi huolehtii tietojen lähettämisestä palkanlaskentaan viiveettä.

Tarvittaessa voit pyytää palkanlaskijaa kirjoittamaan tekemistäsi töistä erillisen palkkatodistuksen. Voit lähettää hakemuksen kassalle heti, kun hakemukseen merkitty viimeinen päivä on kulunut ja palkkatiedot heti, kun olet saanut ne. Merkitse silloin hakemukseen, että lähetät palkkatiedot myöhemmin. ■



Joulujalan aikataulu

Viimeinen päivärahan maksupäivä ennen joulua on 23.12.2016. Tuolloin maksussa olevan hakemuksen on oltava kassalla viimeistään 21.12.2016. Kassan lahjatoive on, että mahdollisimman moni saisi tänäkin vuonna päivärahaansa ennen joulua. Hakemuksen voi lähettää aiempien vuosien tavoin lyhyemmältä ajalta kuin neljä viikkoa, jos on täysin työtön. Työttömyyskassa on suljettu 23.12.2016 ja palvelee jälleen 27.12.2016. Toivotamme kaikille mukavaa joulun aikaa ja vuodenvaihdetta.



HAKEMUSTEN POSTITUSOSOITE:

Super työttömyyskassa, PL 117, 00521 HELSINKI
Käyntiosoite Kellosilta 3
Fax 09 278 6531, www.supertk.fi
Toimisto avoinna arkisin klo 8.30–16.00
Palvelunumero arkisin klo 9.00–13.00
09 2727 9377
tkpalvelu@supertk.fi



Turvaa elämäsi rakkain paikka



Nyt
-50%
koti-irtaimisto-
vakuutuksesta*

Koti on elämäsi kenties rakkain paikka, joka tarvitsee turvakseen huolenpitoa ja oikein mitoitettun kotivakuutuksen – kaiken varalta.

Me Turvassa varmistamme, että saat tarpeitasi vastaavan vakuutuksen. Rakas kotisi ansaitsee sen.

Poikkea toimistollamme, soita tai tutustu etuihisi osoitteessa turva.fi/super

* Etu koskee uutta koti-irtaimistovakuutusta, jonka alkamispäivä on 1.9.-31.12.2016. Edun saa ensimmäisen vuoden vakuutusmaksusta.

Keskinäinen Vakuutusyhtiö Turva • www.turva.fi • puh. 01019 5110

 **turva**
Hymyile, olet Turvassa

Vastaanottohoitajat ja osastonsihteerit ry:n

Ammatilliset koulutuspäivät 23.3.–24.3.2017 Tampereella



Hotelli Scandic Rosendahl

23.3.2017 TORSTAI

8.30–9.00	Ilmoittautuminen ja kahvi
9.00–9.30	Koulutuspäivien avaus, Johanna Niemi-Raittinen, yhdistyksen puheenjohtaja
9.30–10.15	Rakenteellisesti tuotettu tieto – paremman palvelun mahdollisuusko? Taru Lehtimäki, sh, TtM, lehtori TAMK terveyspalvelut
10.15–10.30	Taukojumppa
10.30–11.45	Me ollaan johtajia kaikki – vai ollaanko? Itsensä johtaminen työhyvinvoinnin ytimessä. Anna Pylkkänen, työyhteisövalmentaja, Proud Age -liikkeen perustaja
11.45–12.45	Lounas
12.45–14.00	Ajatuksia turvallisuuskulttuurin parantamiseksi, Riku Onttonen, turvallisuuskoordinaattori
14.00–14.30	Kahvi
14.30–15.30	Motivaatioboosti terveellisempään arkeen, Vertti Harjuniemi, personal trainer
15.30–16.00	Musiikkia ja verkostoitumista

ILMOITTAUTUMINEN

Vastaanottohoitajat ja osastonsihteerit ry:n koulutuspäivät
23.–24.3.2017
Tampere, Hotelli Scandic Rosendahl

Nimi: _____

Lähiosoite: _____

Postinumero ja -toimipaikka: _____

Puhelin työ/koti: _____

Osallistun koulutuspäiville:

☐ molempina päivinä☐ torstaina☐ perjantaina

Osallistumismaksun maksaa:

☐ Työnantaja, laskutusosoite: _____☐ Ammattiosasto: _____☐ Maksan itse

Erityisruokavalio: _____

Lähetä lomake 10.3.2017 mennessä Johanna Niemi-Raittinen, Hakkarintie 39, 37550 Lempäälä tai sähköpostilla vaopj@superliitto.fi lisätietoja www.superliitto.fi vastaanottohoitajat sivustolta pääset sähköiseen ilmoittautumiskaavakkeeseen.

Koulutuspäivien kohderyhmänä ovat terveys- ja sosiaalialan asiakaspalvelutyötä tekevät henkilöt, terveyskeskusavustajat, lähi- ja perushoitajat, sairaaloiden osastonsihteerit, avosektorin vastaanottohoitajat, työterveysihteerit jne.

24.3.2017 PERJANTAI

8.15–8.30	Perjantaiaamuun virittäytyminen
8.30–9.00	Ammattikuntamme ajankohtaiset kuulumiset SuPer, vastaanottotyöryhmä
9.00–10.00	Esimiehen ja johdettavan yhteistyö – onnistumisen avaimia, Markku Silvennoinen, tietokirjailija, kouluttaja
10.00–10.15	Taukojumppa
10.15–11.30	Rajat ylittävä terveydenhuolto, Reetta Kyyrö, suunnittelija, KELA, etuuspalvelujen lakiyksikkö, Kansainvälisten asioiden osaamiskeskus
11.30–12.45	Ruokailu ja huoneiden luovutus
12.45–14.30	Työelämän megatrendit, vuorovaikutus erilaisten kollegoiden kanssa ja työn draivi, Helka Pirinen, työyhteisövalmentaja, tietokirjailija ja toimitusjohtaja, People & Leadership Consulting PLC
14.30–15.15	Jokainen meistä voi sairastua, Pertti Salovaara, Hyvän tahdon lähettiläs, kokemusasiantuntija
15.15	Päätöskahvit

Ilmoittautuminen ja lisätiedot:

Ilmoittaudu kirjallisesti 10.3.2017 mennessä Johanna Niemi-Raittinen Hakkarintie 39, 37550 Lempäälä tai sähköpostilla vaopj@superliitto.fi. Puhelintiedustelut: Toini Koistinen puh 0400 983100. Emme lähetä erillistä vahvistuskirjettä osallistumisesta.

Osallistumismaksu:

310 €/2 pv, 190 €/1 pv. Maksu sisältää opetuksen ja kaikki ohjelman mukaiset ruokailut ja kahvit sekä torstai-iltapäivän musiikkiesityksen ja tarjoilun. Alv 0 %
10.3.2017 jälkeen tehdyistä perumisista perimme 50 € toimistokuluina. Maksulomakkeen lähettää tilitoimisto suoraan laskutusosoitteeseen.

Majoittuminen:

Opintopäiville saapuvat varaavat majoituksen hotellista itse. Olemme varanneet koulutuspäiviä varten huoneita: Scandic Rosendahl, Pyy-nikintie 13, 33230 Tampere. Huonevaraukset: puh. 03 2441 2100 tai s-postilla rosendahl@scandichotels.com. Huonevarauksia ei voi tehdä Scandicin nettisivujen kautta.

1 h huone 105 euroa, 2 h huone 125 euroa, eli 62,50 euroa/henkilö. Kahden hengen huoneen varaajan tulee ilmoittaa toisen yöpyjän nimi. Majoitushintaan sisältyy buffet-aamiainen.

Hotellin toivomuksesta huonevaraukset on tehtävä viimeistään 9.3.2017. Mainitse varausta tehdessäsi varauskoodi: VAS230317_001. Tervetuloa!

Vastaanottohoitajat ja osastonsihteerit ry.

Personal trainer
Vertti Harjuniemi
luennoi päivillä
terveellisestä
arjesta.



KAIKKI MINKÄ HOITAMISEN OLET SIIRTÄNYT TUONNEMMAKSI

löytyy nyt yhdestä paikasta.

Puolet suomalaisista ei ole varautunut mitenkään omaan kuolemaansa. Aihe herättää paljon kysymyksiä, joihin on vaikea löytää vastauksia. Kokosimme hyödyllistä tietoa ja kiinnostavia artikkeleita yhteen paikkaan. Hyödynnä järjestösi jäsenetu ja laita henkivakuutuksesi kuntoon. Samalla saat neuvoja esimerkiksi testamentin laatimiseen ja muuhun varautumiseen, jolla voit keventää lähimmäistesi taakkaa, jos pahin tapahtuu.

henkivakuutuskuntoon.fi

Vakuutuksen myöntää Keskinäinen Vakuutusyhtiö Kaleva,
jonka asiamiehenä toimii If Vahinkovakuutusyhtiö Oy.

*Katso
KUINKA VOIT
VARAUTUA*



Hyvinvointilomat ry:n tuetut lomat *haussa vuodelle 2017*

Superilaisille on varattu haettavaksi tuettuja lomajaksoja. Lomatuki myönnetään sosiaalisin perustein RAY:n avustuksella.

Lapsiperheet

Tenavaperheet, loma pienten lasten perheille 3.–8.4. Lomakeskus Huhmarissa. Haku netissä 5.11.2016–3.1.2017.

Loma lapsiperheille 12.–17.6. Lomakeskus Huhmarissa. Haku netissä 14.1.–14.3.2017.

Loma lapsiperheille 10.–15.7. Salonsaaren lomakylässä. Haku netissä 10.2.–11.4.2017.

Työikäiset

Puhtia työvuosiin 2.–7.5. Lomakeskus Lautsiassa. Haku netissä 1.12.2016–1.2.2017.

Työttömät

Loma työttömille 4.–9.9. Lomakeskus Huhmarissa. Haku netissä 6.4.–6.6.2017.

Eläkeläiset

Yhdessä enemmän 30.10.–4.11. Lomakeskus Huhmarissa. Haku netissä 3.6.–1.8.2017.

Majoitustiedot

Lomakeskus Huhmari: Majoitus on erillisissä loma-asunnoissa, joissa on makuuhuone, oleskelutilat, keittomahdollisuus ja wc/suihku. Pariskunnat ja perheet majoittuvat omaan loma-asuntoon. Yksin tulevat majoittuvat kaksi henkeä per loma-asunto. Monitoimitalossa on ruokailut, ravintolapalvelut, lasten leikkikilat ja laajennettu vesimaailma.

Lisätietoja: www.lomakeskushuhmari.com.

Lomakeskus Lautsia: majoitus kahden hengen huoneissa.

Lisätietoja: www.lautsia.fi.

Salonsaaren lomakylä: majoitus perhelomilla perhehuoneissa.

Lisätietoja: www.salonsaari.com.

Loman sisältö

Kaikkiin lomiin kuuluu täysihoito, joka sisältää aamiaisen, lounaan ja päivällisen sekä lomaohjauksen. Loma alkaa tulopäivänä päivällisellä ja päättyy lähtöpäivänä lounaaseen. Viikot tarjoavat liikuntavirikkeitä, luentoja sekä lapsiperheille pelejä ja leikkejä. Lapsiperheviikoilla lomaohjelmaan sisältyy 2x2 tunnin lastenhoito 3–6-vuotiaille ryhmähoitona.

Kustannukset ja hakumenettely

Lapsiperheiden lomasta peritään aikuiselta Lomakeskus Huhmarissa omavastuu 20 €/vrk/hlö, yhteensä 100 €/lomajakso ja Salonsaaren lomakylässä 18 €/vrk/hlö, yhteensä 90 €/lomajakso. Alle 16-vuotiaat lomailevat veloituksetta. Työttömien viikosta peritään omavastuu 10 €/vrk/hlö, yhteensä 50 €/lomajakso. Työikäisten ja eläkeläisten viikosta peritään omavastuu 20 €/vrk/hlö, yhteensä 100 €/lomajakso.

Valinnoissa huomioidaan hakijan tulot, terveydelliset tekijät ja elämäntilanne. Matkakuluista ja mahdollisten retkien kustannuksista lomalaiset vastaavat itse. Lomatuki myönnetään enintään joka toinen vuosi. Hakemuksessa on ilmoitettava 2 viimeksi kuluneen vuoden aikana saadut lomatuet. Myös muilta lomajärjestöiltä saadut lomatuet on ilmoitettava.

Jokainen hakemus käsitellään yksilöllisesti ja luottamuksellisesti. Perhettä kohden tarvitaan 1 hakemus. Puutteellisia hakemuksia ei voida käsitellä. Myös lasten henkilötunnukset tulee merkitä kaavakkeisiin täydellisinä.

Sähköinen hakulomake löytyy osoitteesta www.hyvinvointilomat.fi > Hae lomalle. Manuaalisesti täytettäviä lomakkeita voi tilata Hyvinvointilomat ry:stä puh. 010 830 3400 (arkisin klo 9–12).



SUPERIN LOMATUKI VUONNA 2017

Edustajisto on hyväksynyt SuPerin talousarvioon määrärahan jäsenten vapaa-ajan vieton tukemiseen.

Jäsen varaa vähintään kolmen päivän loman kotimaan, Pohjoismaiden tai Viron lomakohteeseen.

Lomatuki maksetaan jäsenelle lomanvieron jälkeen kuittia vastaan. Lomatukea ei voi käyttää tuetuille lomille eikä liiton loma-asuntoihin.

Lomatuki on suuruudeltaan 200 euroa ja tarkoitettu SuPerin jäsenille opiskelijajäseniä lukuun ottamatta. Lomatuki jaetaan jäsenyyden kestoajan perusteella ohaisen taulukon mukaan:

JÄSENYSAIKA	TUKEA SAA
Yli 30 v.	60 jäsentä
20–29 v.	70 jäsentä
10–19 v.	40 jäsentä
Alle 10 v.	20 jäsentä
Eläkeläisjäsen	10 jäsentä

Jos jossakin ryhmässä on hakijoita enemmän kuin myönnettäviä lomatukia, tuensaaajat arvotaan.

Lomatuki haetaan lomakkeella, jonka voit täyttää SuPerin verkkosivuilla osoitteesta www.superliitto.fi > Jäsenyys > Jäsenedut > SuPerin lomatuki.

Hakemus on täytettävissä 31.12.2016 asti. Lomatuen saaneille lähetetään postitse ilmoitus tuen saamisesta viimeistään viikolla 5.



5 hyvää syytä hoitaa eläkeasiat verkossa



ASIOI MILLOIN HALUAT

Omat eläketietosi -palvelu on auki ympäri vuorokauden.



HELPPOA JA NOPEAA

Vanhuuseläkkeen hakeminen onnistuu parilla klikkauksella! Ilmoitamme tekstiviestillä, kun eläkepäättöksesi on valmis.



TIEDOT AJAN TASALLA

Hoida esimerkiksi pankkitilin muutos näppärästi verkkopalvelussa. Tarkasta myös työeläkeotteesi tiedot ennen eläkkeen hakemista.



LÄHETÄ MYÖS LIITTEET

Lähetä tarvittavat asiakirjat tai liitteet meille helposti Omat eläketietosi -palvelun kautta.



TURVALLISTA

Kirjaudu Omat eläketietosi -palveluun verkkopankkitunnuksilla, mobiilivarmenteella tai sirullisella henkilökortilla.

Tervetuloa käyttämään Omat eläketietosi -palvelua!



www.keva.fi/elaketietosi

HUOM. SuPerin tilaisuuksienhallintajärjestelmä uudistuu, minkä vuoksi sähköinen ilmoittautuminen syksyn 2017 kursseille avataan vasta myöhemmin keväällä. Tarkempi ajankohta ilmoitetaan SuPerin verkkosivuilla.

Lisätiedot koulutuksista ja ilmoittautumisohjeet löytyvät osoitteesta: www.superliitto.fi > Jäsenyys > Koulutukset.

Muutokset vuoden 2017 koulutusohjelmaan ovat mahdollisia.

Järjestökoulutus

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

Aktiivinen ammattiosasto I

9.–10.2.2017	Vantaa	viim.ilm.pv. 8.1.2017
28.2.–1.3.2017	Vantaa	viim.ilm.pv. 22.1.2017
19.–20.9.2017	Vantaa	viim.ilm.pv. 13.8.2017 (ilm. avautuu keväällä)

Peruskoulutusta uusille ammattiosastotoimijoille. Koulutukseen voivat osallistua ammattiosastojen puheenjohtajat, varapuheenjohtajat, sihteerit, jäsenrekisterinhoitajat, taloudenhoitajat, yhdysjäsenet ja hallituksen jäsenet.

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

5.–6.4.2017	Helsinki	viim.ilm.pv. 26.2.2017
5.–6.10.2017	Helsinki	viim.ilm.pv. 27.8.2017 (ilm. avautuu keväällä)
15.–16.11.2017	Helsinki	viim.ilm.pv. 8.10.2017 (ilm. avautuu keväällä)

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

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

Pätevä puheenjohtaja I

15.–16.3.2017	Helsinki	viim. ilm.pv. 12.2.2017
---------------	----------	-------------------------

Pätevä puheenjohtaja II

10.–11.5.2017	Vantaa	osallistujat kutsutaan
---------------	--------	------------------------

Pätevä puheenjohtaja III

18.–19.10.2017	Helsinki	osallistujat kutsutaan
----------------	----------	------------------------

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

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

6.–7.9.2017	Helsinki	osallistujat kutsutaan
-------------	----------	------------------------

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

Päivillä käsitellään ajankohtaisia aiheita.

Osaava sihteeri

8.–9.3.2017	Helsinki	viim.ilm.pv. 5.2.2017
-------------	----------	-----------------------

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

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

Toimiva jäsenrekisteri

3.5.2017	Helsinki	viim.ilm.pv. 2.4.2017
----------	----------	-----------------------

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

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

Yhdysjäsen on ykkönen

21.2.2017	Joensuu	viim.ilm.pv. 15.1.2017
1.11.2017	Helsinki	viim.ilm.pv. 24.9.2017 (ilm. avautuu keväällä)

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

3.3.2017	Turku	viim.ilm.pv. 29.1.2017
28.11.2017	Kuopio	viim.ilm.pv. 22.10.2017 (ilm. avautuu keväällä)

Koulutukseen voivat osallistua Yhdysjäsen on ykkönen -kurssin käyneet yhdysjäsenet.

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

Etevä esiintyjä

24.–25.10.2017 Helsinki viim.ilm.pv. 17.9.2017
(ilm. avautuu keväällä).

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

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

Onnistunut kokous

29.3.2017 Helsinki viim.ilm.pv 26.2.2017

Kurssi on suunnattu ammattiosastojen puheenjohtajille ja hallituksen jäsenille, jotka ovat osallistuneet joko Aktiivinen ammattiosasto I -koulutukseen tai Ammattiosastojen toimihenkilökurssille. Kurssin tavoitteena on tarjota osallistujille kokoustekniikan perustaitoja.

Tehoa taloudenhoitoon

28.3.2017 Helsinki viim.ilm.pv 23.2.2017
syksy 2017 Helsinki (ilm. avautuu keväällä)

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

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

Tehoa paikalliseen vaikuttamiseen

25.4.2017 Seinäjoki viim.ilm.pv 19.3.2017
10.10.2017 Joensuu viim.ilm.pv 3.9.2017
(ilm. avautuu keväällä)

Tilaisuus on suunnattu **paikkakunnan ja lähialueen** ammattiosastotehtävissä toimiville, erityisesti puheenjohtajille ja ammattiosaston hallituksen jäsenille.

Päivän aikana paneudutaan paikallisen vaikuttamisen tavoitteisiin ja toteutustapoihin. Koulutuksessa keskitytään vaikuttamisen eri keinoihin paikallisesti. Saat vinkkejä työnantaja- ja päättäjätapaamisiin sekä oppilaitosyhteistyöhön ja lehdistökontaktien luomiseen. Vaihdamme kokemuksia jäsenten aktivoimisesta sekä verkostoitumisesta.

Menestyvä yrittäjä

28.1.2017 Helsinki viim.ilm.pv. 29.12.2016

Oletko SuPerin yrittäjäjäsen tai kiinnostaako yrittäjyys palkkatyön vaihtoehtona? Tule verkostoitumaan ja oppimaan muun muassa palvelujen myyntiä.

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

Vaihda vapaalle

8.11.2017 Helsinki viim.ilm.pv. 24.9.2017
(ilm. avautuu keväällä)

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.

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

SuPerin jäsensivuille kirjautuminen ja kursseille ilmoittautuminen

Jäsensivuille pääset kirjautumaan www.superliitto.fi -palvelun oikeassa yläkulmassa olevan **Kirjautu jäsensivuille** -linkin kautta.

Käyttäjätunnus = jäsennumerosi
Salasana = henkilötunnuksesi ensimmäistä kertaa kirjaututtaessa

Henkilötunnus kirjoitetaan kokonaisuudessaan viivan kanssa ja tunnuksen loppuosassa oleva kirjain tulee ISOLLA, esim. 010110-110A. Tämän jälkeen järjestelmä pyytää muuttamaan salasanan. Uudessa salasanassa on oltava vähintään viisi merkkiä, jotka voivat olla kirjaimia ja numeroita. Kirjoita uusi salasana itsellesi muistiin! Kun olet kirjautunut jäsensivuille, sivulla olevassa sinisessä palkissa on omia, henkilökohtaisia tietojasi. Tarkista tiedot ja tee tarvittaessa muutokset.

Klikkaa **Ilmoittaudu kurssille** -painiketta. Eteesi aukeaa uusi sivu. Valitse vasemmasta laidasta kohta **Kurssit** ja tämän jälkeen **Kurssitarjonta**. Klikkaa kurssista sitä, jolle haluat ilmoittautua. Lue huolella kurssien kohderyhmät ja ajankohdat sekä annetut ohjeet. Täytyä tarvittavat tiedot ja vahvista ilmoittautuminen. Viimeisen ilmoittautumispäivän jälkeen kurssi poistuu kurssitarjonnasta. **Älä unohda mainita mahdollisia ruoka-aineallergioita.**



SuPer-Opo-koulutus

SuPer-Opojen starttikurssi

22.8.2017 Helsinki viim.ilm.pv. 6.8.2017
(ilm. avautuu keväällä)

SuPer-Opojen starttikurssi on tarkoitettu ammattiosastojen uusille opiskelijavastaaville, jotka eivät ole osallistuneet perus- tai jatkokurssille. Tämä on hyvä pikaperehdytys SuPer-Opo-toimintaan.

SuPer-Opojen peruskurssi

23.–24.1.2017 Helsinki viim.ilm.pv. 31.12.2016

SuPer-Opojen peruskurssi on tarkoitettu ammattiosastojen opiskelijavastaaville, jotka eivät ole aikaisemmin osallistuneet peruskurssille. Kurssilla käsitellään SuPer-Opon tehtävät, jäsenyysasiat,

SuPerin järjestö-, opo-, nuoriso- ja opiskelijajäsenkoulutus 2017

ajankohtaiset asiat jne. sekä tutustutaan Opo-toimintaan liittyviin materiaaleihin ja työvälineisiin.

SuPer-Opojen jatkokurssi

12.–13.10.2017 Helsinki viim.ilm.pv. 24.9.2017
(ilm. avautuu keväällä).

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

SuPer-Opojen kehittämisspäivät

30.–31.3.2017 Vantaa viim.ilm.pv. 12.2.2017

Kehittämisspäiville ovat tervetulleita kaikki aktiivisesti toimivat SuPer-Opot. Päivän aikana kehitetään alueellista opiskelijajointa 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 voi hakea palkatonta vapaata, ja liitto maksaa ansionmenetyksen työnantajalta saatua ansionmenetystodistusta vastaan. Ohjelma ja tarkemmat ohjeet kustannusten korvaamisesta lähetetään kurssivahvistuksen mukana ilmoittautumisaikojen päättymisen jälkeen.

Ilmoittautuminen

Kursseille voi ilmoittautua osoitteessa www.superliitto.fi > kirjautu jäsenisivuille > ilmoittaudu kurssille. Viimeisen ilmoittautumispäivän jälkeen kurssi poistuu kurssitarjonnasta.

Lisätiedot

Lisätietoja SuPer-Opo-koulutuksesta saat osoitteesta opiskelijat@superliitto.fi.

SuPer-Nuorille suunnattu koulutus

Sukella SuPeriin

30.9.–1.10.2017 Lappeenranta viim.ilm.pv. 27.8.2017
(ilm. avautuu keväällä)

Koulutuksessa sukellaan SuPerin saloihin, ja saadaan perustietoa liiton toiminnasta, jäsenyydestä, työelämän koukeroista sekä ajankohtaisista aiheista yhteistä hauskanpitoa unohtamatta. Koulutus on ensisijaisesti tarkoitettu niille 18–35-vuotiaille Etelä- ja Pohjois-Karjalan sekä Etelä-Savon 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 ilmoittautumisaikojen päättymisen jälkeen.

SuPer-Nuoret Laineilla

21.–23.4.2017 Hki-Tukholma-Hki viim.ilm.pv. 19.3.2017

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.

SuPer-Nuoret Laineilla -koulutuksen kustannukset

Omapastuuhinta on 70 €, joka sisältää opetuksen, ohjelman mukaiset ruokailut ja majoituksen kahden hengen hytissä.

Ilmoittautuminen

Risteilylle ilmoittaudutaan osoitteessa www.superliitto.fi > kirjautu jäsenisivuille > ilmoittaudu kurssille. Jos risteily täyttyy ennen ilmoittautumisaikojen 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 tai puh. (09) 27279192.

SuPerin opiskelijajäsenille suunnattu koulutus

SuPer-Opiskelijoiden risteily

17.–18.3.2017 Tku-Tukholma-Tku viim.ilm.pv. 12.2.2017

Koulutus on tarkoitettu ensisijaisesti kevään 2017 aikana valmistuneille opiskelijajäsenille. Koulutuksessa saa tietoa SuPerista ja omista oikeuksista työelämässä hauskanpitoa unohtamatta.

SuPer-Opiskelijoiden risteilyn kustannukset

Omapastuuhinta on 35 €, joka sisältää opetuksen, ohjelman mukaiset ruokailut, majoituksen kahden hengen hytissä ja matkakulut kotoa satamaan matkustusohjeen mukaan.

Ilmoittautuminen risteilylle

Risteilylle ilmoittaudutaan osoitteessa www.superliitto.fi > kirjautu jäsenisivuille > ilmoittaudu kurssille. Jos risteily täyttyy ennen ilmoittautumisaikojen päättymistä, ilmoittautuminen sulkeutuu. Ohjelma ja ohjeet lähetetään osallistujille kuukausi ennen tilaisuutta.

Yhdysopiskelijakoulutus

Yhdysopiskelijoille järjestetään koulutusta syksyllä 2017 Oulussa ja Tampereella. Ajankohdat ilmoitetaan myöhemmin. Yhdysopiskelijat saavat kutsun kevään aikana.

Lisätiedot: opiskelijat@superliitto.fi

TJS Opintokeskuksen koulutustarjonta ja taloudellinen tuki koulutuksen järjestämiseksi

TJS Opintokeskus on Akavan ja STTK:n yhteinen koulutus- ja kehittämisorganisaatio. TJS Opintokeskuksen koulutustarjonta sisältää runsaasti kursseja eri puolilla maata muun muassa seuraavilta aloilta: yhdystoiminta, työelämä ja hyvinvointi, viestintä ja tietotekniikka. Kurssit ovat maksullisia. Lisätietoja TJS:n verkkosivuilla: <http://www.tjs-opintokeskus.fi/koulutukset>.

Taloudellinen tuki koulutuksen järjestämiseksi

Ammattiosastot voivat hakea oman koulutuksen järjestämiseksi 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 opintomatkoihin. Tuki määräytyy opetustuntien, menojen ja osallistujamäärän mukaan. Lisätietoja TJS:n verkkosivuilla www.tjs-opintokeskus.fi/TJS-tuki

SuPerin kehittämysyksikön maksullinen ammatillinen koulutus tarjoaa jäsenille erinomaisen ja helpon mahdollisuuden kehittää omaa ammatillista osaamistaan.

Ajankohtaisia teemoja käsittelevät koulutukset ovat ammatillista täydennyskoulutusta. Keskustele osallistumisestasi ja koulutuksen kustannuksista esimiehesi kanssa.

Tässä lueteltujen koulutusten tarkemmat ajantasaiset tiedot ja ilmoittautumishjeet löydät myöhemmin liiton verkkosivuilta www.superliitto.fi tai SuPer-lehdessä.

Kehittämysyksikkö järjestää vuonna 2017 myös muuta ammatillista koulutusta. Seuraa ilmoittelua SuPer-lehdessä ja SuPerin verkkosivuilla.

Koulutuspäivät

Ammatilliset opintopäivät, 14.–15.2.2017 Tampere

SuPer järjestää perinteiset ammatilliset opintopäivät helmikuussa.

Aiheina ovat muun muassa työpaikan vuorovaikutus, päihteet kolmantena pyöränä, asiakkaan itsemääräämisoikeus ja hoitotahito. Pääsemme myös matkaoppaan mukana vierailulle Hollannin muistikylään. Lisäksi kuulemme työntekijän kokemuksia hyvästä saattohoidosta viimeisellä matkalla.

Jäsenille koulutuksen hinta on 220 euroa ja yksi päivä 150 euroa. Maksu sisältää luennot, jaettavan materiaalin, lounaat ja kahvit.

Opintomatka Cambridgeen, 7.–12.5.2017

Koulutuksen hinta on 950 euroa.

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

SuPer-Voimaa – Aktiivinen SuPer -koulutusristeily järjestetään syksyllä 2017

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.

Uutta: saattohoitokoulutus käynnistyy maaliskuussa

Uutena koulutuksena on tarjolla kolme samansisältöistä kokopäivän koulutusta saattohoidosta. Koulutukset järjestetään keväällä (maalis-, huhti- ja toukokuussa) sekä syksyllä (syys-, loka- ja marraskuussa).

Koulutukset järjestetään yhteistyössä Terhokotisäätiön kanssa. Koulutuspäivät ovat kaikille avoimet. Tarkempia tietoja koulutuksesta antaa asiantuntija Soili Nevala.

Diabetes-koulutukset jatkuvat vuonna 2017

Perinteiset kokopäivän diabeteskoulutukset yhteistyössä Diabetesliiton ja Yksi Elämä -hankkeen kanssa jatkuvat vuonna 2017. Ohjelmassa luvassa ajankohtaista tietoa diabeteksen hoidosta.

Seuraa verkkosivuja koulutuspäivien ajankohdasta. Päivät ovat avoimet kaikille. Lisätietoa koulutuksista antaa asiantuntija Elina Ottela.

Svenskspråkig utbildning

Svenska studiedagar, 4.-5.4.2017 Tammerfors

Kom med och bilda nya bekantskaper, kom och byt erfarenheter på våra svenskspråkiga studiedagar.

Aktuella ämnen inom vården och dess olika områden lyfts fram.

Pris till medlemmar för 2 dagar 220 € och för 1 dag 150 €. Delta-garavgiften innehåller föreläsningarna, materialer samt lunch och kaffe (moms 0 %).

Mera information om utbildningarna samt anmälningar hittas senare på förbundets nätsidor www.superliitto.fi/sv.

SuPer mukana messuilla 2017

21.–23.4.2017	Lapsimessut, Helsinki
4.–5.5.2017	Terve-Sos, Helsinki
13.–14.9.2017	Kuntamarkkinat, Helsinki
6.10.2017	Varhaiskasvatus, Helsinki
27.–29.10.2017	Osaava Nainen, Turku
9.–11.11.2017	Apuväline, Tampere

SuPer kehittää ammattiosastojen viestintäosaamista tarjoamalla jäsenilleen ajankohtaista viestintäkoulutusta.

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

SuPerin tilaisuuksienhallintajärjestelmän uudistumisen vuoksi sähköinen ilmoittautuminen syksyn 2017 kursseille avataan vasta myöhemmin keväällä. Tarkempi ajankohta ilmoitetaan SuPerin verkkosivuilla.

Vaikuta viestinnällä

Aika 16.–17.5.2017
Paikka Helsinki
Viimeinen ilm.pv 11.4.2017

Vaikuta viestinnällä -koulutuksessa ammattiosastojen puheenjohtajat, luottamusmiehet ja muut ammattiosastoviestijät pääsevät tutustumaan median toimintaan tänä päivänä ja kartuttamaan valmiuksiaan viestiä muun muassa sosiaalisessa mediassa.

Ammattiosaston kotisivut kuntoon

Aika 7.3.2017
5.9.2017
14.11.2017
Paikka Helsinki
Helsinki
Helsinki
Viimeinen ilm.pv 7.2.2017
14.8.2017 (ilm. avautuu keväällä)
17.10.2017 (ilm. avautuu keväällä)

Kurssi on tarkoitettu ammattiosastojen webmastereille, jotka saavat kurssin aikana opetusta ammattiosaston kotisivujen ylläpitoon ja hyödyntämiseen sekä tutustuvat SuPerin sähköiseen jäsenpalveluun. Kullekin kurssille mahtuu 18 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

Kursseille voi ilmoittautua SuPerin jäsensivujen sähköisen jäsenpalvelujärjestelmän kautta kurssikohtaiseen viimeiseen ilmoittautumispäivään saakka. Ilmoittautuneille lähetetään ohjelma ja kutsu ohjeineen ilmoittautumisaajan päättymisen jälkeen.

Lisätietoja viestintäkoulutuksesta saat sihteeri Katriina Alfalta, katriina.alfa@superliitto.fi tai puh. 09 2727 9298.

Muutokset mahdollisia



Menestyvä yrittäjä-koulutus

lauantaina 28.1.2017 klo 9.30–16
SuPer ry:n koulustilassa,
Ratamestarinkatu 12, C-porras, Helsinki

Oletko SuPerin yrittäjäjäsen? Tai kiinnostaako yrittäjyys vaihtoehtona? Tule verkostoitumaan ja oppimaan mm., miten palveluja myydään.

SuPer maksaa matkat ja koulutuksen ruokailuihin. Ilmoittaudu jäsensivujen kautta viimeistään 29.12.2016.

Lisätietoja: paula.soivio@superliitto.fi



KOULUTUKSELLA KOHTI EETTISYYTTÄ

TYÖNTEKIJÄN EETTINEN KUORMITTUMINEN

Koulutuspäivät:
31.1.2017 Helsinki (195€ + alv 24%)
1.2.2017 Turku (170€ + alv 24%)
2.2.2017 Tampere (170€ + alv 24%)
7.2.2017 Oulu (150€ + alv 24%)

Ilmoittautuminen: www.proet.fi/yhteys

LÄHIHOITAJAMERKKI
Lyyra lakkiin, kullattua hopeaa 26€
Pinssi työasuun, hopeaa 20€
Sormus, 14k. kultaa 199€
Sormus, hopeaa 53€
Riipus, 14k. kultaa (ei sis. ketjua) 150€
Riipus hopeaketjulla 25€

Vastavalmistuneelle oma merkki tilattavissa
LÄHIHOITAJALLE
Porvoolaisopiskelijoiden suunnittelema ja teettämä valtakunnallinen lähihoitajamerkki lyyrana, pinssinä, sormuksena ja riipuksena.
Koruliike Smyckesaffär
Olle Andersson
Lundinkatu 22, Porvoo. p. (019) 524 6975
info@olleandersson.fi

Sairaanhoitajakello
etunimi-kaiverruksella
55€
Tilaa postiennakolla
– hintoihin lisätään
postikulut!

#suosittelesuperia
#supertekeehyvaa

SUOSITTELE SUPERIA

Hanki itsellesi ja perheellesi mainiot joululahjat. Jokaisesta uudesta jäsenestä saat 30 euron arvoisen lahjakortin.

Uusi jäsen saa huippuedut parhaassa liitossa ja monitoimikaulanauhan sekä arvokkaan ammattimerkin.

KATSO OHJEET SUOSITTELUUN:

www.superliitto.fi > Jäsenyys
Suosittele SuPeria 2016
tai skannaa koodi.



Super
tekee
hyvää!



SUPER



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 hyödyllisen monitoimikaulanauhan. Lue lisää: www.superliitto.fi.

SuPer tukee tänä vuonna SOS-Lapsikylää ja Vanhus- ja lähimmäispalvelun liittoa Vallia. Kiitämme näin yhteistyökumppaneitamme, ja toivotamme menestyksellistä vuotta 2017.



SOS-Lapsikylän tavoitteena on lisätä lasten ja perheiden hyvinvointia Suomessa ja maailmalla. Keinoina ovat perheiden varhainen tuki ja avo- sekä sijaishuollon palvelut. Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto ry on valtakunnallinen asiantuntijajärjestö, joka tekee työtä paremman vanhuuden puolesta.



SUPERHYVÄÄ JOULUA!

www.superliitto.fi



SuPer palvelee juhlapyhien aikaan

Liiton toimisto on suljettu 23.12.2016–1.1.2017.
23.12.2016 toimistolla ei ole päivystystä.
27.–30.12.2016 toimisto päivystää kello 9–13.

Päivystysnumerot:
Edunvalvontayksikkö, kuntasektori 09 2727 9160
Edunvalvontayksikkö, yksityissektori 09 2727 9171
Kehittämisyksikkö 09 2727 9170
Jäsenyksikkö 09 2727 9140

Super työttömyyskassa on suljettu 23.12.2016, ja avoinna
27.–30.12.2016 klo 8.30–16. Puhelinpalvelua 27.12. ja 29.12. klo 9–13.

Muistojen talvisirkus

Muistat Tuhkimon, Lumikin, Ruususen varmaan ja Punahilkkan ja sudenkin harmaan, mutta muistatko mikä on piin desimaali ja mihin jätit avaimet? Tänä vuonna Hurjaruuthin esityksessä pureudutaan muistamiseen ja muistoihin. Talvisirkus Muistissa yhdistellään estottomasti nykysirkusta, tanssia, videotaidetta, kollektiivista muistia ja elävää musiikkia. Mukana on myös yksi Guinnessin ennä-

tys! Lapsuusmuistoja, muistisääntöjä ja muuta muisteltavaa yleisölle esittävät sirkustaiteilijat Suomesta, Espanjasta, Ranskasta, Islannista ja Argentiinasta. Esitysten livemusiikista vastaa sirkusorkesteri Peloton. Koko perheen esitys lupaa huikeaa tulevaisuuden sirkusta, jota ei ihan heti unohda.

Talvisirkus Muisti Helsingissä Kaapelitehtaan Pannuhallissa 8.1. asti. ■



Hurjaruuthin talvisirkus ihmettelee tänä vuonna muistamisen mysteeriä.

Joulu tulee laulaen

Kauneimmat joululaulut kajah-
tivat taas ensimmäisenä ad-
venttina ja jatkuvat loppiai-
seen asti. Kirkkojen lisäksi
joululauluja lauletaan ravintoloissa,
vanhainkodeissa, kouluissa, pubeis-
sa ja jopa ulkoilumajassa ja taiteilijan
ateljeessa. Kauneimmat joululaulut

soivat tänä vuonna 44. kerran ja yh-
teislaulutilaisuuksiin odotetaan jopa
800 000 kävijää. Osoitteessa kau-
neimmatjoululaulut.fi voi käydä kat-
somassa oman kotiseutunsa laulu-
paikat sekä äänestää kauneinta jou-
lulaulua. Tilaisuuksia järjestävät seu-
rakunnat ja Suomen Lähetysseura. ■



Kirjauutuudet

OLGA TEMONEN:
OLGAN JOULU
TAMMI 2016



Näyttelijänä, ko-
lumnistina, blog-
gaajana ja maa-
tilan emäntänä
tutuksi tullut Ol-
ga Temonen on
tehnyt joulukir-
jan, jossa kurkis-

tetaan Temosen perheen jouluperinteis-
siin. Pääosassa ovat jouluisten ruokien
ja leipomusten reseptit, joista ainakin
suklainen taatelikakku ja kirsikkalikööri
herauttavat veden kielelle. Mukaan on
riipoteltu tarinoita ja muistoja vuoden
suurimmasta juhlasta. Kauniisti kuvite-
tussa joulukirjassa ei pönötetä. Olgan
sanoi jouluna ei tarvitse olla liian tyy-
likäs, eikä ainakaan hillitty. Hänelle jou-
lu on runsaita värejä, koristeita, kukkia
ja paljon herkkuja.

"Ole iloinen – se on yksi tapa olla viisas"



ESSI TOLONEN

Vietimme 19. lokakuuta Turussa, Tyksin mäellä, Haartman salissa jo perinteistä alueellista koulutuspäivämme. Tilaisuuteen oli ilmoittautunut ennätysmäärä osallistujia, 185 innokasta lähi- ja perushoitajaa! Päivän aluksi puheenjohtaja Silja Paavola toi liiton tervehdyksen ja VSSHP:n puolesta puhui henkilöstöjohtaja Katariina Similä. Hän painotti osaamisen kehittämisen tärkeyttä ja motivoi meitä pitämään huolta omasta ammatillisesta osaamisestamme. Vastuu siitä on myös jokaisella itsellään. Ammatillisina aiheina tänä vuonna olivat haavan paranemisprosessi ja haavan arviointi sekä autettavan potilaan ja asiakkaan suunhoito. Kuulimme myös tietoiskun välinehuoltajan toimenkuvasta. Erittäin

ajankohtaisesta aiheesta, tietosuoja sosiaali- ja terveydenhuollossa, meille puhui tietohallintoylilääkäri Pirkko Kortekangas. Il-tapäivällä keskityimme puhumaan ja miettimään sitä, miten me hoitajat jaksamme jatkuvassa muutoksessa. Päivän lopuksi siihen antoi joitakin työkaluja naurujooga- ja ilmaisukouluttaja Essi "tohtori" Tolonen. Koulutustilan aulaan oli haavahoitotuotteista melko kattava näyttely, johon oli taukojen aikana mahdollisuus tutustua. Päivän ohjelma oli koottu viimevuotisten palautteiden perusteella ja näin toimimme myös ensi vuonna. Nähdään siis taas vuoden päästä!

JAANA DALÉN

Kurssikutsut



AHJ72 HÄMEENLINNA Valmistuimme 29.5.1987. Siitä tulee siis 30 vuotta täyteen! Kokoonnutaan muistelemaan ja tapaamaan toisiamme. Ajatuksena olisi perjantai 30.5.2017 Hämeenlinnassa. Alustavat ilmoittautumiset Eeva-Liisa Jaakkola s-posti eeva-liisa.jaakkola@hotmail.com ja Katja Kinnunen; kinnunenkatja@hotmail.com.

AJ 2/80 Valmistuimme Lahden Sairaanhoidon oppilaitoksesta 18.12.1981 siis 35 vuotta sitten. Osa meistä on eläkkeellä, mutta usea on vielä työelämässä. Ilmoittaudu ja etsi kurssikavereita! Tapaamme tammikuussa 2017 Lahdessa. Yhteydenotot: Margetta Haapalainen 044 3399 788 tai Pirkko Pitkänen (Sipilä) 040 7374 913.

KOKEMUKSIA SAATTOHOIDOSTA?

Opiskelen palliatiivista ja saattohoitoa. Haluaisin kehittäämistehtävääni lähi- ja perushoitajien kokemuksia saattohoidosta ja kuoleman kohtaamisesta. Mitä taitoja mielestänne tarvitaan, mikä on ollut helppoa, mikä vaikeaa? Postia voi lähettää osoitteisiin: lähihoitaja Kari Lanne, Haapalankatu 3, 85800 Haapajärvi, p. 050 328 5465, kari.lanne@selanne.net

Kuulumiset

Lähetä kuulumiset osoitteeseen: superlehti@superliitto.fi alkuvuoden lehtiin:

lehden numero	julkaisu-päivä
1/2017	14.12. mennessä
2/2017	12.1. mennessä
3/2017	10.2. mennessä
4/2017	13.3. mennessä
5/2017	12.4. mennessä

Kuvan koko vähintään 300 kt. Toimituksella on oikeus muokata tekstiä ja kuvia sekä valita julkaisuajankohta.



JOULUNVALKEA JÄNIS

Vanhoissa joulukorteissa lie-
nevät kuvatuimpia metsän-
eläimiä jänis ja punatulkku.
Paksun, talvisen lumihan-
gen pinnalla keitellään puu-
roa tonttujen kanssa. Kun-
pa näin olisikin. Joulukorttien kaunis,
puhtaanvalkea metsäjänis on kuitenkin
häätä kärsimässä – ainakin eteläisem-
mässä Suomessa.

Talvella valkoturkkinen metsäjänis
on helppo erottaa rusakosta, jonka väri
ei juurikaan vaaleene talven tullen. Ke-
sällä niiden erottaminen onkin jo hie-
man haastavampaa. Rusakko on metsä-
jänistä isompi ja pitkäkorvaisempi. Mo-
lemmilla ovat mustat korvanpäät, mut-
ta vain rusakolla on päältä musta hän-
tä. Rusakko on myös – anteeksi vain –
rujomman näköinen.

Molemmat voivat saada vuodessa
kolmekin poikuetta, joissa on 1–5 poi-
kasta. Poikaset piiloutuvat heinikkoon
heti synnyttyään. Emot käyvät imettä-
mässä niitä muutaman kerran vuorokau-

dessä. Yksinäisen ja hylätyn näköinen
jäniksenpoikanen täytyykin jättää rau-
haan. Se ei ole eksynyt. Sen emo ja muut
poikaset piilottelevat jossain lähistöllä.

Pitkäkorvien elinpiirit eroavat ai-
ka selvästi toisistaan. Metsäjänis viih-
tyy nimensä mukaisesti metsissä ja nii-
hin rajoittuvien peltojen laiteilla. Rusako
on sen sijaan laajojen peltoaukeiden
laji. Rusakkoa sanotaankin myös pelto-
jänikseksi. Myös ruokavalio on hieman
erilainen. Metsäjänis käyttää talvella ra-
vinnokseen lehtipuiden silmuja ja kuor-
ta. Paljaaksi kaluttu kaatunut haapa on
yleensä metsäjäniksen jäljiltä. Rusakko
kelpuuttaa sen ravinnokseen vain silloin,
kun paksu hanki peittää vihreän ruohon,
jota se mielellään syö. Vaikka muu puu-
ruoka ei rusakolle maistuisikaan, niin
omenapuun kuori maistuu, ikävä kyllä.

Talvisista lumijäljistä lajit on suh-
teellisen helppo määrittää. Metsäjänis
pystyy levittämään takakäpälsänsä kuin
lumikengäksi. Jälki on päärynämäisen
pyöreä. Rusakon jälki on pitempi ja

usein sen käpälät viistävät lunta jälkien
välissäkin.

Leudot, lumettomat talvet sopivat
mainiosti rusakolle, mutta metsäjänik-
selle ne tietävät vaikeuksia. Valon vähe-
nemisen vuoksi se vaihtaa valkean talvi-
turkin, vaikka maa olisi musta. Pedoille
se on silloin helppo saalis.

Joulukorttien kaunis metsäjänis
onkin vähenemässä etelässä. Onnek-
si pohjoisessa on vielä lumisia, oikeita
talvia. Ja Joulutonttuja.

Hyvää Joulua! ■



WWW.PIRTTIMAA.FI





SUPERIN AMMATTIOSASTOJEN PUHEENJOHTAJAT ERI PUOLILTA MAATA KOMMENTOIVAT LEHDEN AIHEITA.

TYÖNTÄYTEINEN SYKSY

Nukutko riittävästi? ► s. 12

En nykyisin. Univelkaa tulee, kun on niin paljon toimintaa.

Luetko paljon lehtiä? ► s. 13

Luen vain SuPer-lehteä ja Satakunnan Kansaa. En naistenlehtiä.

Teetkö itse jouluruokia? ► s. 14 ja 58

Kinkun ja laatikoita teen. Riippuu myös siitä, missä vietän joulua.

Minkä asian haluaisit korjata vanhustenhoidossa ensimmäiseksi? ► s. 24

Hoitajamitoituksen. Asiakkaat ja potilaat ansaitsevat sen hoidon, mikä heille kuuluu. He ovat jo oman osuutensa aikanaan tehneet. Näissä asioissa ei pidä tuijottaa vain rahaa vaan tarjota kaikille arvokas vanhuus.

Miten suhtaudut yötyöhön? ► s. 35

Sopii minulle. Saan nukuttua vuoron jälkeen hyvin.

Oletko lähdössä helmikuussa opintopäiville Tampereelle? ► s. 36

En ole vielä varma. Mielessä asia on, sillä en ole moneen vuoteen niillä päivillä ollut.

Mikä on paras talvilomakohde?

► s. 70

Menisin Lappiin, jossa on paljon lunta ja sopivan kylmää.

Minkä neuvon antaisit vastavalmistuville hoitajille? ► s. 77

Tee sydämellä sitä työtä, mihin sitoudut.

Porin seudulla on vietetty ay-toimijan kannalta kiireistä syksyä. Uutiset eivät ole aina olleet hyviä.

– Perusturvassa on ollut sijaiskielto, ylityökielto ja lomautuksia. Hoitajamitoituksia on vähennetty. Meidänkin osastolta vähennettiin 2,5 hoitajapaikkaa. Aluehallintovirastolta tuli sakon uhka neuvolatoiminnalle, puheenjohtaja Kirsi Karuneva luettelee.

Jotain hyvääkin mahtuu joukkoon. Vastaanotossa lomautuksia peruttiin. Kaupunginvaltuusto teki päätöksen, että hoitajamitoituksessa palataan parempaan. Sairaalassa hoitohenkilökunta ei joutunut lomautusten alle.

– Muitakin hyviä uutisia on. Pääluottamusmies on saanut neuvoteltua yhdelle määräaikaiselle vakipaikan. Kotihoidossa lähihoitajat saavat tehdä entistä enemmän koulutuksensa mukaista työtä.

Porin seudun ammattiosasto kuuluu isojen joukkoon, jäseniä on 828. Porissa on lisäksi oma osastonsa keskussairaalan superilaisille ja yksityisellä puolella työskenteleville.

Ammattiosasto toimii aktiivisesti. Sillä on omat Facebook-sivut. Hallitus koontuu kuukausittain, eikä edes kokousten kesätaukoa keritty viime kesän mylerryksissä pitämään. Nuoria osasto on houkutellut, viimeksi Elastisen konsertilla, jonka Porin kolme ammattiosastoa järjestivät yhdessä. Konsertti oli loppuunmyyty.

– Meillä on osaston hallituksessakin nyt kaksi uutta nuorta jäsentä.

Kirsi Karunevasta tuli superilainen vuonna 2003. Aikaisemmin hän oli kaupan kassana.

– Haaveilin jo kauan sitten hoitajan työstä, mutta asia jäi, kun sain neljä lasta. Kun lapset sitten kasvoivat, vanha haave palasi ja opiskelin työn ohessa alalle.

Karuneva aloitti osastonsa puheenjohtajana vuoden alussa. Hän toimii myös opona, yhdysjäsenenä, luottamusmiehenä ja työsuojeluvaravaltuutettuna.

– Hommia riittää ja kiirettäkin on. Puheenjohtajuuden opettelu teettää työtä, mutta SuPerin kursseilta olen saanut hyvää tietoa.

Karunevan työpaikka on kuntoutus- ja sairaalapalveluiden akuutilla lyhytaikaisosastolla T4. Hän tekee kolmivuorotyötä. ■



Kirsi Karuneva on viettänyt kiireisiä aikoja.

JUKKA JÄRVELÄ

SUPERIN TOIMISTO

Ratamestarinkatu 12

00520 Helsinki

Puhelinvaihte 09 2727 910, telefax 09 2727 9120

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

YLEISHALLINTO

- toiminnanjohtaja Arja Niittynen p. 09 2727 9123
- järjestöasiantuntija Paula Soivio p. 09 2727 9156
- järjestöasiantuntija Tiina Pendolin p. 09 2727 9297
- järjestöasiantuntija Lauri Kämäri p. 09 2727 9184
- järjestöasiantuntija Eero Lemola p. 09 2727 9153
- järjestöasiantuntija Anne Kisonen p. 09 2727 9189
- opiskelija-asiamies Tanja Oksanen p. 09 2727 9192
- 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 Katriina Alfa p. 09 2727 9298

SUPER-LEHTI:

- päätoimittaja Leena Lindroos p. 09 2727 9174
- taittava toimittaja Jukka Järvelä p. 09 2727 9178
- toimittaja Elina Kujala p. 09 2727 9219
- toimittaja Minna Lyhty p. 09 2727 9176
- toimittaja Marjo Sajantola p. 09 2727 9173
- toimittaja Minna Seppä p. 09 2727 9193
- super-lehti@superliitto.fi

TIEDOTUS:

- tiedotuspäällikkö Sari Tirronen p. 09 2727 9162
- tiedottaja Sari Järvinen p. 09 2727 9138
- tiedottaja Hanna-Mari Kuivalainen p. 09 2727 9183
- visuaalinen suunnittelija Antti Oksanen p. 09 2727 9137
- mediakouluttaja Timo Väkimies p. 09 2727 9141
- superviestinta@superliitto.fi

KEHITTÄMISYKSIKKÖ

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

TIETOHALLINTA

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

SOPIMUSEDUNVALVONTA

- edu@superliitto.fi
- puhelinpalvelu 09 2727 9160 ma-pe klo 9-13
- edunvalvontajohtaja Anne Sainila-Vaarno p. 09 2727 9167
- työympäristöasiantuntija Eija Kemppainen p. 09 2727 9131
- sopimusasiantuntija/tutkija Riina Kurkinen p. 09 2727 9168
- sopimusasiantuntija Anne Villman p. 09 2727 9196
- sopimusasiantuntija Mirja Juusola p. 09 2727 9185
- sopimusasiantuntija Satu Kervinen p. 09 2727 9139
- edunvalvontasihteeri Sari Kaartoaho p. 09 2727 9179
- lakimies Anna-Reetta Friipyöli p. 09 2727 9204
- lakimies Karoliina Huuskonen p. 09 2727 9188
- lakimies Merja Hyvärinen p. 09 2727 9166
- lakimies Juho Kasanen p. 09 2727 9161
- lakimies Sanna Rantala p. 09 2727 9190
- lakimies Riitta Saarikoski p. 09 2727 9114
- koulutuskoordinaattori Tarja Sundqvist p. 09 2727 9164
- sihteeri Sirpa Lahtiluoma p. 09 2727 9182

YKSITYISSEKTORI:

- puhelinpalvelu 09 2727 9171 ma-pe klo 9-13
- neuvottelupäällikkö Pia Zaerens p. 09 2727 9163
- 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
- kirjanpitäjä Leena Luostarinen p. 09 2727 9128
- laskentasihteeri Liisa Pääkkönen p. 09 2727 9181
- laskentasihteeri Ville Herttuainen p. 09 2727 9187
- taloussihteeri Mervi Härkönen p. 09 2727 9125
- taloussihteeri Maria Hietala p. 09 2727 9129
- toimistopalvelusihteeri Tia Kahri-Tuononen p. 09 2727 9119
- toimistoapulainen Olli Hytönen p. 09 2727 910

JÄSENYYSASIAT

- puhelinpalvelu 09 2727 9140 ma-pe klo 9-13
- telefax 09 2727 9155
- palveleva sähköposti: jassenrekisteri@superliitto.fi
- postiosoite: PL 112 00521 Helsinki
- johtaja Anne Panttila p. 09 2727 9127
- jäsenyksikön päällikkö Sari Kainulainen p. 09 2727 9149
- jäsenihteerit Päivi Askolin, Rita Brand, Miia Heikkonen, Noora Mikkonen, Piia Partanen, Alisa Rosti, Katja Sirkiä, Leila Ulmanen ja Paula Wirén

SUPER TYÖTÖMYSSKASSA

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



SUPER MYÖS INTERNETISSÄ: WWW.SUPERLIITTO.FI

Sähköpostit: etunimi.sukunimi@superliitto.fi

Man lyssnar på SuPer, för vi har kunskap

ORDFÖRANDE SILJA PAAVOLA

SuPer har som den enda intresseorganisationen inom social- och hälsoindustrin redan i många år krävt att man måste fastställa en minimidimensionering av personal. Nu fick vi den där dimensioneringen, och vi riktar ett stort tack till SuPers medlemmar och samarbetspartner!

I höstas, när temat alltmer började synas på agendan, beslöt vi inom förbundet att ordna en demonstration under äldreveckan på Medborgartorget den 6 oktober. Det kom duktigt med medlemmar från landets olika delar och många riksdagsmän kom också för att säga sitt ord. Ett stort tack till dem för det, för de bidrog avsevärt till beslutet. Samtidigt som man visar att äldre människor och ålderdomen är värdefulla konstaterar man att yrkesutbildad personal behövs för att ta hand om dem. Beslutet skapar trygghet både för dem som vårdas och för deras anhöriga. Nu måste vi också se till att kvaliteten bibehålls.

Minimidimensioneringen innebär att dimensioneringen inte får vara mindre än 0,5 i något skede. En vårdinrättning, ett servicehus eller motsvarande kan använda en minimidimensionering, men genast när någon blir sjuk eller annars frånvarande måste där finnas en vikarie med samma arbetstid som den frånvarande. Alltså inte förkortad arbetstid. Vårdardimensioneringen 0,5 är ett absolut minimum – inte ett maximum. Mycket är bra i dimensioneringsbeslutet, men där finns ett gjutfel: det gör det möjligt att räkna personalen flexibelt. Vi kommer säkert att få påminna beslutsfattarna om de lagstadgade anvisningarna, exempelvis om äldreomsorgslagen. I den sägs att servicebehovet bestämmer behovet av utbildad personal. På den här punkten ger vi inte efter.

Kommunerna och städerna har redan under årtal varit tvungna att höja kriterierna för när invånarna kan omfattas av kommunal vård, oberoende av vem som producerar den. Vi vet hur mycket mer vård och omsorg de som vi vårdar behöver i dygnet runt överallt. Vi ska heller inte glömma hemvården, där vård också ges dygnet runt.

Jag fick ett fint tillfälle att medverka i en telefonintervju i radioprogrammet Laajakulma. Människor inom olika områden diskuterade hurdan en människovärdig ålderdom är och om den är beroende av pengar. Många med egen erfarenhet konstaterade att det helt enkelt finns för få vårdare och att många problem kommer sig av just detta. Själv sade jag bland annat att en långsam äldre person och en jäktad vårdare är den allra sämsta och dyraste kombinationen. Det här var en mening som många tog fasta på. Också i den här diskussionen kom det fram att 0,5 är ett absolut minimum. Chefernas och organisationens arbetssätt har stor betydelse för att arbetet ska vara av god kvalitet och givande. Kvalitet kostar, men det allra dyraste är dålig kvalitet, som sedan måste rättas till med höga avgifter för specialiserad sjukvård och ambulansrunda.

SuPer är en intressebevakare för över 90 000 medlemmar. En stor del av medlemmarna arbetar med äldre personer. De har alltså kunskap om hur man klarar sig där. Som samhälle måste vi förstå att antalet äldre personer ökar relativt sett mest, och därför måste vi ägna allt mer uppmärksamhet åt deras omsorg. Här kommer vi också till vad primärskötare och närvårdare får göra på sjukhusen eller på mottagningsarna och om vi behövs. Svaret är att vi behövs, och att vår arbetsprofil ska följa vår utbildning. Eller har jag fel när jag säger att den största använ-

dargruppen på hälsostationerna är äldre personer och den största patientgruppen på sjukhusavdelningarna likaså. De behöver medicinsk behandling, men absolut också ett rehabiliterande vårdgrepp med just de resurser som de har. Och vi har förmåga att locka dem till en smula mer genom hjärtlig uppmuntran på superitsätt. ■

Med ett hjärtligt tack till våra duktiga medlemmar och förbundets fina personal,

Silja



Oavslutat – så vi fortsätter

Behandlingen av vårdreformen har dominerat våra nyhetssidor genom det gångna året. Temat kan börja kännas slitet, men vi har faktiskt inte kommit längre än till början – liksom inte heller i andra medier. Som bäst skapar man regionala modeller och landskapsmodeller för serviceproduktionen. Nu väntar vi på regeringspropositionen med förslag till valfrihetsmodell, som ska bilda en grund för dem. Med all orsak fortsätter också vi att belysa vårdreformen både i det här numret och i följande nummer. Den här gången fokuserar våra nyheter på bedömningar av kommunernas kommande ställning och om finansieringen och effekterna av den planerade valfriheten.

Även om minimigränsen för vårdardimensioneringen enligt regeringens beslut i november inte sänks minskar ändå mängden yrkesutbildad vårdpersonal. Det här beror på att man i framtiden kommer att räkna med den personal som deltar i vården på *flexibla* grunder. Gammalt folk i Finland brukade i motsvarande situationer konstatera att när näbben lyfts fastnar stjärten ("kun nokka nousee, niin pyrstö tarttuu") – risken är alltså att slutresultatet är detsamma och omsorgens kvalitet sjunker. Det här är inte det slutresultat som SuPer gick in för med sin kampanj emot sänkt dimensionering, så för vår del fortsätter arbetet för en god omsorg om de gamla.

Julen närmar sig. Superiterna har föregripit den genom att vara otroligt flitiga med att delta i kampanjen SuPer-sukka pukkaa. Redan i november fanns det hundratals par sockor och mera var på väg i rask takt. Listan på donationsmål var också berömligt omfattande. Och om nu ett par stickade sockor i julklappsskörden nån gång i barndomen inte var julens nummer ett, är de det nu. Någon har gjort dem maska för maska med hälar och allt, och de är inte bara varma, utan kanske också rörande.

Med önskan om en god jul till alla. ■

Representantskapets beslut finns på medlemssidorna



SuPers representantskap sammanträdde 24–25 november i Helsingfors. På agendan för det två dagar långa mötet var verksamhetsplanen och budgeten för 2017.

Mötet fastställde också förbundsavgifterna, arvoden och kostnadsersättningsarna för nästa år samt förbundets personalplan. Ett representantskapsinitiativ behandlades.

Utöver de aktuella förhandlingsärendena fick representantskapet ta del av en översikt över aktualiteter i den internationella verksamheten och över läget i SuPers arbetslöshetskassa. Andra ärenden var vilka skyldigheter och ansvar medlemmarna av representantskapet har, en presentation av förbundets verksamhet samt datasäkerheten och försäkringsfrågor.

Representantskapsmötets beslut finns på medlemssidorna, där du loggar in med din medlemskod. ■

Vårdardimensioneringen oförändrad, men kvaliteten?

SuPer är nöjd med regeringens beslut att hålla kvar minimivårdardimensioneringen på 0,5. Vårdkvaliteten däremot gör oss betänksamma.

SuPers ordförande Silja Paavola är bekymrad över att man i fortsättningen också ska räkna in personer utan utbildning i branschen i dimensioneringen. Regeringen banar på så vis väg för en ännu mindre mängd utbildad vårdpersonal inom äldreomsorgen. Det här är enligt SuPer en klar risk i fråga om klientsäkerheten och belastar också vårdarna.

– Nu är det särskilt viktigt att arbetsgivarna ser till att det finns tillräckligt med utbildad vårdpersonal i enheterna för äldreomsorg.

Rekommendationen om minimidimensionering av vårda-re i serviceboende med heldygnsoomsorg och i äldreboenden är för närvarande 0,5 anställda per klient. Enligt SuPer är redan dagens minimidimensionering otillräcklig. Eftersom kommunerna och samkommunerna under de senaste åren har skärpt kriterierna för intagning till äldreomsorgen behöver de äldre mer vård och omsorg än tidigare.

Flera av SuPers utredningar visar att det finns alltför få utbildade vårdare inom dygnetruntvården och hemvården för äldre. Vårdarna upplever att de inte kan sköta de äldre så bra som de önskar och bör. Det här belastar så mycket att en del har flyttat över till andra sektorer. En alltför låg personalmängd gör det också svårt att följa arbetarskyddsbestämmelserna.

– Ser landets regering på äldreboenden som någonting där enbart ett varmt hjärta räcker till som yrkeskompetens? Utbildning och kunnande har betydelse, påminner Paavola. ■



SOTE LEDER TILL EKONOMISKA PROBLEM I MÅNGA KOMMUNER

TEXT MINNA SEPPÄ

Regeringens valfrihetsmodell är ett alltför högt pris enligt SuPer.

Enligt SuPers utvecklingsdirektör Jussi Salo räddar inte vårdreformen kommuner med övervägande äldre befolkning och i genomsnitt sämre ekonomi. Salo hänvisar till resultaten av en kommundirektörsenkät som publicerades i Lännen Media i oktober: Av 170 svarande bedömde en tredjedel att kommunen råkar i ekonomiska svårigheter till följd av vårdreformen, vilket i praktiken leder till permitteringar och uppsägningar.

– Vi har en stor kommunreform framför oss. Den genomsnittliga kommunalskattesatsen sjunker från dagens ca 20 procent till 8 procent, vilket leder till problem. Kommunen belastas exempelvis av vårdbyggnader som tas ur bruk och av skulder som har dimensionerats enligt en större budget, säger Salo.

– Antalet sammanslagna kommuner kan man i det här skedet bara gissa sig till, för den statsandelsreform som är på väg vänder upp och ner på kommunernas finansieringsgrund än en gång.

INTEGRATIONEN LYCKAS INTE I FLERPRODUCENTMODELLEN

Enligt SuPers ställningstagande bör beredningen av vård- och landskapsreformen stoppas i väntan på att lagförslaget om valfrihet blir klart. Den preliminära valfrihetsmodellen som offentliggjordes i oktober är enligt förbundet i flera avseenden misslyckad. SuPer anser att reformen ska genomföras, men på ett annat sätt än såsom den är uppskissad.

– Integrationen av socialvården, primärvården och den specialiserade sjukvården, vilken hör till målen för vård-

reformen, passar illa ihop med den nu planerade valfrihetsmodellen.

Enligt Salo skulle flerproducentmodellen kopplad till valfriheten tvärtom försämma informationsgången mellan de olika sektorerna. Det är svårt att samordna funktionerna i en modell med många producenter, vilket ur en enskild patients eller klients synvinkel betyder att denna blir utan sin vård.

– Det är bra att man strävar efter att få bort köerna till läkarmottagningarna, men de planerade metoderna är alltför grova.

SPECIALISTLÄKARNA RÄCKER INTE TILL I LANDSKAPEN

Valfrihet i fråga om hälso- och sjukvårdstjänster har prövats bland annat på Island och i Sverige. På Island har många specialistläkare grundat egen firma och tagit patienterna med sig. Sjukhusen har lidit, informationen löper inte mellan aktörerna inom hälso- och sjukvården, och övervakningen fungerar inte.

– Också i Finland kommer det att bli en kamp om specialistläkare när valfriheten genomförs, och vinnare är de stora privata aktörerna inom branschen. Det kommer inte att finnas tillräckligt med kunniga specialistläkare till landskapen.

Enligt Salo har Riksrevisionen i Sverige, som motsvarar statens revisionsverk hos oss, redan konstaterat att det borde finnas sex områden som anordnar hälso- och sjukvård i stället för de nuvarande 22. Dessutom anser den tillsatta utredningsmannen att man inte bör göra business med tjänster och ut-

bildning inom vårdsektorn.

MAN TAR AV SMÅINKOMSTTAGARNA

SuPer har i sina ställningstaganden flaggat för en modell för anordnande där de viktigaste aktörerna ska vara de stora samkommunerna för social-, hälso- och sjukvård.

– Samkommunmodellen håller kvar huvudansvaret för anordnandet av tjänster hos den offentliga sektorn, vilket gör det möjligt att integrera tjänsterna och hindrar att skattemedlen flödar till de privata företagen.

Salo framhåller att tvånget att bologisera hälso- och sjukvården, som ingår i det lagpaket som varit på remiss, är en följd av landets nuvarande politiska riktlinjer.

– Vi behöver en öppen diskussion om vad valfriheten skulle komma att innebära med tanke på de hundratusentals yrkesutbildade inom social- och hälsovård som arbetar inom den offentliga sektorn. För största delen innebär ett flytt till de bolag som ska grundas en kännbar lönesänkning och försämrade arbetsvillkor i övrigt.

– Reformen får inte leda till att arbetsgivarna börjar shoppa kollektivavtal och att vårdbranschen nedvärderas.

Salo hoppas att man också ska få med oppositionspartierna i vårdreformen.

– Det är osäkert om man ska kunna spara pengar i social- och hälsovårds- samt landskapsreformen. Säkert är det att man med iver att bologisera åstadkommer flera arbetslösa och dyra tjänster både för skattebetalarna och för dem som använder tjänsterna. ■

Klientbaserad finansiering håller kostnaderna i styr

TEXT MINNA SEPPÄ

Lagförslaget om valfrihet i vården bereds nu febrilt vid ministeriet. Mycket är fortfarande öppet, såsom de modeller med vilka landskapen kan sporra producenterna till kvalitet.

Förslaget till lagstiftning om valfrihet som är under beredning ska skickas på remiss i slutet av året, sannolikt under de första dagarna av december.

När den här artikeln skrivs föreslås det i den tjänstemannaberedda modellen att valfriheten ska infrias i två etapper: Från och med 2019 ska klienten få välja producent, ett eget team, för vissa tjänster på basnivå, såsom hälsocentralmottagning och socialrådgivning. År 2021 ska valfriheten omfatta de nuvarande hälsovårdscentraltjänsterna utvidgade med socialcentralens tjänster.

För grupper som använder mycket tjänster, såsom äldre och handikappade, planeras dessutom personlig budgetering från och med 2019.

– Det är fråga om en ny innovation i Finland, som i praktiken består av ett knippe klientsedlar att användas för tjänster utifrån en bedömning av klientens behov, säger Kirsi Varhila, överdirektör vid SHM.

– Vi har ännu inte fått några riktlinjer av regeringen om huruvida vi ska gå enligt den etappvisa modellen, eller om vi ska överväga andra alternativ.

För att genomföra valfriheten för sårbara grupper, såsom minnessjuka och utvecklingsstörda personer, behöver vi en mer omfattande rådgivning och vägledning i fråga om servicen än vad vi har nu. Enligt Varhila kommer det här sannolikt inte att fastställas i förslaget till lag om valfrihet, utan de här sakerna skrivs in i patientlagen och i lagen om klienten i socialvården.

SPORRAR ÄNDRAR VERKSAMHETSKULTUREN

Valfrihetsmodellen har rönt mycket kritik. Redan utgångspunkten, att konkurrensen om klienter mellan producenterna ska höja kvaliteten på tjänsterna, är tvivelaktig.

– Kvaliteten stiger eftersom klienten väljer, och det enda kriteriet enligt vilken denna väljer är kvaliteten, inte priset. Landskapet betalar ersättningar till producenterna.

För många offentliga organisationer kan tanken på att de särskilt ska locka klienter med en verksamhet av hög kvalitet vara främmande. Enligt Varhila diskuterar man vid ministerierna som bäst kriterier enligt vilka producenterna kan få plusbonus- eller minusbonuspoäng för kvaliteten och utfallet av vården.

– Sporrar ändrar verksamhetskulturen.

Valfriheten har höjt kostnaderna för tjänsterna i Sverige. Varhila tror att motsvarande inte sker i Finland om landskapens finansiering till producenterna i huvudsak bestäms enligt kapitationsprincipen. I modellen betalas producenterna enligt antalet klienter, inte för utförda åtgärder.

– Landskapen får strama budgeter, inom vilka de ska ordna utbudet av tjänster i sitt område. Den klientbaserade finansieringsmodellen gör att kostnaderna kan hållas under kontroll och att klienten eller patienten kan få bra vård med en gång.

Hälsoekonomer har konstaterat att en dålig sida hos kapitationsfinansieringen är risken för deloptimering: finansieringsmodellen kan locka egeteamproducenterna på basnivå att styra över klienter som kräver mycket ar-

bete till den specialiserade sjukvården, som betalas av landskapet. Enligt Varhila förhindrar man det här med de plus- och minusbonusar som eventuellt införs samt med helhetsansvar för klientens eller patientens vård.

– Helhetsansvaret omfattar ett krav på att se till att tjänsterna integreras. I lagen om ordnandet finns det i de stycken som behandlar landskapets skyldighet att ordna tjänster bestämmelser om hur integrationen ska skötas. Alla delar i kedjan bär ansvar för att integrationen uppfylls.

– För att vi ska nå målet måste datasystemen utvecklas så att informationen säkert går fram.

KLIENTERNA BEHÖVER MER INFORMATION OM VÅRDKVALITETEN

För att klienten ska kunna välja måste han eller hon veta något om vårdkvaliteten. I Finland finns det knappt om information i lämplig form för invånarna.

– En beredningsgrupp vid ministeriet tar som bäst fram indikatorer för bedömning av vårdkostnaderna och kostnadseffektiviteten. De kan bestå av exempelvis uppgifter om köer, genomströmningstider och komplikationer i vårdprocessen. THL:s Palveluvaaka är ett alternativ när det gäller att berätta om de här sakerna, men det behövs ytterligare mycket utveckling.

– Redan 33 paragrafen i förslaget till lag om ordnandet förpliktar landskapen att försäkra sig om kvaliteten på serviceproducenternas verksamhet, och serviceproducenterna att rapportera om den.

I tjänstemannaberedningen av valfrihetslagstiftningen föreslås separat att serviceproducenterna först ska uppfylla vissa riksomfattande kriterier, för att de

Valfriheten blir dyr

Vårdreformen främjar inte i den planerade formen sitt ursprungliga syfte, säger professor Heikki Hiilamo, professor i socialpolitik vid Helsingfors universitet.

Enligt Hiilamo minskar reformen för det första inte hälsoskillnaderna mellan befolkningsgrupperna.

– Den planerade modellen kan förkorta värdköerna inom primärvården, men några andra positiva effekter har den inte med tanke på medborgarnas jämlikhet, säger Hiilamo.

För det andra går inte den eftersträlvade integrationen av primärvården, socialvården och den specialiserade sjukvården framåt i valfrihetsmodellen.

– Valfrihetsmodellen står i konflikt med de tidigare målen för reformen: frihet erbjuds närmast dem som har sporadiska behov av service. Det är svårt att se att man med den stärker primärvården, såsom syftet var.

För det tredje ingår det också en kostnadsrisk i reformen.

– Det är inte motiverat att påstå att man sparar samhällsmedel med valfriheten. När man ökar tillgången på service ökar kostnaderna.

Kostnaderna ökar också av att man skummar grädden från mjölken.

– I tjänstemannaförslaget baserar sig den ersättning tjänsteproducenterna får av landskapen till största delen på den befolkningsmängd som de vårdar. Då har serviceproducenterna, exempelvis de företag som driver hälsocentralläkarmottagningar, en klar motivation att överföra de mest arbetskrävande klienterna till den service på specialnivå som landskapet betalar.

ETAPPVIST GENOMFÖRANDE

Enligt Hiilamo är det bra i den preliminära valfrihetsmodellen som offentliggjordes i oktober att modellen ska genomföras i två etapper, och båda etapperna har getts en övergångsperiod på två år. Han ser det också som positivt att man har gått in för att garantera integrerade tjänster för sådana som använder tjänsterna mycket, såsom äldre och handikappade, genom en bedömning av servicebehovet som landskapets serviceinrättning gör.

Hiilamo betonar att han inte i sig motsätter sig modellen med flera producenter eller det nätverksmässiga förfaringssätt som valfrihetsmodellen förutsätter.

– När privata aktörer och aktörer inom tredje sektorn är med om att producera tjänster vid sidan av de offentliga organisationerna tar man lättare i bruk nya, bättre förfaringssätt.

– Jag understöder inte totalutsättningar, för monopol medför en risk för höjda priser. Det här är en genuin farhåga i synnerhet utanför tillväxtcentrumen.

ska kunna registrera sig som serviceproducenter. Som registreringskriterier föreslås bland annat lämpliga lokaler och tillräckligt utbildad personal med tanke på vad verksamheten kräver.

Landskapen har i sin tur möjlighet att av de registrerade producenterna som villkor för godkännande separat kräva bland annat klientinformation och kvalitetssystem på en viss nivå. Av systemet kan man exempelvis kräva metoder och mätare för upp-

följning av olika kvalitetsdimensioner – tillgång, tillgänglighet, klientnöjdhet, medicinsk kvalitet och patientsäkerhet – såsom klientenkäter, basindikatorer, köuppföljning och auditring. I tjänstemannaberedningen har man som landskapskriterier för godkännande av producenter också lyft fram rapportering av information som gäller kvaliteten samt en kontinuerlig utveckling av kvaliteten genom öppna jämförelser. ■

Kommunförbundet: Valfrihet passar inte för alla tjänster

Valfrihet är inte alltid i klientens intresse. Kommunförbundets expert Aila Puustinen-Korhonen påpekar att möjligheten att byta serviceproducent stup i kvar-ten väcker oro i synnerhet för de familjer och deras välfärd som utnyttjar tjänster som gäller familjerådgivning, mental hälsa, familjearbete eller missbruk.

– En människa får naturligtvis göra val som är skadliga för henne själv. Men om de också påverkar hennes närmaste äventyras såväl tjänsterna själva som människornas välfärd, säger Puustinen-Korhonen.



Kvinnor är mer intresserade av valfrihet än män

Den utvidgade valfriheten i fråga om vårdtjänsterna intresserar i synnerhet låginkomsttagare och sådana som använder mer hälso- och välfärdstjänster än andra. Kvinnor är mer intresserade av att jämföra serviceproducenter än män. Det här framgick av en medborgarenkät som Sitra publicerat och där 26 procent svarar att de är mycket intresserade av att jämföra tjänster. Nästan en fjärdedel, 23 procent, skulle överväga att bli klient ifall de fick höra om en bra serviceleverantör.

Riksdagsmän svarar på SuPers utmaning:

EN BESLUTSFATTARES DAG I ÄLDREOMSORGEN

TEXT MARJO SAJANTOLA

SuPer vill att riksdagsmännen ska få konkret kunskap om den dagliga rutinen inom äldreomsorgen och utmanade dem att göra ett arbetspass inom äldreomsorgen.

Inspirerade av SuPers demonstration på Medborgartorget i oktober lovade en grupp riksdagsmän arbeta en dag inom äldreomsorgen. Efter det tog också några andra politiker emot utmaningen.

Endast några få av de jäktade politikererna har hunnit svara på utmaningen när det här numret går i tryck. En av dem är Vänsterförbundets representant Matti Semi från Varkaus, som gjorde sitt arbetspass på servicecentret Louhirinne i Varkaus i oktober.

För den före detta huvudförtroendemannen vid JHL var arbetet på vårdinrättningar och servicehus inte främmande, inte heller var arbetsplatserna obekanta. I sin roll som kommunalpolitiker och riksdagsman bekantade han sig i somras med hemtjänsten och äldreomsorgsenheten i Varkaus. I oktober var det dags att själv ta itu med enheten för serviceboende med hetsyngsomsorg. Av dess 20 invånare klarar sig endast några få på egen hand, de övriga behöver mycket hjälp med allting.

– Jag förstår bra att man måste ha tålamod med människor som inte kan röra sig.



"Hilkka Markkanen fick åtnjuta riksdagsmannen Matti Semis omsorg på äldreboendet Louhirinne i Varkaus."

Semi beskriver sin arbetsdag som givande, arbetskamraterna som trevliga och mottagandet som varmt. Ingen drog sig för att be honom ta itu med arbetet.

När morgonskiftet började fick riksdagsmannen till först instruktioner av chefen om vad han får och inte får göra. Sedan fick han arbetskläder, nycklarna i fickan och efter en presentation kasta sig in i arbetet.

– Morgonturen var mycket intensiv. Invånarna tvättades, vändes och fick blöjorna bytta. Medicinerna och morgonmålet delades ut. En anställd frågade mig om man kan be mig byta blöjor. Visst passar det mig, inte störs jag av avföring, för jag var många år i vatten- och avloppsarbete på byggnadsavdelningen för kommunalteknik vid stadens tekniska verk.

Semi tycker att det är anmärkningsvärt att arbetsrytmen är så intensiv trots att vårdardimensioneringen är 0,56.

Där fanns inte många möjligheter till stimulerande verksamhet. Med hans extra hjälp kunde några invånare som var i bättre skick komma ut och röra på sig.

– Jag var glad över att se hur arbetsmetoderna har utvecklats. Jag trodde att jag skulle få lyfta invånarna, men det fanns hjälpmedel till hands. De mycket professionella vårdarna kunde arbetsteknikerna och gav också mig råd. ■

FRAM TILL DEN 22 NOVEMBER HAR UTMANINGEN MOTTAGITS AV:

Touko Aalto (gröna), Li Andersson (vf), Paavo Arhinmäki (vf), Eva Biaudet (sfp) och hennes assistent Karin Ringbom (sfp), Eeva-Johanna Eloranta (sd), Tarja Filatov (sd), Tuula Haatainen (sd), Laura Huhtasaari (sf), Katja Hänninen (vf), Ari Jalonen (sf), Harri Jaskari (saml), Antti Kaikkonen (c), Anne Kalmari (c), Anna Kontula (vf), Annika Lapintie (vf), Sanna Lauslahti (saml), Krista Mikkonen (gröna), Silvia Modig (vf), Riitta Myller (sd), Jari Myllykoski (vf), Mika

Niikko (sf), Sirpa Paatero (sd), Aino-Kaisa Pekonen (vf), Annika Saarikko (c), Kristiina Salonen (sd), Hanna Sarkkinen (vf), Sari Sarkomaa (saml), Matti Semi (vf), Katja Taumela (sd), Kari Uotila (vf), Jutta Urpilainen (sd).

Riksdagsmännen gör ett arbetspass i äldreomsorgen inom sitt eget valkretsområde eller i huvudstadsregionen antingen under slutet av året eller i början av nästa år. Dessutom har riksdagsmännen Ritva Elomaa (sf), Mika Kari (sd), Sanna Marin (sd) och Markku Rossi (c) meddelat att de redan tidigare har arbetat inom äldreomsorgen.

Ett paket med varma tankar

TEXT ELINA KUJALA FOTO MARJO KOIVUMÄKI

Kampanjen för att sticka sockor – SuPer-sukkaa pukkaa – kulminerar i december

Strumpstickorna klirrar glatt när närvårdaren Anri Kamppinen från Lojo stickar på en randig yllesocka. SuPers välgörenhetskampanj SuPer-sukkaa pukkaa har i höst fått hundratals närvårdare och primärskötare att gripa till strumpstickorna. De varma resultaten ska vid årsskiftet överlämnas till lokala mottagare som vårdarna väljer ut i olika delar av Finland.

– I Lojo beslöt vi att donera sockorna till ett grupphem för flyktingbarn som kommit ensamma till Finland. De berättade att de mycket gärna tar emot gåvan. I Lojo har vi under många år stickat sockor till äldre, och den här gången ville vi komma ihåg barnen och ungdomarna, säger Anri Kamppinen.

På fackavdelningen i Lojo tog man entusiastiskt emot idén om SuPersockor. Ett tiotal vårdare gick med i socktalkot. Garnet till SuPersockorna donerades av SuPer och Turva, och de ivrigaste strumpstickarna har köpt mera själv.

OMVÄXLING ENLIGT ÅRSTIDEN

För Anri Kamppinen är det en livsstil att arbeta med händerna. Hon har pysslat, sytt och gjort träarbeten på medborgarinstitutet i trettio år. Gratulationskortet som fackavdelningen i Lojo skickar till sina medlemmar är också handgjorda av Anri.

Materialen och temana varierar med årstiden

– I somras gjorde jag smycken och reflexer i form av änglar och trollsländor. På hösten samlade jag material i naturen och gjorde kransar, som har förts till gravarna. Nu har jag blivit intresserad av att pyssla ihop kaffe-påskransar. På vintern stickar jag mera. Kronorna, eller ”julhimlarna”, av sugrör är efterfrågade. Jag har bokat ett bord på arbetsplatsens julbasar. För den



Lojobon Anri Kamppinen gör handarbeten året runt. Utöver SuPersockor stickar hon nu tillsammans med grannar mössor till nyfödda på Lojo sjukhus.

gör jag sugrörskronor och julkort, planerar Anri.

Kamppinen har varit närvårdare på Jokela-hemmet i Lojo i 13 år. Hemmets invånare består av personer med mentala och missbrukarproblem som är på rehabilitering.

– Handarbetet är också en avkopplande motvikt till jobbet.

Superiterna i Lojo för sockorna till grupphemmet under julen. Anri Kamppinen hoppas att sockorna och de medföljande ramsorna ska ge ett trevligt minne åt barnen och ungdomarna. Kampanjen SuPer-sukkaa pukkaa har varit en fest av varma tankar och gemensamt skapande också för dem som stickar.

– När mottagaren får glädje av något hemgjort gör det också gävgivaren varm till sinnes. ■

SÅ HÄR MYCKET STICKADES OCH MERA UTLOVAS!

Flera hundra par SuPersockor stickades på olika håll i Finland. Vi vet ännu inte det slutliga antalet, för en del fackavdelningar fortsätter kampanjen hela vintern.

- Fa för privat anställda i Åbo-regionen 641: **110 par**
- Fa i Brahestadsregionen 214: **40 par**
- Fa i Tiirismaa 407: **35 par**
- Fa för privat anställda i Uleåborgsregionen 229: **50 par**
- Fa i Harjavalta-regionen 617: **59 par**

OCKSÅ DESSA FÅR SUPERSOCKOR

Superiterna valde själva de lokala mottagarna av sina donationer. Man ville i synnerhet beakta barn och ungdomar samt glädja äldre:

- Mindre bemedlade barnfamiljer
- Gatumissionen och bostadslösa
- Barn på mödra- och skyddshem
- Kriscentrum
- Alkoholisthem
- Alla förskoleelever i Harjavalta stad
- Hemtjänstens klienter





Delta – du kan vinna 1500 € till din arbetsplats

La Carita stiftelsen delar för tjugonde gången ut ett hederspris på 1500€ för arbete inom äldreomsorgen på SuPers svenskspråkiga studiedagar i april år 2017.

Syftet med tävlingen är att lyfta fram äldreomsorg av hög kvalitet. Delta genom att berätta vad god äldreomsorg innebär på er arbetsplats. Beskriv vad god äldreomsorg består av och motivera varför just er arbetsgrupp skulle vara berättigad till detta hederspris.

Ansökningstiden är 1.12.2016–15.1.2017 på nätet på adressen <https://my.surveypal.com/lacarita17sv>. Om länken inte går att öppna kan du kopiera adressen och bifoga till adressfältet. Tilläggsuppgifter: Sara Simberg: sara.simberg@superliitto.fi, tel. 09 2727 9197.

STIFTELSEN LA CARITA

HÄLSA OCH VÄLFÄRD FÖR ÄLDRE OCH ÄLDRE OCH ÄLDRE I FINLAND

SuPer står till tjänst under helgdagarna

Förbundets kansli håller stängt
23.12.2016–1.1.2017.
23.12.2016 ingen jour.
27.–30.12.2016 har kansliet jour 9–13.

Journummer:
Intressebevakningsenheten
– kommunsektorn 09 2727 9160
– privata sektorn 09 2727 9171
Utvecklingsenheten 09 2727 9170
Medlemsenheten 09 2727 9140

SuPers arbetslöshetskassa är stängd 23.12.2016, och öppen 27–30.12.2016 kl. 8.30–16. Telefon-service 27.12. och 29.12. kl. 9–13.



SUPER

SuPer stöder i år SOS-Barnbyar och Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto Valli, förbundet för äldre- och närståendeservice. Vi tackar på det här sättet våra samarbetspartner och önskar ett framgångsrikt år 2017.

SOS-Barnbyarna strävar efter att öka välfärden bland barn och familjer i Finland och i världen. Det sker med hjälp av tidigt stöd till familjerna samt med öppen vård och vård utom hemmet. Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto ry är en riksomfattande expertorganisation som arbetar för en bättre ålderdom.



SUPERGOD JUL!

www.superliitto.fi