

SUPER

1/2016



Sote-uudistus:

RATKAISEEKO RAHA
IHMISEN ARVON?

Jari Sinkkonen:

LEIKKI JA HOIVA RIITTÄVÄT
VARHAISLAPSUUDESSA

Kati Muttonen ohjaa

ALAIKÄISIÄ MAAHAN-
MUUTTAJIA KOTKASSA

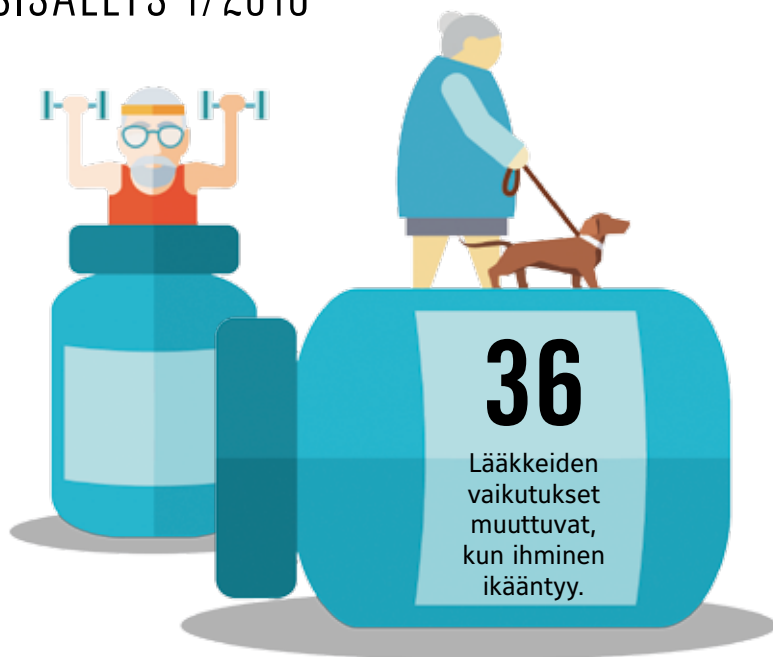
Muistoja herättävä

TAIDE TUKEE MUISTI-
SAIRAAN HYVINVOINTIA

Meidän juttu:

*Ehdota
oivallusta
uuteen
sarjaan!*

LEA HINTIKAN
LEHTEVÄ PIHVI



tammikuu

- 3 Pääkirjoitus 4 Ajankohtaista 5 Puheenjohtajalta 6 Sotesopan sattumat 8 Ei pakkolaeille 9 Lastensuojelu toimii puutteellisesti 10 Uusi keskusjärjestö 11 Potilaskokemuksia Ruotsista 12 Tammikuun lyhyet 13 Näin vastattiin, Lehtikatsaus **KANNESSA** 14 Lähi- ja perusruokaa: Lehtipihvi jauhelihasta 15 Kati Muttosen työpäivä 21 Caress-kotihoitohanke 22 Jari Sinkkonen tukee lapsen oikeutta leikkiin 24 Yhtenäinen Eurooppa kriisissä 28 Teatterikokemuksia ryhmäkoti Ruususta 32 Musiikkia lääkkeeksi 34 Sirkka-Liisa Kivelän kolumni 35 Liittokokous 2016 36 Ikääntymisen vaikutus lääkehoitoon 38 Lähihoitajapäivä 27. tammikuuta 41 Välkky-palkinto Lahteen 42 Lukijalta 43 Steppi-hanke tuo laatua perushoitoon 44 Meidän juttu – uusi sarja alkaa 46 Hyvä hoitaja on kärsivällinen 47 Palasia sieltä täältä 48 Edustajiston syyskokous 49 Yksityissektori: Asiaa työajoista 50 Edunvalvontayksikkö: Korvaava työ 52 Superristikko 61 Paras juttu 54 Satu Kotila, body fitness -kisaaja 58 Jäsenyksen palvelukortti 60 Hanna Jokinen Hämeenlinnasta 61 Hanna Jokisen pakina 62 Työttömyyskassa tiedottaa 71 Kuulumisia 74 Luonnossa 75 P.S. Lapualta

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

Henriikka Hakkala 09 2727 9177
Elina Kujala 09 2727 9219
Sonja Kähkönen perhevapaalla
Minna Lyhty 09 2727 9176
Marjo Sajantola 09 2727 9173

VIERAILEVAT KIRJOITTAJAT

Anna Kosola, Antti Vanas

KANNEN KUVA

Lea Hintikan kuvasi Petteri Kivimäki

ULKOASU

Eyekraft Oy ja Jukka Järvelä

PAINOS

91 500

ILMOITUKSET

Katriina Alfa 09 2727 9298

OSOITTEENMUUTOKSET

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

KIRJAPAINO

 punamusta
ISSN 0784-6975



KOKKEJA JA KIKKA KOLMOSIA

Lehden kannessa ja eloisalla videolla Lea Hintikka paistaa jauhelihasta lehtipihviä. Hänen reseptinsä on järjestyksessä 45. *Lähi- ja perusruokaa* -sarjassamme, jota julkaistaan nyt jo viidettä vuotta. Alusta asti olemme etsineet ja esitelleet palstalla superilaisia, joille ruoka joko on harrastus – tai se ehdottomasti ei ole sitä. On saatua ohjeet nötköttimuhennokseen, läskisoosiin ja hapanolhokoon yhtä lailla kuin vaikka joulukakkuun, muunneltavaan wokkiin ja raparperisimaan. Ruuanteon lomassa tekijät ovat kertoneet omasta työstään ja elämästään. Samalla linjalla jatkamme eteenpäin, ilmoittaudu mukaan!

Toisestakin aihepiiristä toivomme yhteydenottoja. Tässä numerossa sivuilla 44-45 esitellään Kouvolaan kotioidossa käytössä oleva yöhoitolahete, joka helpottaa tiedonkulkua päivä- ja yövuoron välillä. Se aloittaa uuden sarjamme *Meidän juttu*. Ideana sarjassa on kertoa arjen työtä helpottavista oivalluksista, joiden ei tarvitse eikä pidä olla mittasuhteiltaan tai kustannuksiltaan suuria hankkeita. Jo vaikka huomiolappu oikeassa paikassa oikeaan aikaan riittää. Siis mikä juuri teidän työpaikallanne on asia, johon olette tyytyväisiä, josta on apua työn sujuvuudelle ja josta voisi olla hyötyä muillekin? Lähettäkääpä tietoa toimitukseen.

Joulutauon jälkeen alkaa taas arki. On odotettavissa, että työmarkkinaneuvottelut palaavat ohjelmaan ja uuden keskusjärjestön perustamisen selvitystyö jatkuu. Myös superilaisten työelämään ratkaisevasti vaikuttava sote-uudistus etenee. Liiton jäsensivuilla on jäsentunnuksen alla jatkuvasti päivittyvä joukko soteen liittyviä kysymyksiä vastauksineen. Sinne kannattaa kirjautua ja käydä katso-massa onko jo ehditty käsitellä juuri niitä omaa työyhteisöä eniten askarruttavia asioita.

Jatketaan tästä. ■



Leena Lindroos

leena.lindroos@superliitto.fi

Kalenteri

TAMMIKUU

6.–10.1.	Lux Helsinki 2016
21.–24.1.	Matka 2016, Helsinki
23.1.	Menestyvä yrittäjä, Helsinki, SuPer
25.–26.1.	SuPer-Opojen peruskurssi, Helsinki, SuPer
25.–31.1.	DocPoint -dokumenttiero- kuvafestivaali 2016, Helsinki
30.–31.1.	Asunto & Rakentaja '16 -messut, Lappeenranta

HELMIKUU

3.–4.2.	Aktiivinen ammattiosasto I, Vantaa, SuPer
4.–7.2.	Disney On Ice – 25V! Helsinki
5.–7.2.	MP 16 Moottoripyörämessut, Helsinki
9.2.	Vanhustyö 2016, Helsinki
21.2.	Ravintolapäivä 2016, Helsinki
24.2.	SuPer-Opojen alueellinen kehittämispäivä, Rovaniemi, SuPer
27.2.	Kouvola Circuit Talviajo 2016



Paikallinen sopiminen sopimusteitse mahdollista

STTK:n edunvalvontayksikön johtaja Katarina Murto pitää hyvänä ratkaisuna sitä, että hallitus haluaa edistää paikallista sopimista kolmikantaisessa työryhmässä ja ensisijaisesti työehtosopimusten kautta.

– Työehtosopimukset ovat oikea tie paikallisen sopimisen edistämiseen. Tietyt lainsäädäntömuutokset voivat olla tarpeellisia, mutta STTK suhtautuu kielteisesti paikallisen sopimisen lisäämiseen lainsäädännöllä siten, että ohitetaan työ- ja virkaehtosopimukset.

– Epäselvyyttä tilanteeseen luo kuitenkin se, että työryhmän tehtävä on lainsäädännön valmistelu, vaikka ensisijaisesti pyritään etenemään sopimusteitse.

TIUKKA AIKATAULU

Murto pitää kolmikantaisen jatkovalmistelun aikataulua tiukkana.

– STTK toivoo, että kolmikantavalmistelu on aitoa ja työmarkkinajärjestöjen näkemyksille annetaan oikea painoarvo.

– Paikallisessa sopimisessa on huomioitava se, että alakohtaiset lähtökohdat ja tarpeet poikkeavat paikallisen sopimisen määräysten osalta. Siksi on hyvä kolmikannassa lähteä etsimään keinoja muun muassa siihen, miten voidaan kehittää uusia, toimi-

vampia menettelytapoja paikalliseen sopimiseen.

– Paikallisen sopimisen on myös toimitettava molempiin suuntiin. Tällöin luodaan myönteisempi asenne sille, että paikallisesta sopimisesta voivat hyötyä sekä työntekijä että työnantaja.

PELISÄÄNNÖT SAMAT

Murto pitää tärkeänä, että paikallisen sopimisen pelisäännöt ovat jatkossa samat järjestäytyneille ja järjestäytymättömille työnantajille.

– Tällöin on tärkeää, että menettelytavat ovat vastaavat kuin järjestäytyneessä kentässä ja toisena sopijaosapuolena on pääsääntöisesti henkilöstön edustaja. Lisäksi liitoilla on oltava valvontaoikeus ja erimielisyyksissä seuraamukset ratkaistaan viime kädessä työtuomioistuimissa.

Paikallinen sopiminen ei voi ylipäänsä edistyä ilman luottamuksellisia ja avoimeen vuoropuheluun perustuvia toimintatapoja työpaikoilla.

– Hyvää vuorovaikutusta ja avointa tiedonkulkua edistetään esimerkiksi taakaamalla henkilöstön edustus työpaikkojen hallintoelimissä. Julkisen sektorin osalta olisi myös tärkeä tarkastella sitä, miten luottamusta, riittävää tiedonkulkua ja jatkuvaa vuoropuhelua voitaisiin edistää. ■

NYT ON AIKA

- ▶ Hakea SuPerin lomatuokea.
- ▶ Ilmoittautua SuPerin ammatillisille opintopäiville Tampereelle 16.–17.2.2016.
- ▶ Asettua ehdolle ja asettaa ehdokas liittokokousedustajien ja edustajiston vaaleihin.
- ▶ Alkaa suunnitella Kansallista lähihoitajapäivää 27.1.2016.
- ▶ Tarkistaa palkkalaskelmasta, että jäsenmaksut peritty.
- ▶ Tarkistaa jäsensivuilta, että maksut ovat ajan tasalla.

Superilaisuus alkaa koulutuksesta

Koulutus on meille superilaisille todella tärkeä asia. Koulutuksen tasosta on pidettävä kiinni, jotta uudet superilaiset aloittavat osaavina ammattilaisina vaativassa työssä.

Koulutus ja työelämä ovat murroksessa, jollaista ei ole vähään aikaan koettu. Kysymykseksi on noussut, miten siihen vastataan. Koulutus on lähtenyt uudistumaan. Se tarkoittaa, että opiskelijan työssäoppimisaikaa on lisätty, ja tämä koetaan työpaikoilla erittäin haasteellisenä.

Jottei yhtälö olisi liian helppo, samaan aikaan on koulutuksen rahoitukseen kohdistettu huomattavat säästöpainet, jolloin muun muassa soveltuvuustesteistä on luovuttu. Niin oppilaitokset kuin työssäohjaajatkin ovat kuitenkin kokeneet soveltuvuustestit hyviksi. Säästöt johtavat myös lähiopeustuntien vähentämiseen, jolloin työssäoppimisjaksosta tulee, tai on jo tullut, työssäopetusjakso.

Kaikilla on sama tavoite. Superilaiset ammattilaiset ovat osaavia, sillä he ovat työssään vastuussa monesta. Tähän päästään, kun tunnustetaan se toiseikka, että opiskelija on vasta oppimassa ammattiaan. Hän ei ole työntekijä, vaan hänellä pitää olla ohjaaja, jolla on aikaa ohjaukseen. Kuitenkin usein työssäoppimisjaksolla käy niin, että ohjaajalle laitetaan vielä lisää hoidettavia ”kun teitä on kaksi”. Oikeampi tapa olisi ainakin ohjauksen alussa se, että vähennetään hoidettavia ja keskitytään ohjaamiseen.

Työnantajan olisi aina huomioitava, että työssäoppimisjaksolla tulisi mahdollistaa ohjaaminen antamalla sille ai-

kaa. Nyt tämä tuntuu olevan todella haasteellista, kun hoidettavien ja asiakkaiden määrä on lisääntynyt.

Ohjaajina meidän on muistettava, että superilaisen ammatti on hieno. Se on ohjaamista, neuvomista, kehottamista ja hoitamista – kuntoutusta, jossa kaikki työ on tavoitteellista ihmisen ollessa keskiössä. Tämän ihmisyiden takia on tärkeää pitää ammatillinen osaaminen kunnialla.

Opiskelija tietysti on vastuussa omien opintojensa etenemisestä. Mutta samalla on hyväksyttävä myös se, että opiskelijat ovat erilaisia. Moni tulee jaksolle ilman teorian tietoja, jolloin työpaikkaohjaajan ohjausprosessi on hyvin erilainen kuin jos opiskelija jo hallitsisi teorian tiedot. Toiset vain tarvitsevat syvällisempää teorian tietoutta, jotta kykenevät käytännössä toimimaan. Ohjaamiseen menee enemmän aikaa, kun ohjaajan pitää kertoa seikkaperäisesti, mitä tehdään ja miksi.

Jotta tämä ohjaaminen olisi tuloksellista niin opiskelijan kuin ohjaajan kannalta katsottuna, on työpaikkaohjaajien päästävä koulujen tarjoamaan koulutukseen. Tämä on ensiarvoisen tärkeää siksi, että myös ohjaajat pysyvät ajan tasalla opetuksessa käytettävistä käsitteistä ja sisällön kehityksestä.

Ohjaaminen lisää meidän työmeikkautta, kunhan sille annetaan tilaa ja aikaa. Työssäoppimisjaksolla myös opettajilla on suuri vastuu siitä, mitä kyseisellä koulutusjaksolla on opittava ja miten tämä tieto saadaan työpaikalle. Tätä yhteistyön tärkeyttä pitää entistä enemmän tähdentää opiskelijoille, jotta sekä ohjaaja että opiskelija ovat tietoisia tavoitteista.

Työpaikkaohjaajan työ on hyvin vas-

tuullista. Siksi onkin muistettava, että opiskelijaohjauksessa opettajan ja ohjaajan välinen yhteistyö on erittäin tärkeää.

On vielä muistettava, että koulutus tekee ammattilaisia, mutta ammattidentiteetin tekee toinen superilainen. ■

*Hyvää alkanutta vuotta,
Silja*



Sotesopassa vielä paljon klimppejä

Ratkaiseeko raha ihmisen arvon?

TEKSTI MARJO SAJANTOLA

Sote-uudistus etenee ja uudistuksen tavoitteet ovat tiedossa, mutta siinä se sitten melkein onkin. Superilaiset käyvät aiheesta keskustelua myös netissä SuPerin jäsensivuilla.

Sote- ja aluehallintouudistus on suurimpia hallinnon ja toimintatapojen uudistuksia, mitä Suomessa on tehty. Muutos koskettaa satojen tuhansien ihmisten työtä ja kaikkien kansalaisten palveluja.

Superilaiset ovat huolissaan tulevaisuudesta niin kansalaisina kuin sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujen tuotannon tärkeinä tekijöinä. Monenlaista tietoa tuodaan tiedotusvälineissä kyllä esiin, mutta kaikkea tiedotusta hämärttää vielä melkoinen epätietoisuus lopullisista ratkaisuista.

SuPerin kehittämisjohtaja Jussi Salo on huolissaan, mitä hallitusohjelmaan kirjatun julkisen palvelulupauksen taso tarkoittaa. Riittääkö se turvaamaan myös palveluiden laadun vai onko riskinä se, että palveluun saa laatua vain ostamalla sitä itse?

– Jos palvelulupaus on näkkileipä, niin maksaako asiakas itse päällysteet? Tarkoitan sitä, miten turvataan se, että asiakkaan varallisuus ei ratkaise palvelun tasoa, Salo kysyy.

Hänen mielestään palvelulupaus saattaa aiheuttaa palveluiden eriytymisen varakkaiden ja varattomien asiakkaiden palveluihin. Tänäkin päivänä varakkaat ihmiset ovat voineet hankkia itselleen juuri sellaisia terveyspalveluita kuin ovat halunneet.

Jatkossa, jos palvelusetelijärjestelmällä pyritään turvaamaan tietty hoidon minimitaso, miten määritellään se,

mitä hoidetaan julkisilla varoilla ja mitä ei hoideta?

Tavoitteena on pitää ikäihmiset asunnassa kotonaan aina vain pidempään. Tämä yhdistettynä palvelusetelijärjestelmään tulee lisäämään yksityisen sektorin osuutta palveluiden tuotannossa. Jos palvelusetelin arvo ei riitä palveluiden maksamiseen, vähävarainen palveluiden tarvitsija joutuu tyytymään vaatimattomampiin palveluihin.

– Kuka tai mikä taho lopulta määrittelee minimitason ja palvelut? Jos asiakas kokee tarvitsevansa samaansa enemmän palveluita, mutta hänellä ei ole vakuutuksia eikä varoja, miten palvelulupaus tässä toteutuu, Salo haluaa tietää.

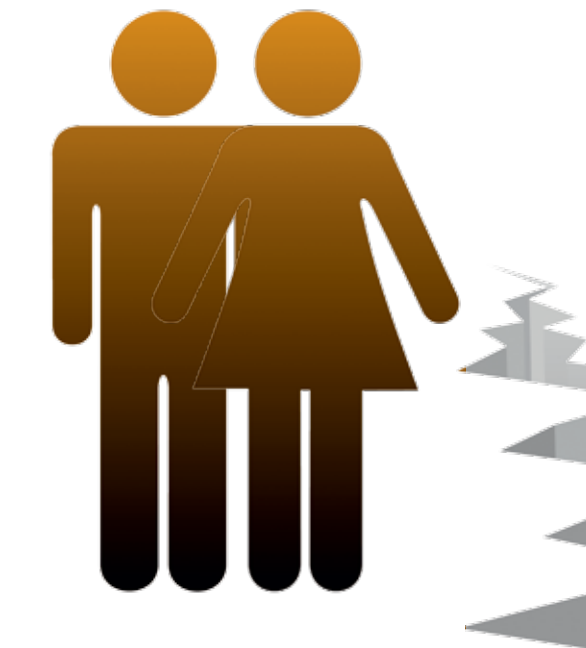
HENKILÖSTÖN ASEMA

Edunvalvontajohtaja Anne Sainila-Vaarno seuraa tarkasti sote-uudistuksen vaikutusta henkilöstön asemaan ja edunvalvontaan. Asioita valmistellaan valtioministeriön työryhmässä.

– Tällä hetkellä näyttää siltä, että sote-henkilöstö siirtyy liikkeen luovutuksen periaatteen mukaisesti uusien työnantajien palvelukseen, Sainila-Vaarno kertoo

Superilaisia tullaan joka tapauksessa tarvitsemaan tulevaisuudessakin. Sen takaavat lisääntyvä palveluiden tarve ja suuri eläköityminen. Hallinto-henkilöstön ja muun tukipalveluhenkilöstön kohdalla tilanne ei ole yhtä hyvä, koska palveluita yhdistetään. Suunnitelman mukaan itsehallintoalueet tekevät yhteistyötä yhteishankintayksikön ja yhteisten tukipalveluiden myötä.

– Olemassa olevia työehtosopimuk-

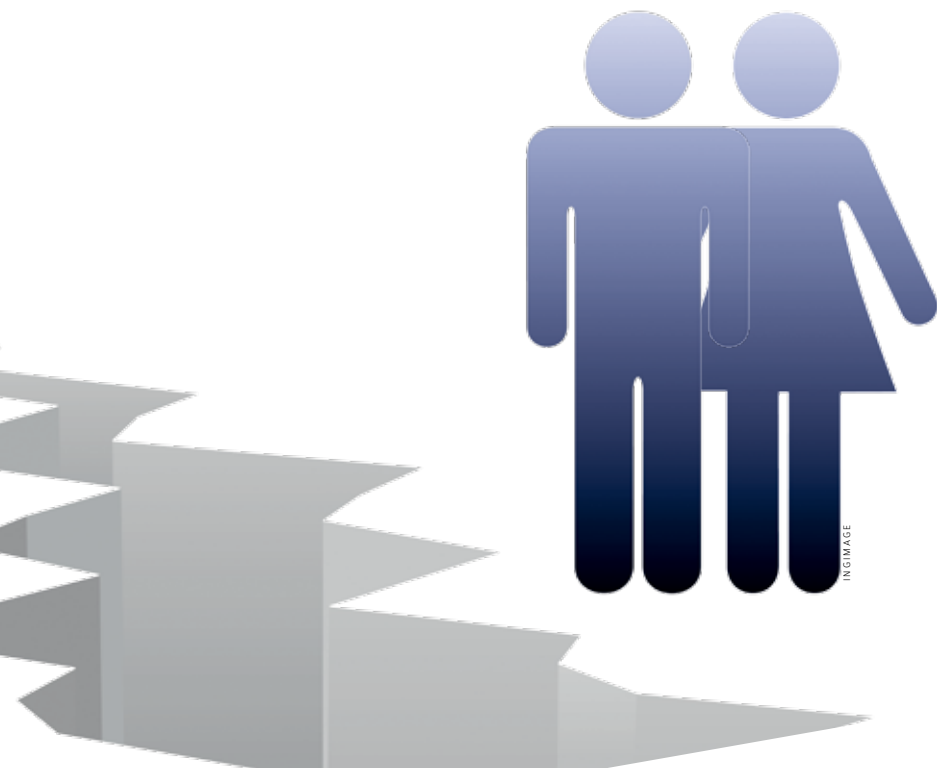


sia noudatetaan niin kauan kuin ne ovat voimassa. Tällä hetkellä ei ole vielä tiedossa, mikä työnantajan edustaja on jatkossa eikä se, mitä työehtosopimuksia noudatetaan. SuPer on esittänyt, että jatkossakin tulisi noudattaa nykyisiin kuntasopimuksiin pohjautuvia sopimuksia.

Varhaiskasvatus ja perusopetus jäävät kuntien vastuulle, ja näissä töissä olevia superilaisia huolestuttaa tilanteen epävarmuus. Liiton jäsensivulla onkin kysytty, miten heidän asemansa tulee uudistuksessa muuttumaan. Jo nyt palvelusetelien myötä on yksityisten päiväkotien määrä kasvanut ja vastaavasti kuntien omia päiväkoteja on lakkautettu.

SuPer näkeeikin erittäin tärkeänä sen, että kunnan varhaiskasvatussektorilla ja myös yksityisellä sektorilla on riittävästi luottamusmiehiä huolehtimassa superilaisen edunvalvonnasta. Luottamusmiehet saavat liiton toimistosta tarvitsemaansa tukea ja ohjausta työhönsä.

Sainila-Vaarno jatkaa, että eläkkeiden osalta on linjattu, ettei kenenkään eläketurva saa huonontua sote-muutosten vuoksi. SuPer on esittänyt, että tulevat itsehallintoalueet ja niiden perustamat yhtiöt tulisivat julkisen sektorin



eläkelain piiriin ja Kuntien eläkevakuutuksen jäsenyhteisöiksi.

ENNALTAEHKÄISEVÄ TYÖ JÄÄ KUNNILLE

Kuntien vastuulle jää terveyden- ja hyvinvoinnin edistäminen. Työ kuntalaisten terveyden ja hyvinvoinnin lisäämiseksi on ehdottoman tärkeää, jotta välttäisiin raskailta sote-alueiden tehtäväksi päätyviltä hoidoilta. Kehittämisojohtaja Jussi Salo näkee, että ilman kannustimia tässä työssä tuskin onnistutaan. Esimerkiksi henkilökohtaisen avustajan palkkaaminen lapselle, joka on kunnan vastuulla olevassa varhaiskasvatuksessa tai perusopetuksessa, on kunnalle suora lisäkulu. Jos avun tarpeessa oleva lapsi ei saa jo varhaisessa vaiheessa tarvitsemaansa tukea, hän tulee myöhemmin tarvitsemaan huomattavasti kalliimpia korjaavia toimenpiteitä, mutta ne maksaakin sote-alue.

– Tämä on kunnille aivan liian houkutteleva vaihtoehto, Salo jyrähtää.

Hän näkeekin, että jos kunnat saisivat erillisrahoitusta ennaltaehkäisevään toimintaan, niin silloin myös herkemmin palkattaisiin tähän työhön tarvittavaa henkilöstöä.

Tällä hetkellä valtionosuusjärjestel-

mä huomioi kuntien rahoituksessa sairastavuuden. Kunnat, joissa on korkeampi sairastavuus ja haasteellisempi väestön ikärakenne saavat enemmän valtion rahaa asukasta kohden laskettuna. Salo kertoo, että sama periaate tulee jatkumaan myös uusilla IHA-alueilla. Muuten kaksi kolmasosaa Suomesta romahtaisi taloudellisesti heti.

Tavoite on, että vastuu sosiaali- ja terveyspalvelujen järjestämisestä siirtyy vuoden 2019 alusta kunnilta ja kuntayhtymiltä itsehallintoalueille. Ne päättävät, miten tuottavat tarvittavat sosiaali- ja terveyspalvelut.

Valtiovarainministeriö osoittaa määrärahat itsehallintoalueille. Jussi Salo pohtii, mitä tapahtuu, jos määrärahat eivät riitäkään koko vuodeksi: Saisivatko alueet loppuvuonna lisämäärärahaa, vai ottaisivatko ne velkaa toiminnan jatkumiseksi?

– Entä, jos IHA-alueille ei anneta oikeutta velanottoon? Jos toimintaa ei pystytty turvaamaan koko vuodeksi, vaan sitä joudutaan supistamaan ja lomauttamaan henkilöstöä ja luopumaan nimenomaan ennaltaehkäisevästä toiminnasta, mitä silloin tulee tapahtumaan? ■



KYSYMYKSIÄ JA VASTAUKSIA SOTESTA
SUPERIN JÄSENSIVUILLA

Kunniamerkkejä

SuPerin puheenjohtaja Silja Paavola sai itsenäisyyspäivänä presidentti Sauli Niinistön myöntämän Suomen Valkoisen Ruusun I luokan ritarimerkin.

Valkeakosken kaupungin superilainen pääluottamusmies Merja Salonen puolestaan vastaanotti Suomen Valkoisen Ruusun I luokan mitalin.

Lääkkeiden Kela-korvauksiin 50 euron alkuomavastuu

Lääkkeiden Kela-korvaukset muuttuivat vuoden alussa. Suurin muutos nykyiseen verrattuna on uusi 50 euron alkuomavastuu. Alkuomavastuu tarkoittaa sitä, että asiakas maksaa korvattavat reseptilääkkeensä 50 euroon asti kokonaan itse. Vasta sen jälkeen korvattavasta lääkkeestä saa Kela-korvausta. Alkuomavastuu ei koske alaikäisiä. Sitä aletaan soveltaa sen vuoden alusta lukien, jolloin henkilö täyttää 19 vuotta. Muutoksilla tuetaan paljon lääkkeitä käyttäviä. Satunnaisesti lääkkeitä käyttävä saa jatkossa nykyistä vähemmän Kela-korvausta lääkkeistään.



Naisten rahapeliongelmien lisääntyminen

Naisten rahapeliongelmien lisääntyminen 1,1 prosentista 2,4 prosenttiin vuodesta 2011 vuoteen 2015. Samaan aikaan nuorten aikuisten pelaaminen lisääntyi, mutta alaikäisten rahapelaaminen väheni.

Suomen lähi- ja perushoitajaliiton kanta:

Ei pakkolaeille

TEKSTI MINNA LYHTY

Pakkolait eivät sitouta työntekijöitä kilpailukyyn parantamiseen, eivätkä ne ole oikea tapa rakentaa yhteiskuntaa. Jos ne tulevat voimaan, suurimmat häviäjät ovat hyvinvointipalveluja tuottavat, julkisella sektorilla työskentelevät pieni- ja keskituloiset naiset.

Koska työmarkkinoiden keskusjärjestöt eivät ole löytäneet vaihtoehtoja ratkaisua pakkolaeille neuvotteluissa, maan hallitus jatkoi pakkolakien valmistelua.

Esityksessä suunnitellaan, että lomarahosta leikataan 30 prosenttia, ensimmäisestä sairauspäivästä tulee palkaton, 2.–9. sairauspäivien ajalta palkkaa saa 80 prosenttia, vuosilomaa saa korkeintaan 30 päivää ja loppiainen sekä helatorstai muutetaan palkattomiksi vapaapäiviksi.

Palkansaajakeskusjärjestöt ovat tyrmänneet hallituksen kaavailemat pakkolait, koska ne rajoittavat merkittävästi työ- ja virkaehtosopimusosapuolten

sopimusvapautta.

Sopimusten ytimessä ovat palvelusuhteen ehdot, kuten palkkaus, työajat ja lomat. Jos pakottavalla lainsäädännöllä rajoitetaan sopimusoikeutta, se tarkoittaa sopimisoikeuden mitätöintiä ja luopumista työntekijöiden suojelun periaatteesta.

Pakkolait ovat myös ristiriidassa Suomen perustuslain, Euroopan unionin oikeuden ja Suomea velvoittavien kansainvälisten sopimusten kanssa.

Työmarkkinajärjestöt kritisoivat myös sitä, ettei hallitus ole pystynyt esittämään pakkolakien vaikutuksista kunnollista arviota. Vaikutusarviot perustuvat pitkälti oletuksiin, eivätkä faktoihin ja luotettavasti tehtyihin selvityksiin.

NEUVOTTELUA, EI SANELUA

Joulukuussa neuvottelut yhteiskuntasopimuksesta olivat täysin seisahtaneet. Viimeinen neuvotteluyritys päättyi sii-

hen, kun Auto- ja kuljetusalan Työntekijäliitto AKT irtaantui sopimuksesta.

STTK:n puheenjohtaja Antti Palola ilmoitti kuitenkin, että hän pitäisi oven edelleen auki yhteiskuntasopimusneuvotteluille. Hän on esittänyt toiveen, että hallitus vetäisi kilpailukyypaketinsä pois ja Suomen kilpailukykyä parannettaisiin pitkäaikaisilla palkkaratkaisuilla.

Myös Silja Paavola uskoo edelleen neuvottelujen mahdollisuuksiin.

– Toivon reilua neuvottelua. Ei voi olla niin, että neuvottelupöydässä on valmis schema, joka pitäisi muutamalla pilkun viilauksella saada kuntoon. Pakkolakien pitää olla poistettu neuvottelupöydästä kokonaan.

Jos yhteiskuntasopimusta ei saada aikaiseksi, työmarkkinoiden rauha saat-
taa järkkyyä ja lakot lisääntyä. Seuraavista työehtoneuvotteluista tulisi hankalat, koska työntekijöiden menetetyn ansiot olisivat varmasti neuvottelupöydässä esillä. ■

PAKKOLAIT PIENENTÄISIVÄT PALKKAA JA ELÄKETTÄ

Jos pakkolait tulevat voimaan, hallitus tulee superilaisen kukkarolle. Vuositasolla palkanalennusta tulisi jopa yli 2 000 euroa riippuen muun muassa siitä, miten monta päivää joutuu olemaan sairauslomalla vuoden aikana.

SuPer ei voi hyväksyä sitä, että hallituksen leikkaukset osuisivat voimakkaimmin julkisen sektorin naisvaltaisiin ammatteihin, joiden palkkakehitys on valmiiksi laahannut muiden alojen jäljessä.

– Suomi pitää saada nousuun, mutta pienipalkkaiset hyvinvointipalvelujen tuottajat eivät voi olla suurin maksajaryhmä, puheenjohtaja Silja Paavola jyrähtää.

Sairauslomapäivistä rankaiseminen on täysin kohtuutonta. Hoitoalan työ on fyysisesti ja psyykkisesti kuormit-

tavaa. Kolme neljästä hoitoalan työntekijästä kärsii tuki- ja liikuntaelinvaikeuksista. Toimistotöihin voi ehkä mennä kuumeettomassa flunssassa, mutta hoitajan töitä ei voi tehdä aivastellen ja niistä tartuntavaaran vuoksi. Lisäksi hoitaja voi itse saada työssään tartuntatauteja.

Silja Paavola korostaa myös sitä, että lasten sairastelut pienentäisivät naisten tuloja.

– Useimmiten perheen äiti jää sairaan lapsen kanssa kotiin. Naisten oma ja lasten sairastelu vähentäisivät palkkaa ja tulevaa eläkettä. Tämä ei käy meille ollenkaan.



**SUPERIN NETTISIVUILTA LÖYTYY LISÄÄ TIETOA
PAKKOLAKIEN VAIKUTUKSISTA**



INGIMAGE

Lastensuojelun asiakkaat jäävät ilman tarvitsemiaan palveluja

Lapsen huostaanottoon voi joutaa paitsi lapsen ja perheen vaikea tilanne, myös yhteiskunnallinen huono-osaisuus ja palvelujärjestelmän kyvyttömyys auttaa.

Tutkimuksen mukaan lapsen sijoittamisessa kodin ulkopuolelle oli usein kysymys heikosti toimeentulevasta perheestä. Alle kouluikäisten sijoitettujen lasten perheistä jopa 70 prosenttia oli saanut toimeentulotukea viimeisen vuoden aikana. Joka toisen lapsen vanhempi oli työtön ja pienten lasten eli 0–6-vuotiaiden äideistä joka neljäs oli eläkkeellä tai pitkäaikaissairas.

Tutkituissa perheissä oli useampia lapsia kuin väestössä keskimäärin; lähes 40 prosenttia lapsista asuu vähintään kolmen lapsen perheessä. Lasten asuinperheissä oli tapahtunut monia muutoksia. Kolmasosa lapsista oli asunut ennen sijoitusta eroperheessä ja kolmannes uusperheessä, johon oli vanhempien eron jälkeen muuttanut uusia aikuisia ja mahdollisesti uusia lapsia.

Useamman kuin joka toisen sijoitetun lapsen arjessa vanhempi oli uupunut ja jaksamaton. Myös kasvatustyylin sopimattomuus lapsen tarpeisiin nähden sekä perheen sisäiset tai uusperheiden väliset vuorovaikutusongelmat ja ristiriidat olivat joka toisen lapsen ti-

lanteessa vahvasti läsnä. Perheväkivalta tai sen uhka oli taustalla yli 20 prosentin lasten tilanteissa.

Lapsista lähes 60 prosenttia asui ennen sijoitusta perheessä, jossa vanhemmalla oli ollut mielenterveysongelmia, ja näistä joka kolmannessa ongelmia oli paljon. Alkoholia käytettiin runsaasti joka neljännen lapsen perheessä. Kolmanneksella vanhemmista oli avuttomuutta ja osaamattomuutta. Sosiaalityöntekijöiden arvion mukaan lähes joka neljännen lapsen perheessä esiintyi toistuvasti vanhemman toiminnan ohjaamisen vaikeutta.

Hälyttävää on, että 70 prosenttia aineiston lapsista tai nuorista ei ollut saanut jotakin tarvitsemaansa palvelua, koska tarvittavaa palvelua ei ollut lainkaan tai riittävästi tarjolla. Erityisesti päihdepalvelujen saamisessa oli puutteita. Myöskään mielenterveyspalveluja ei saatu riittävästi.

Sosiaalityöntekijän arvion mukaan saaduista palveluista erityisen paljon lapsen tilannetta paransi viimeisen vuoden aikana muun muassa perheelle annettu kotiapu ja päivähoidon tuki lapselle.

Sytä lastensuojelun asiakkuudelle on selvitetty Lastensuojelun kehittämis- ja tutkimushankkeessa toteutetussa *Huostaanoton syyt ja taustat* -tutkimuksessa. ■

Tiia Tiirikainen STTK-Opiskelijoiden varapuheenjohtajaksi

Superilainen Tiia Tiirikainen on valittu STTK-Opiskelijoiden toiseksi uudeksi varapuheenjohtajaksi. Tiirikainen on toiminut SuPerissa opiskelijayhdyshäjäsenä. Hän haluaa uudessa tehtävässään lähteä parantamaan ay-liikkeen imagoa rakentamalla ja ihmislähtöisellä tavalla. Toinen varapuheenjohtaja on Metsäalanopiskelijat MeOlin toiminnassa mukana oleva Jyrki Piiroinen. STTK-Opiskelijoiden puheenjohtajana jatkaa vuosi sitten valittu Emma Koskimaa, jonka taustaliittona on Jyty. STTK-Opiskelijat on kaikkien STTK:n jäsenliittojen opiskelijajäsenten yhteenliittymä. Se ottaa kantaa, vaikuttaa, valvoo jäsentensä etuja ja tiedottaa työelämän pelisäännöistä.



Tiia Tiirikainen

Sairausloman karenssi ja omavastuu kurittavat pienituloisia sairaita

Potilas- ja kansanterveysjärjestöjen verkosto SOSTEn mielestä sairauslomapäivän karenssi ja omavastuu kurittavat työssäkäyviä pitkäaikaissairaita ja pienituloisia. Verkoston mukaan tähtäimessä on heikentää sairausvakuutusta. Tämä kohdentuu heikoimmassa asemassa oleviin pienituloisiin pitkäaikaissairaisiin. Sairausvakuutuksen tavoitteena on ollut tasata sairaudesta johtuvaa taloudellista epätasa-arvoa kansalaisten välillä. Karenssi ja omavastuu lisäävät eriarvoisuutta ja sotivat jyrkästi tasausajattelun periaatetta vastaan, SOSTEssa sanotaan.

Puheenjohtaja Silja Paavola:

Yhteiskunta tarvitsee uutta keskusjärjestöä

TEKSTI HENRIKKA HAKKALA

Selvitettävänä olevalla uudella keskusjärjestöllä olisi mahdollisuus edustaa suomalaista palkansaajaa moniarvoisesti ja muodostaa näin työnantajapuolelle ja valtiovallalle tärkeä neuvottelukumppani.

– Laajasti eri sektorien liittoja edustavalla keskusjärjestöllä olisi yhteiskunnalle paljon annettavaa. Siksi nyt ei sovi sortua eripuraan, sanoo puheenjohtaja Silja Paavola.

Saman palkansaajan koko työuraan voi jo nyt kuulua sekä palkkatyötä yhdellä sektorilla että itsensä työllistämistä esimerkiksi toiminimellä tai omassa yrityksessä toisella sektorilla ja alalla. Paavola näkee siksi tavoittelemisen arvoisena sen, että työelämän suurista linjoista neuvottelisi jäsenliittojensa kautta työntekijöiden koko työelämän moninaisuutta edustava keskusjärjestö

– Toimintaympäristömme monimuotoistumisen olisi ilman muuta hyvä näkyä myös keskusjärjestötasolla.

– Nyt tarvittaisiin kaukonäköisyyttä, sillä emme vielä tiedä, miltä kehittyvä yhteiskuntamme tulevaisuudessa näyttää.

Viime viikkoina mediassa puitu eripura keskusjärjestöjen välillä hankaloittaa selvitystyön saattamista huolellisesti loppuun. Paavolalta liikenee silti myös ymmärrystä kuumeneville tunteille, kun keskustellaan työmarkkinoiden neuvotteluasetelmia voimakkaasti muuttavasta hankkeesta.

– Asiat pitääkin nostaa pöydälle selvitystyön aikana, jotta niistä voidaan keskustella. On hyvä muistaa, että pal-

kansaaakeskusjärjestöjen neuvottelutoiminta on ollut Suomessa hyvää. Sopimalla saavutettuja etuja ei voi kukaan kiistää.

SUPERILLA VOITETTAVAA JOKA TAPAUKSESSA

Uuden keskusjärjestön selvitystyön seuraava suuri virstanpylväs on edessä 2. maaliskuuta, jolloin pidetään työhön osallistuvien 49 liiton yhteinen kokous. Silloin keskustellaan niin strategiasta, hallinnosta ja säännöistä, taloudesta, järjestötoiminnasta, koulutustoiminnasta, edunvalvonnan kysymyksistä, kansainvälisestä toiminnasta kuin viestinnästä.

SuPerin edustajisto puolestaan kokoontuu ylimääräiseen kokoukseen 27. toukokuuta päättämään selvitystyön perusteella, liittykö SuPer uuteen keskusjärjestöön.

Superilaisten tilanne on sikäli turval-



linen, että uuden keskusjärjestön selvitystyössä tehty tulevaan valmistautuminen voidaan tarvittaessa siirtää suoraan nykyisen keskusjärjestön STTK:n kehittämiseen.

– Jos kävisi niin, että uutta keskusjärjestöä päätettäisiin olla perustamatta, on meillä STTK:ssa vahva ja vaikutusvaltainen keskusjärjestö, jolla on jo nyt jäsenjärjestöjensä kautta hyvin laaja näkymä suomalaiseen työelämään. Tehdyn selvitystyön hyvät hedelmät saadaan käyttöön joka tapauksessa.

Puheenjohtaja Paavola korostaa, että ammattiyhdistysliikkeen keskeisenä tavoitteena kaikessa kehittämistyössä on reilu neuvottelupöytä.

– Sitäkin kannattaa miettiä, että jos meillä jo olisi uusi laaja-alainen keskusjärjestö, oliko hallituksen pakkolaki-raippaa edes lähdetty heiluttelemaan. ■



INGIMAGE

Potilaan valinnanvapaudesta hyviä kokemuksia Ruotsissa

Potilaan valinnanvapausjärjestelmä on parantanut palveluiden saatavuutta ja asiakaslähtöisyyttä Ruotsissa. Kilpailu- ja kuluttajavirasto kehottaa ottamaan oppia naapurimaan kokemuksista potilaan valinnanvapautta edistettäessä.

Kilpailu- ja kuluttajavirasto, KKV, on selvittänyt, millaisia vaikutuksia Ruotsissa vuonna 2010 käyttöön otetulla potilaan valinnanvapausjärjestelmällä on ollut. Selvityksen perusteella valinnanvapaus on parantanut palveluiden saatavuutta sekä asiakaslähtöisyyttä. Myös palveluiden tuotantorakenne on monipuolistunut. Virasto haluaa tämentää Ruotsin mallista saatua kuvaa aiempaa positiivisemmaksi.

Potilaat ovat pääosin tyytyväisiä uuteen järjestelmään. Silti myös Ruotsin järjestelmään liittyy kehittämistarpeita. Nämä on kuitenkin tiedostettu varsin hyvin, ja niiden ratkaisemiseksi tehdään koko ajan kehittämistyötä.

Kotimaisen keskustelun näkökulmasta yksi keskeinen Ruotsin mallin haaste liittyy kustannuskehitykseen. Ruotsissa terveydenhoitomenot ovat hieman nousseet viime vuosina, tosin varsin maltillisesti. Ruotsin järjestelmää suunniteltaessa ja käynnistettäessä ensisijaiseksi tavoitteeksi ei kuitenkaan asetettu kustannussäästöjä.

Kansainvälisten arvioiden mukaan

Ruotsin järjestelmää voidaan silti pitää saavutettuihin tuloksiin nähden sangen tehokkaana. Lisäksi se sisältää elementtejä, joita hienosäätämällä myös kustannustehokkuutta voitaisiin lisätä.

Terveydenhuollon kustannuspaineiden syyt ovat Ruotsissa pitkälti samoja kuin Suomessa: väestö ikääntyy, terveys- ja hyvinvointipalvelujen kysyntä kasvaa ja julkisen palvelutuotannon tuottavuuskehitys on heikkoa.

Potilaan valinnanvapaus ja kilpailullisten mekanismien laajempi käyttö on yksi väline kustannuskehityksen hallintaan. Se kannustaa muun muassa uusien toimintamallien etsimiseen, teknologian tehokkaampaan käyttöön sekä ammatillisten raja-aitojen ylittämiseen.

Jotta potilaan valinnanvapaus ja kilpailullisten mekanismien käyttö toimitus tavalla, on huolehdittava siitä, että tietyt markkinoiden toimivuuden ennakoedellytykset toteutuvat riittävässä määrin. Erityisen tärkeää on, että potilaille on tarjolla vaihtoehtoja ja riittävästi laadukasta vertailutietoa. Samoin on kiinnitettävä huomiota palveluntuottajien hyväksymismenettelyihin sekä yksityisen ja julkisen palvelutuotannon tasavertaisuuden mahdollisuuksiin toimia markkinoilla.

Ruotsin kokemusten valossa valinnanvapauden kehittäminen on nähtävä pitkäjänteisenä kehitystyönä eikä niinkään valmiiden mallien etsimisellä. ■

Tunnustusta vetovoimaisille sote-alan työpaikoille

Sosiaali- ja terveysministeriö on myöntänyt tunnustuksen 27 vetovoimaiselle sosiaali- ja terveydenhuollon työpaikalle. Työpaikat ovat pystyneet lisäämään vetovoimaansa eli luoneet toimintatapoja, joilla henkilöstön hyvinvointia ja sitoutumista työhön on parannettu. Työpaikan vetovoimatekijöitä ovat muun muassa mahdollisuus osallistua päätöksentekoon työpaikalla, toimiva työterveyshuolto sekä oikeudenmukainen johtaminen. Vetovoimainen työpaikka onnistuu rekrytoimaan uusia työntekijöitä ja tukee nykyisten työntekijöiden työssä jatkamista.



KLIKKAA SÄHKÖISEN LEHDEN
LINKISTÄ STM:N
VERKKOSIVULLE PALKITTUJEN
LUETTELOON

Henkilökohtaista apua saa yhä useampi

Henkilökohtaisten avustajien käyttö on moninkertaistunut kymmenessä vuodessa. Henkilökohtaisen avun piirissä on nyt lähes 17 500 henkilöä, kun vuonna 2006 avustaja oli 4 600 vammaisella. Henkilökohtaisen avun käyttäjien määrä nousi harppauksella vuoden 2009 vammaispalvelulain muutoksen myötä. Silloin henkilökohtaisesta avusta tuli subjektiivinen oikeus. Henkilökohtainen avustaja avustaa henkilöä, joka vamman vuoksi tarvitsee apua työssä tai vapaa-aikana. Avustaja auttaa tekemään asioita, jotka henkilö tekisi itse, mutta ei niistä pitkäaikaisen vamman tai sairauden vuoksi selviä. Suomi on ollut henkilökohtaisen avun suunnannäyttäjänä monille muille maille.





lentulehduksesta voi tulla sydäninfarkti!

Jopa kahdella kolmasosalla suomalaisista muhii suussa lentulehdus. Lentulehdus voi edetä hampaiden kiinnityskudoksiin asti täysin oireettomanakin. Pahimmillaan hoitamaton tulehdus voi estää lonkkaleikkaukseen pääsyn, aiheuttaa sydäninfarktin tai viedä hampaat suusta. Hyvällä kotihoidolla ja säännöllisillä lääkärintarkastuksilla ongelmat ovat vältettävissä. Lentulehduksen oireita ovat verenvuoto, ikenen punoitus, turvotus ja kipu. Myös pahanhajuinen hengitys saattaa kieliä tulehduksesta.

STT-INFO

TIESITKÖ:

Joka vuosi puoli miljoonaa suomalaista sairastuu influenssaan.



TIESITKÖ:

Suomalaiset lapset ovat vuoden aikana kotonaan tekemisissä humalaisen aikuisen kanssa yhteensä 2,2 miljoonaa kertaa.

Saa syödä: 60 grammaa pähkinöitä päivässä

Pähkinöiden lisääminen ruokavalioon voisi auttaa monia pitämään kolesterolitasonsa paremmin hallinnassa. Tuoreen tutkimuksen mukaan eri pähkinöillä on sama vaikutus, kunhan niitä syö tarpeeksi paljon. Tulosten perusteella noin 30 gramman päiväannos pähkinöitä liittyy pienempään riskiin sairastua sydäntauteihin. Eri pähkinöiden välillä ei ollut eroja, mutta yhteydet voimistuivat huomattavasti, kun pähkinäannokset kasvoivat. Yli 60 grammaa päivittäin pähkinöitä syövät saivat suurimman hyödyn.



DUODECIM

Äiti voittaa isän!

Tutkimuksen mukaan lapset ja nuoret viettävät enemmän yhteistä aikaa äidin kuin isän kanssa. Esimerkiksi läksyt, kotityöt ja ulkoilu tehdään useammin yhdessä äidin kuin isän kanssa. Nuoret myös keskustelevat itselleen tärkeistä asioista useammin äitinsä kuin isänsä kanssa. Tärkeistä asioista keskustelu vähenee iän myötä merkittävästi. Isät siis näyttäisivät jäävän äitejä useammin arjen tärkeiden asioiden ulkopuolelle.

TURUN YLIOPISTO

INGIMAGE



MITÄ MIELTÄ

Vastaus kuukauden kysymykseen.

JOULUKUUN KYSYMYS OLI:

Oletko tutustunut sähköiseen SuPer-lehteen?

KYLLÄ
55%

- Aina mukana kulkeva. Helppo lukea missä vain milloin vain.
- Olen selannut läpi kaksi viimeistä numeroa, mutta luen mieluummin asiat paperilehdestä.
- Eihän se voita paperista versiota, joka on mukava ottaa vuoteeseen mennessä luettavaksi ennen nukahtamista.
- Tutustuin SuPerin sivuihin ekaa kertaa, joten samalla tutustuin sähköiseen lehteen.
- Yöllä töissä on aikaa, eikä paperiversiota ole mukana.
- Halusin nähdä, miten lehteä on kehitetty interaktiivisemmaksi.
- Mielenkiintoinen, voi lukea töissäkin.

EN
45%

- Koen sen aikaa vieväksi. Luen mieluummin makuullani paperiversiota.
- En tiennyt sellaista olevan.
- Paperista lehteä on mukava lukea rauhassa ajan kanssa ja kahvikupin ääressä.
- En ole vielä ehtinyt. Aion kyllä tutustua. Paperiversion kahlaan kyllä tarkasti läpi.
- Luen paperisen SuPer-lehden kannesta kanteen ja yleensä ennen nukkumaan menoa.
- En aikaisemmin tiennyt, että lehti löytyy myös sähköisenä.



TAMMIKUUN KYSYMYS LÖYTYY SUPERIN JÄSENSIVUILTA KOHDASTA SUPER-LEHTI. KAIKKIEN 18. TAMMIKUUTA MENNESSÄ VASTANNEIDEN KESKEN ARVOTAAN SUPER-LEHDEN KÄTEVÄ AAMIAISTARJOTIN. JOULUKUUSSA SEN VOITTI KIRSI NOUSIAINEN ESPOOSTA. ONNITTELUT!

MUUT LEHDET

// Lapselle tunteiden äidinkieliä ovat kosketus ja satu, aikuinenkaan ei saisi niitä unohtaa."

SATUHIERONTAVALMENNUKSEN ÄITI
SANNA TUOVINEN
LASTENTARHA 5/2015

// Tyypillistä toimeentulotuen hakijaa ei ole olemassakaan. Hän voi olla kuka tahansa meistä."

VANTAAN KAUPUNGIN SOSIAALITYÖN
ESIMIES ASSI SIHVONEN
SOSIAALIVAKUUTUS 4/2015

// Kaikki mitä lukee ei suinkaan imeydy mieleen, vaan suurin osa haihtuu pois, ja vauhdilla."

KIRJAILIJA KATJA KALLIO
SUOMEN LÄÄKÄRILEHTI 48/2015

30 VUOTTA SITTEN



Perushoitaja-liiton jäsenille uusi vuosi toi uusia haasteita. Vuoden lopussa odoteltiin ensimmäisten ko-keilukoulutuksessa ol-

leiden perushoitajien valmistumista. Kunnialla kannettu apuhoitaja-nimi ke alkoi siirtyä historiaan. Liitto luotti jäseniinsä mutta myös hyviin työnantajiin ja palkitsi kolme mallilaitosta eli Jalasjärven terveyskeskuksen, Keiturinpuiston vanhainkodin Virroilta ja Kainuun keskussairaalan.

"Mallilaitos on eräänlainen työntekijä-puolen vastaveto työnantajien kannustisjärjestelmälle."

PERUSHOITAJA 1/1986

Lea Hintikka tekee Lehtipihvit jauhelihasta

TEKSTI MARJO SAJANTOLA KUVAT PETTERI KIVIMÄKI

Lähihoitaja Lea Hintikka on kokkaillut niin omille kuin toisten lapsille. Vaikka ruuanlaitto tuntuu välillä pakkopullalta, joskus on mukava laittaa viimeisen päälle.

Lähihoitaja Lea Hintikka toteaa, että hän ei ole mikään himokokkaaja, mutta aina välillä hän innostuu valmistamaan hyvää ruokaa ja kattamaan pöydän kauniisti. Esimerkiksi itsenäisyyspäivänä perhe sai perinteistä karjalanpaistia, joululaatikoita ja hyvää salaattia ja tietysti omakekoista ruisleipää.

Lea kertoo, että hän on elämänsä aikana kokkaillut ihan tarpeeksi, kun on ollut viiden lapsen kotiäiti, hoitanut yksityisenä perhepäivähoitajana muidenkin lapsia ja parin vuoden ajan tarjonnut viikonloppukodin pienille sisaruksille.

– Haimme Pelastakaa Lapset ry:n kautta meidän omalle tyttärelle kaveria, koska muut lapsemme ovat poikia ja suvussakin on vain poikia. Saimme sitten tytön ja hänen pari vuotta nuoremman veljensä meille viikonloppulapsiksi.

Lea kiittelee omia lapsiaan siitä, että he ovat hyväksyneet niin kaikki hoitolapset kuin nämä viikonloppulapsetkin. Syn-tyi milloin mitään teatteriesitystä ja muuta hauskaa, kun porukkaa oli tarpeeksi.

– Lapseni ovat myös olleet hyvin omaloitteisia muutenkin. He ovat itse hankineet kesätöitä ja aina jotain on löytynyt. Kuka mitään on keksinyt.

Lapset asuvat jo omillaan ja Lealla on kahdeksan ihanaa lastenlasta. Vanhin ja nuorin hänen pojistaan asuu Helsingissä, mutta muu pesue on sijoittunut Jyväskylän ympäristöön, joten lapsenlapsetkin ovat Lealla usein hoidossa.

– Nytkin olivat hoidossa perjantaista sunnuntaihin. Osan otimme mukaan, kun lähdimme katsomaan poikia Helsinkiin. Lauantai-iltana lämmitimme saunan. Tytöt saivat piiskata mummoa vastalla ja mummo nautti lauteilla, Lea nauraa.

Hyvä on joskus huilailla, sillä Lea aloitti työnteon jo 12-vuotiaana. Hän polki kaksoisveljensä kanssa kuusi kilometriä suuntaansa päivittäin istuttamaan koivun taimia. Yhdeksännellä luokalla hän oli työharjoittelussa paikallisessa osuuskaupassa. Kun siellä tarvittiin työntekijää, myymälähoitaja sopi opettajan kanssa, että Lea käy koululla tekemässä vain kokeet ja saamassa opetusta sen verran kuin tarvitsee.

– Siellä olin keväältä vuoden loppuun asti. Seuraava kesä meni puutarhalla töissä. Sen jälkeen olin kolmisen vuot-

ta töissä paikallisessa kenkä- ja kukkakaupassa, jossa oli myös kahvila. Vuonna 1977 syntyi ensimmäinen lapseni, ja olinkin sitten kotona 20 vuotta.

Lastenhoidon lomassa Lea teki vapaaehtoistyötä nuorten parissa. Kun nuorimmainen alkoi olla viisivuotias, hän alkoi etsiä töitä kodin ulkopuolelta. Lea suoritti lähihoitajatutkinnosta vanhustyön suuntautumisopinnot ja pääsi tekemään kodinhoitajan sijaisuutta. Lisäksi hän on ollut töissä palvelutalon keittiöllä, leirikeskuksen siivoajana ja opiskellut oppisopimuksella laitoshuoltajaksi.

– Mieheni kannusti myös opiskelemaan. Kun ESR järjesti Lievestuoreella Naiset ensin -koulutuksen, minä pääsin mukaan, vaikka se oli tarkoitettu pitkään kotiäiteinä olleille. Sitä kautta ohjaajat suosittelevat minulle lähihoitajaopintoja. Ensimmäisen työssäoppimisjakson suoritin Irlannissa. Meitä lähti neljän naisen kimppa ja sanakirja. Joka ilta päästiin tutustumaan maan kulttuuri-kohteisiin. Mahtava matka.

Kun Lea valmistui vuonna 2005, hänelle tarjottiin heti neljää työpaikkaa. Laukaan kotihoito sai Leasta ahkeran työntekijän vuonna 2006. Hänet vakinaistettiin vuonna 2008, ja kotihoidossa tehtävä työ tuntuu siltä omimmalta. Hän kokee, että työ on haasteellista, mutta luontevaa ja kotoisaa.

– Omahoitajana asiakkaasta kuulee jo äänestä, jos kaikki ei ole kunnossa. Tässä työssä pääsee läheisiin asiakaskontakteihin, eikä kahta samanlaista päivää ole.

Vaikka käytössä on mobiililaitteet, tiimi kokee, että aamupalaverilla on tärkeä merkitys.

– Meillä on tosi hyvä tiimi ja yhteistyömme on sujuvaa. Maalaisjärjen käyttö on meillä sallittu. Kun aamupalaverissa käydään tärkeimmät asiat läpi, on turvallinen olo lähteä kentälle.

Vuoden lopussa Lea aikoi hakeutua vuorotteluvapaalle, koska hän koki, että haluaa antaa aikaa myös itselleen ja perheelle. Pienen tauon jälkeen hän jaksaa jatkaa eläkeikään. ■

**HYVÄ ON JOSKUS
HUILAILLA, SILLÄ LEA
ALOITTI TYÖNTEON JO
12-VUOTIAANA.**



LEA HINTIKKA NÄYTTÄÄ PIHVINTEON
ALUSTA LOPPUUN SÄHKÖISISSÄ LEHDESSÄ



Lehtipihvit jauhelihasta

- 400 g jauhelihaa
- 1 tl suolaa
- mustapippuria maun mukaan
- 1 tuore sipuli pilkottuna
- 1 muna
- pakastettuja tai tuoreita yrttejä kuten persiljaa, tilliä ja basilikaa.

Porkkanalisäke

- 4 kookasta porkkanaa
- ripaus suolaa
- tilkka hunajaa
- iso makea sipuli
- valkosipulivoita ja öljyä
- tuoretta basilikaa

Laita pihvin aineet kulhoon ja sekoita taikinaksi. Ota neljä reilun kokoista palaa leivinpaperia ja sivele ne öljyllä. Jaa taikina neljään osaan ja taputtele siitä pa-

pereille neljä ohutta, noin puolen sentin paksuista lehtipihviä. Kuumenna pannu hyvin. Nosta pihvit paperin avulla pannulle. Paista minuutti tai kaksi per puoli, miten kypsäksi haluat. Lea paistaa pihvit valkosipulivoissa ja pienessä öljytilkassa.

Höyrytä vinottain leikatut porkkanalohkot puoliksi ja kaada wokkipannulle, jossa on valkosipulivoi-öljyseosta. Lisää sipulirenkaat ja freesaa sopivan kypsiksi. Lisää loppuvaiheessa tuoreet yrtit, suolaa ja tilkka hunajaa.





Lähihoitaja Kati Muttonen kiertää herättelemässä sikeäunisia teinejä.

Kotkan vastaanottokeskuksessa kohtaa KYMMENTÄ KIELTÄ JA KULTTUURIA

TEKSTI JA KUVAT MARJO SAJANTOLA

Lähihoitaja Kati Muttosen työpaikalla puhutaan tänään kymmentä eri kieltä. Ensi viikolla niitä voi olla jo enemmän. Käsimerkit ja viittomatkin ovat kovassa käytössä.

Rannikkoseudun joulukuinen märkyys kietoo Koivulan ryhmäkodin pimeyteen, jota pihalle virityt joululavat hieman kirkastavat. Lähihoitaja Kati Muttanen aloittaa tänään kello seitsemältä aamuvuoron ohjaajana Kotkan vastaanottokeskuksen alaikäisyksikössä.

Virallisesti 21 paikan ryhmäkodissa asuu nyt 37 alle 18-vuotiaasta lasta. Nuorin heistä on juuri kahdeksan vuotta täyttänyt poika. Lisäksi talon tukiasunnoissa asuu 13 itsestä elämää opettelevaa nuorta.

18 vuotta täyttävät muuttavat vastaanottokeskuksen aikuispuolelle. Kotkassa aikuispuoli on hajasijoitusmallinen, joten nuoret tulevat asumaan kaupungilta vuokratuissa asunnoissa yhdessä muiden turvapaikanhakijoiden kanssa. Asunnoissa on neljästä kuuteen asukasta.

Koivulan ryhmäkotilaiset ovat kotoisin Albaniasta, Afganistanista, Eritreasta, Irakista, Iranista, Somaliasta ja Syyriasta. Omaiset ovat saattaneet kadota matkalla tai perheillä on ollut varaa lähettää vain tämä nuori matkaan. Jokaisella on oma tarinansa, mutta tämä on tarina yhdestä työvuo- rosta heidän parissaan.

NUORENA JAKSAA NUKKUA

Arkinen ryhmäkodissa hiljaisuus alkaa kello 22, mutta teini-ikäiset ovat valvoneet huoneissaan kuka mihinkin asti. Siksi Katin aloittaessa työnsä kaikkialla nukutaan vielä sikeästi. Tuota pikaa alkaakin aamuvuoron haastavin työ: nuorten herättäminen aamiaiselle ja koululaisten saaminen mat-

kaan. Mutta annetaan lasten vielä nukkua, nyt on yökköjen raportin aika.

Kati kuuntelee yön tapahtumat ennen kuin on aika patistella liikkeelle veljekset, joiden kanssa hän on omaohjaajana lähdössä Langinkosken koululle tapaamaan kuraattoria. Paikalle on tilattu myös daria puhuva tulkki.

– Pojat ovat 8- ja 13-vuotiaita. He aloittavat tammikuussa valmistavat opinnot peruskoulua varten. Nuoremman kanssa käydään myöhemmin vielä tutustumassa hänen kouluunsa toisaalla. Lapset oppivat valmistavassa koulussa, miten suomalaisessa koulussa käyttäytyään, miten viitataan ja vastataan. He oppivat, että täällä on tapana katsoa silmiin, se on vain ystävällistä. Vaikka tyttö katsoo silmiin, se ei merkitse, että hän olisi rakastunut sinuun, Kati kertoo.

Hän jatkaa, että kouluhaastattelussa selvitetään lasten valmiuksia opintoihin ja esimerkiksi, onko heillä jotain oppimisvaikeuksia. Näistä pojista vanhempi osaa lukea ja hän puhuu vähän englantia.

Katin työkaveri, lähihoitaja Janne Tammilehto on jo käynyt herättelemässä veljeksiä. Hän toteaa nauraen, että nuorempi on erittäin sikeäuninen. Kun pojalta vedetään peittoa pois päältä, tämä käännähtää ja onnistuu kietoutumaan peitteeseen uudestaan edes heräämättä.

AMMATILLISUUTTA EI UNOHDETA

Kati lähtee veljesten kanssa Langinkoskelle, ja pikku hiljaa talossa alkavat muutkin heräillä. Oleskelutilaan saapuu unisia teinejä aamiaiselle, jonka yököet ovat laittaneet valmiiksi tarjolle. Vaikka uni painaa silmäluomia, jokainen tervehtii koteliaasti paikalla olevia ohjaajia.

– Huomenta! Mitä kuuluu? Nukuitko hyvin? Kaikki hyvin? ohjaajat kyselevät.

Ryhmäkodin nuorilla on kaikilla nimetty omaohjaaja. Nuoret on jaettu ohjaajien kesken viiteen ryhmään, joissa jo- ▶



Lähihoitajaopiskelija Salla Lampinen on osallistunut töihin Katin ohjaamana.

kaisessa toimii kolme ohjaajaa. Kuitenkin kaikki ohjaajat hoitavat tarvittaessa kaikkien nuorten asioita. Enemmistö nuorista on poikia, tyttöjä on tällä hetkellä vain kolme.

Vastaava ohjaaja Minna Mänttari kertoo, että nuorista asukkaista huolehtii ryhmäkodissa hänen lisäksi 22 ohjaajaa, sosiaaliohjaaja ja sairaanhoitaja. Yöllä paikalla on kolme yökköä. Kohta alkaa aamupalaveri, mutta vastaava ohjaaja jättää sen väliin.

– Palaverissa jaetaan päivän tehtävät, esimerkiksi lasten kuljetukset poliisilaitokselle kuulusteluun ja käydään läpi tuleviakin töitä sekä päivitetään kalenterit. Henkilökunta osaa tehdä sen ilman minuakin, hän sanoo.

Hän jatkaa, että työ vastaanottokeskuksessa ei sovi kaikille. Turvapaikanhakijoilla on rankkoja kokemuksia takanaan. Tarvittaessa nuorelle järjestetään sairaanhoitajan kautta nuorisopsykiatriasta apua. Ohjaajat eivät tiedä ryhmäkotiin tulevien taustoista juuri mitään. Jokainen otetaan vastaan sellaisena kuin hän on.

– Se auttaa meitä työntekijöitä säilyttämään oman ammattitilisuutemme. Meidän tehtävänä on vastaanottotoiminta. Lokakuussa tuohon pihalle saapui bussilla 20 uutta nuorta. Siinä tilanteessa on tärkeintä järjestää majoitus, ruoka, välttämätön vaatetus, hygienia ja perushoito. Kielen ja kulttuurin opinnot sekä muu toiminta aloitetaan vasta sen jälkeen.

MONENLAISTA TEHTÄVÄÄ

Kello tulee yhdeksän, mutta Kati on vielä poikien kanssa kouluhaastattelussa. Hänen pitäisi juuri nyt aloittaa kasvatus-

TASA-ARVOA TUODAAN KOROSTETUSTI ESIIN. KAIKKI OVAT TASA-ARVOISIA SUKUPUOLESTA JA USKONNOSTA RIIPPUMATTA.

elämänhallinta- ja itsenäistymissuunnitelman teko kolmannen oman nuoren kanssa. Mutta ei hätää. Tässä talossa osataan vaihtaa tehtäviä lennossa, joten yksi tiimiläinen ottaa homman hoitaakseen.

Samaan aikaan Janne Tammilehto siirtyy rauhalliseen tilaan yhden tukiasunnoissa asuneen nuoren miehen kanssa. Tulkkipalvelu on varattu etukäteen ja Janne ottaa yhteyden puhelimitse. Lyhyessä ajassa pitää käsitellä paljon asioita. Neuvottelun aikana varmistetaan, että nuorukainen tietää, mistä hän saa jatkossa tarvitsemaansa tukea. Asunnosta puhuttaessa hän tuo esiin toiveensa, että se olisi rauhallinen, ja että asuinkumppanit olisivat samaa kansallisuutta. Muuten tämä nuori olisi valmis siirtymään eteenpäin.

Tällä välin ruokasalissa on alkanut pari tuntia kestävä suomenkielen opetus. Katikin ennättää paikalle. Tänään hänellä ei ole opetusvuoroa, vaan sen hoitaa ohjaaja Maili Taulasto. Puhutaan pikkujouluista, jotka järjestetään seuraavalla viikolla ja pitäähän sitä edes yksi laulu opetella. Yllättävän nopeasti nuoret saavat sanoista selvän ja laulu alkaa kuulostaa tutulta.

Kati kertoo, että monet nuoret osaa- vat englantia edes vähän. Nuorten jou- kossa lukutaidottomuus on aika harvi- naista, sillä ainakin muslimimaista tul- leet ovat todennäköisesti käyneet ko- raanikoulua. Alle 15-vuotiailla on oi- keus käydä peruskoulua, mikä aloi- tetaan käymällä valmistavaa luokkaa yhden lukuvuoden ajan. Vanhemmat nuoret suorittavat erilaisia kursseja.

– On ihmeellistä, miten nopeasti nämä nuoret omaksuvat suomenkieli- siä sanoja ja sanontoja. Toki heissäkin on eroja. Toiset opiskelevat ihan täysil- lä ja toiset ottavat rennommin. Jokai- sen on kuitenkin osallistuttava opetuk- seen. Jos siitä luistaa, menettää esimer- kiksi uimalipun.

SELKEÄT SÄÄNNÖT OLTAVA

Kati kertoo, että tasa-arvoa tuodaan korostetusti esiin. Kaikki ovat tasa- arvoisia sukupuolesta ja uskonnosta riippumatta. Uskonnon suhteen pi- detään yllä täyttä neutraaliutta. Jokai- nen saa harjoittaa sitä omassa huonees- saan, mutta ei yleisissä tiloissa. Myös- kään musiikkia ei saa soittaa käytävil- lä kovaa, sillä kyseessä voi olla ohjaa- jien tietämättä sanoitukseltaan ideolo- gista musiikkia, joka taas voi ärsyttää toista asukasta.

– Useat nuoret eivät vaikuta kovin uskovaisilta. Ehkä he ovat eurooppa- laistuneet matkan varrella, Kati pohtii.

Hänellä itsellään on hyvä tieto ko- raanin opeista, sillä hän on lukenut sen suomeksi ihan mielenkiinnosta histo- riaan. Lisäksi hänellä oli teini-ikäisenä ystävänsä afganistanilainen tyttö, jon- ka kanssa he opettelivat toistensa äidin- kieltä. Näin Kati oppi ymmärtämään vähän darinkieltä.

Jokainen asukas huolehtii asuinhuo- neensa siisteydestä, ja yleisten tilojen siivoamiseen on laadittu vuorolistat. Kun koulusta myöhästymisiä alkoi olla liikaa, ohjaajat kehottivat myöhästyjiä miettimään itse sopivan sanktion. Yhteistuumin sellaiseksi hyväksyttiin kel- laritilojen siivous.

Kati ehtii hetken pelata muistipe- liä nuoremman veljeksensä kanssa. Poi- ka oli kouluhaastattelussa ollut todel- la reipas ja ihastunut Aapiseen. Lapsen kanssa pelatessa muistipelin lopputulos on selvä – Kati häviää. Sitten kerätään pelivälineet pois, koska kohta alkaa lou- naan valmistelu.

Ruoka tuodaan keskuskeittiöltä, mutta salaattit tehdään yhdessä ja myös iltapalat järjestyvät nuorten voimin. Leipää talossa kuluu paljon. Jotkut ei- vät haluaisi muuta syödäkään, mutta jokaista ruokaa on ainakin maistetta- va. Tänä lounaaksi on silakkaa. Chi- likastiketta, ketsuppia ja suolaa käyte- tään ahkerasti. Kati kertoo, että suo- malainen ruoka vain kerta kaikkiaan on nuorten mielestä liian mautonta.

Ruokailussakin on sääntöjä. Mitään ruokaa, ei edes hedelmiä, viedä huonei- siin, vaan kaikki syödään ruokatilassa. Myös takit ja pipot on riisuttava. Käsi- desipulloja on joka pöydällä ja niitä on myös käytettävä. Ruokailun jälkeen jo- kainen siivoaa jälkensä.

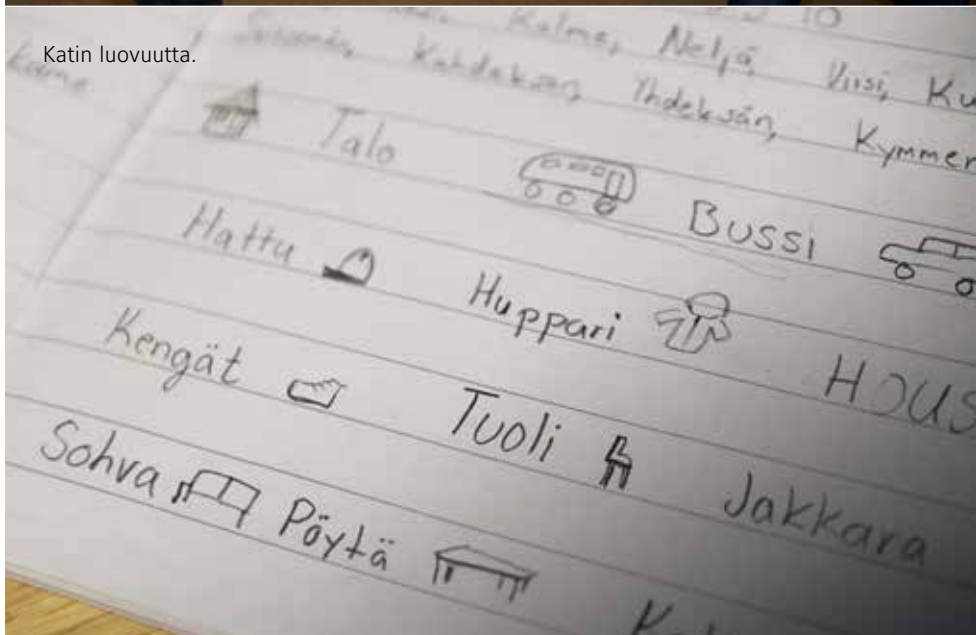
– Tiukkana on oltava, sillä joskus jo- ku yrittää luistaa, mutta kyllä he kiltis- ti tottelevat.

TÄYSI TOHINA PÄÄLLÄ

Ryhmä nuoria saapuu juuri parahik- si ruokailuun. He ovat tänään saaneet kahdeksan viikon suomenkielenkurs- sin suoritettua, joten tunnelma on rie- hakas. Jotkut pojista näyttävät aika- miehiltä, mutta käytös paljastaa hei- dän ikänsä. Leikki ja nujuaminen suju- vat, puheenporina täyttää oleskelutilan. Tuossa yksi vetää takkia päälle, toinen riisuu ja rojahtaa sohvalle, kolmas esit- tää tekevänsä valtavan loikan keittiös- tä sohvalle. ►



Kati ja Janne testaavat, että vastakiinnitetty nyrkkeilysäkki kestää kovat otteet.



Katin luovuutta.

Paikalla on aina pari ohjaajaa, ettei tilanne mene täysin hulttomaksi. Kati kertoo, että huonoilla ilmoilla aika käy pitkäksi. Kellarissa olisi lahjoituskasena saatuja suksia ja luistimia, mutta talvikelit puuttuvat. Jalkapallo yhdistää kulttuurit, mutta vettä sataa ja on pimeää.

– Olemme läsnä nuorten kanssa ja annamme heille aikaa. Tyypillistä alkuvaiheessa on, että ensin ollaan onnellisia, kun on päästy turvaan. Sitten ei tiedetä, miltä oikeastaan tuntuu. Ensin voidaan olla peloissaan, hämillään ja sitten vetäydytään omiin oloihin. Jotkut reagoivat vahvasti, toiset eivät juuri lainkaan ja kaikillahan meillä on hyviä ja huonoja päiviä.

Kati siirtyy toimistoon syömään omat eväänsä ja tapaa juuri kuljetuskeikalta saapuneen Janne Tammilehdon. Ryhmäkodilla on kaksi autoa kovassa käytössä. Tänään Janne on kuljettanut nuoria poliisilaitokselle ja lääkäriin. Koska hänellä on normaalia lyhyempi päivä, hän huomaa työaikansa päättyvän tuota pikaa, joten eväät tulee syötyä vasta kotona taas kerran.

Kati huomauttaakin, että tekemistä riittää, mutta tauko on vain otettava jossain välissä. Pikaisen lounaansa jälkeen hän raivaa tilaa kannettavalle



Toimistovuorossa oleva seuraa myös monitorista talon ympäristöä ja näkee, kuka soittaa ovikelloa.

tietokoneelle toimiston kahvipöydälle ja kirjaa aamun kouluhaastattelun tiedostoihin.

Mikään rauhallinen työtila tämä ei ole. Ohjaajat keskustelevat ajojärjestelyistä. Yhdessä etsitään keinoja, miten voitaisiin selvittää nuorten mahdollisuus käydä kylässä tuttavien tai sukulaisen luona muualla maassa. Vierailupaikka on ensin tarkistettava ja sen tekee joko ohjaaja tai lapsen edustaja.

Ovikello soi vähän väliä. Monitorista näkee, kuka pyrkii sisään. Ryhmä-

kodin asukkailla on avain vain omaan huoneeseen, joten useimmiten tulija on joku nuorista.

Aamuvuoro hujauttaa vauhdilla. Kati pitää raportin iltavuoroon tulijoille ja tekee sen jälkeen vielä kirjaukset kollegan muistiinpanoista aamun kehityssuunnittelupalaverista.

– Kiireisen vuoron jälkeen istun kotona sohvalle ja pakottaudun rauhoittumaan, sillä tuntuu kuin tämä vauhti ja tohina jäisivät päälle. Kuitenkin pidän tästä työstä valtavasti. ■

Tänään töissä

KUKA

26-vuotias lähihoitaja Kati Muttonen toimii ohjaajana Kotkan vastaanottokeskuksen alaikäisyksikössä.

TYÖURA

Kesätöissä 16-vuotiaana päiväkodissa avustajana. Nuorisotalolla neljä kuukautta maahanmuuttajalasten läsyykerhon ohjaajana. Ravintolakokin tutkinto, mutta hoitoala houkutteli enemmän. Valmistui lähihoitajaksi 2013 lasten ja nuorten hoidon ja kasvatuksen ohjelmasta. Sai työssäoppimisjaksolla kokemusta vastaanottokeskusten työstä, koska suoritti harjoittelujakson vastaanottokeskuksen perhetyössä lähihoitajan työparina. Keikkailua ko-

tiheidossa ja vanhustyössä. Puolitoista vuotta päiväkotia Kotilossa ja seitsemän kuukautta ikääntyvien päihdeyksikössä A-klinikalla.

PERHE

Avomies.

HARRASTUKSET

Vesijuoksu, afrikkalainen tanssi ja kävely.

HAASTAVINTA TYÖSSÄ

Hektisyys ja nopeat ratkaisut.

PARASTA TYÖSSÄ

Hyvä työporukka ja tietysti asiakkaat. Mukava huomata, kun ihmiset tuntevat olevansa turvassa ja oppivat suomenkieltä sekä kulttuuria.





SuPerin asiantuntijat Paula Soivio ja Sari Erkkilä kävivät joulun alla Italiassa miettimässä eurooppalaisen kotihoidon tulevaisuutta.

Mitä yhteistä löytyy eurooppalaisesta kotihoidosta?

SUPER MUKANA KOTIHOIDON EU-HANKKEESSA

TEKSTI JA KUVA JUKKA JÄRVELÄ

Onko eurooppalaisessa kotihoi-
dossa enemmän eroja kuin yhtä-
läisyyksiä? Mitä maat voisivat oppia
toisiltaan? Mitä osaamista kotihoi-
totyössä tarvitaan tulevaisuudessa?
Muun muassa näihin kysymyksiin
haetaan vastauksia juuri alkaneella
kotihoidon Caress-hankkeella.

SuPerin asiantuntijat Paula Soivio ja Sari
Erkkilä kävivät joulun alla Italiassa tutus-
tumassa vasta käynnistyneeseen euroop-
palaiseen kotihoitohankkeeseen. Kol-
mevuotisessa Caress-hankkeessa selvi-
tetään kotihoidon tämänhetkinen tilan-
netta EU:ssa. Jatkossa Suomen, Italian
ja Espanjan johdolla työestetään opetus-
paketti testattavaksi.

– Näin hankkeen alussa keräämme
EU:n alueelta taustatiedot kotihoidon

nykytilasta: mitä se on, kuka sitä te-
kee ja minkälaisella koulutuksella. En-
tä mikä on työn sisältö ja mitkä haas-
teet ovat edessä? Nyt etsitään sellaista
yhteistä, mitä voidaan soveltaa kaikis-
sa EU-maissa, järjestöasiantuntija Soi-
vio selvittää.

– Tarkoituksena ei ole yhtenäistää
EU:n kotihoitoa. Emme vielä tarkal-
leen tiedä, kuinka paljon kotihoidon
käytännöt poikkeavat toisistaan eri
maissa. Näin aluksi katsotaan, mitä yh-
teistä löytyy.

Kotihoidon käytännöistä löytyy
eroja. Esimerkiksi monessa Euroopan
maassa lapset on lainsäädännön kei-
noin velvoitettu hoitamaan omia van-
hempiään.

Soivion mukaan Suomessa ei ole
syytä miettiä tällaista järjestelmää. So-

siaali- ja terveydenhuoltomme on ra-
kennettu toiselle ja tasavertaisemmal-
le pohjalle.

Caress-hankkeen loppuvaiheessa ko-
tihoidosta työestetään opetuspaketti, jo-
ta pilotoidaan Suomessa, Italiassa ja Es-
panjassa. Aiheesta tehdään myös digi-
taaliset kotihoidon koulutusaineisto,
josta voi mahdollisesti tulla osatutkin-
to.

SuPerilla on aiemmin ollut kontak-
teja erityisesti Hollannin, Ison-Britan-
nian ja Unkarin kotihoitoon – niin työ-
paikkoihin, työntekijöihin kuin järjes-
töihin.

Suomesta Caress-hankkeessa ovat Su-
Perin lisäksi mukana Opetushallitus se-
kä ammatillista koulutusta pääkaupun-
kiseudulla järjestävä Omnia, joka on
hankkeen Suomen koordinaattori. ■

Lastenpsykiatri Jari Sinkkonen:

TURVATAAN LAPSUUS HUOLETTOMALLE LEIKILLE

TEKSTI JA KUVA HENRIKKA HAKKALA

Ymmärryksemme lasten käyttäytymishäiriöistä paranee jatkuvasti tutkimustiedon lisääntyessä. Varhaiskasvatuksen työntekijät ovat erinomaisessa asemassa tunnistamaan tuen tarvetta, kiteyttää lastenpsykiatri Jari Sinkkonen.

Käsitys lasten käytös- ja tunne-elämän ongelmien monitekijäisyydestä valtaa alaa selvärajaisilta luokitteluilta. Lasta tarkastellaan aiempaa vahvemmin biopsykososiaalisenä kokonaisuutena. Hyvin usein ongelmien taustalta löytyy geneettisiä, neurologisia ja neurobiologisia tekijöitä. Yhdessä lapsen varhaisten vuorovaikutuskokemusten ja hänen kokemiensa vastoinkäymisten ja negatiivisten elämänmuutosten kanssa ne saavat aikaan käytöstä, joka jossakin lapsen elämän ympäristöistä koetaan häiritseväksi.

– Näen lapsen oireilun usein seurauksena siitä, että hän yrittää sopeutua epäsuotuisiin olosuhteisiin ja hänen urheat sopeutumiskeinonsa ovat sellaisia, joita ympäristö pitää häiriöinä. Diagnoosien liimailua en kuitenkaan pidä kauhean hedelmällisenä.

Lapsen tunne-elämän häiriöiden löytämiseksi ei ole laboratorioarvon kaltaista yksiselitteistä mittaria. Jonkin diagnoosin kriteerien rastittamisen sijaan lastenpsykiatri Jari Sinkkonen toivoo, että katsottaisiin lasta ja etsittäisiin kaikkea sitä, mikä hänen käytöksessään on tervettä.



Etenkään, kun ei ole harvinaista, että ne paljastuvat vääriksi, Sinkkonen toteaa.

Esimerkiksi vanhempien päihdeongelmien vuoksi vaikeissa kotiooloissa kehitetty selviytymistapa voi päivähoitoryhmässä olla epätarkoituksenmukainen ja häiritsevä. Lapsen eri ikäkausiin kuuluu myös tyypillisiä kehitystehtäviä, joiden pieleen meneminen voi näyttäytyä erilaisina oireina.

– Pienimmillä lapsilla kehitystehtävät liittyvät eroahdistukseen ja vanhemmilla lapsilla yhteiseen leikkiin oppimiseen ja sen sietämiseen, että ei voi itse päättää kaikesta.

AMMATTIKASVATTAJAT AITIOPAIKALLA

Päivähoidon henkilöstö kohtaa työssään suuria määriä lapsia ja voi seurata lapsen vuorovaikutusta ja ongelmanratkaisua sekä pienemmissä että isommissa ryhmätilanteissa. Niinpä heillä on erinomainen mahdollisuus erottaa voimakaskin uhma tai tilapäinen, esimerkiksi isovanhemman kuolemasta johtuva suru selvittelyä edellyttävästä ongelmasta.

Jos lapsi on keskimäärin hyväntuulinen ja kykenee uppoutumaan leikkiin ja pystyy vuorovaikutukseen sekä toisten lasten että päiväkodin aikuisten kanssa, eivät asiat tavallisesti ole erityisen huolestuttavia. Jos lapsi on kuitenkin kovin hauras, saa herkästi raivokohtauksia ja turvautuu nyrkkeihinsä ja rumaan kielenkäyttöön, kannattaa tilannetta lähteä perkaamaan. Selvittelyä ja tukea tarvitsee myös lapsi, joka on kroonisesti arka ja pelokas, jatkuvasi itkuinen eikä rohkaistu osallistumaan missään tilanteissa, tai jolla on hankaluuksia päästä irti esimerkiksi peli- tai fantasia-maailmasta.

Pulmallisten tapausten selvittelyssä onkin syytä keskustella päiväkodin työryhmässä.

– Sillä on valtava merkitys, miten päivähoitopaikan aikuiset pelaavat yhteen.

Lastahan ei hoida yksittäinen työntekijä, vaan koko työyhteisö, Sinkkonen korostaa.

Vaikeimmin kiharaisten tapausten perusteellisempaan selvittelyyn voidaan ottaa mukaan paitsi lapsen vanhemmat myös kiertävä erityislastentarhanopettaja sekä terveyskeskuspsykologi ja tarvittaessa myös lastensuojelua tai perhepalveluita.

– Asioiden selvittämistä ei tarvitse lykätä tai empiä.

PIENI RYHMÄ TUKEE ERITYISTARPEISIA

Kuhunkin päiväkotiryhmään syntyy oma dynamiikkansa, jonka tekijöinä ovat sekä lasten ja aikuisten yksilölliset piirteet ja niiden yhteensopivuus että lasten ja heistä vastaavien aikuisten suhdelu.

Osassa ryhmistä lapset ovat tyyniä ja jäsentyneitä. He tulevat keskenään toimeen ja keksivät leikkejä, jotka kasvavat ja

kehittyvät koko päivän ajan.

– Toisaalta taas on sellaisia ryhmiä, joissa ryhmähenkeä ei synny. Silloin ryhmän koolla ja aikuisten määrällä on valtavan iso merkitys, Sinkkonen korostaa.

Eritoten ryhmän koko on tärkeä eri tavoin erityistarpeisille lapsille, joiden määrä kasvaa koko ajan. Haasteita kasvattajan työhön tuo myös laaja vaihtelu ryhmän lasten kognitiivisissa valmiuksissa, etenkin, jos mukana on voimakkaasti niskan päälle pyrkiviä lapsia.

Kasvattajien voimavaroihin onkin hyvä paneutua sekä päiväkodin työryhmässä että itsenäisesti. Johdon selkeät linjaukset esimerkiksi lasten mahdollisimman laajasta vapaudesta ja muutamista selkeistä säännöistä antavat selkänöjan kaikelle toiminnalle. Aika ajoin kannattaa myös tehdä katsaus siihen, miten itse viihtyy tehtävässään ja mitä itsestä säteilee lapsille. Omia motiivejaan voi tutkia miettimällä, mitä on tehty lasten kanssa, onko siitä nauttinut itse ja millainen tunnelma työyhteisössä on.

EMOTIONAALINEN TASAPAINO ETUSIJALLE

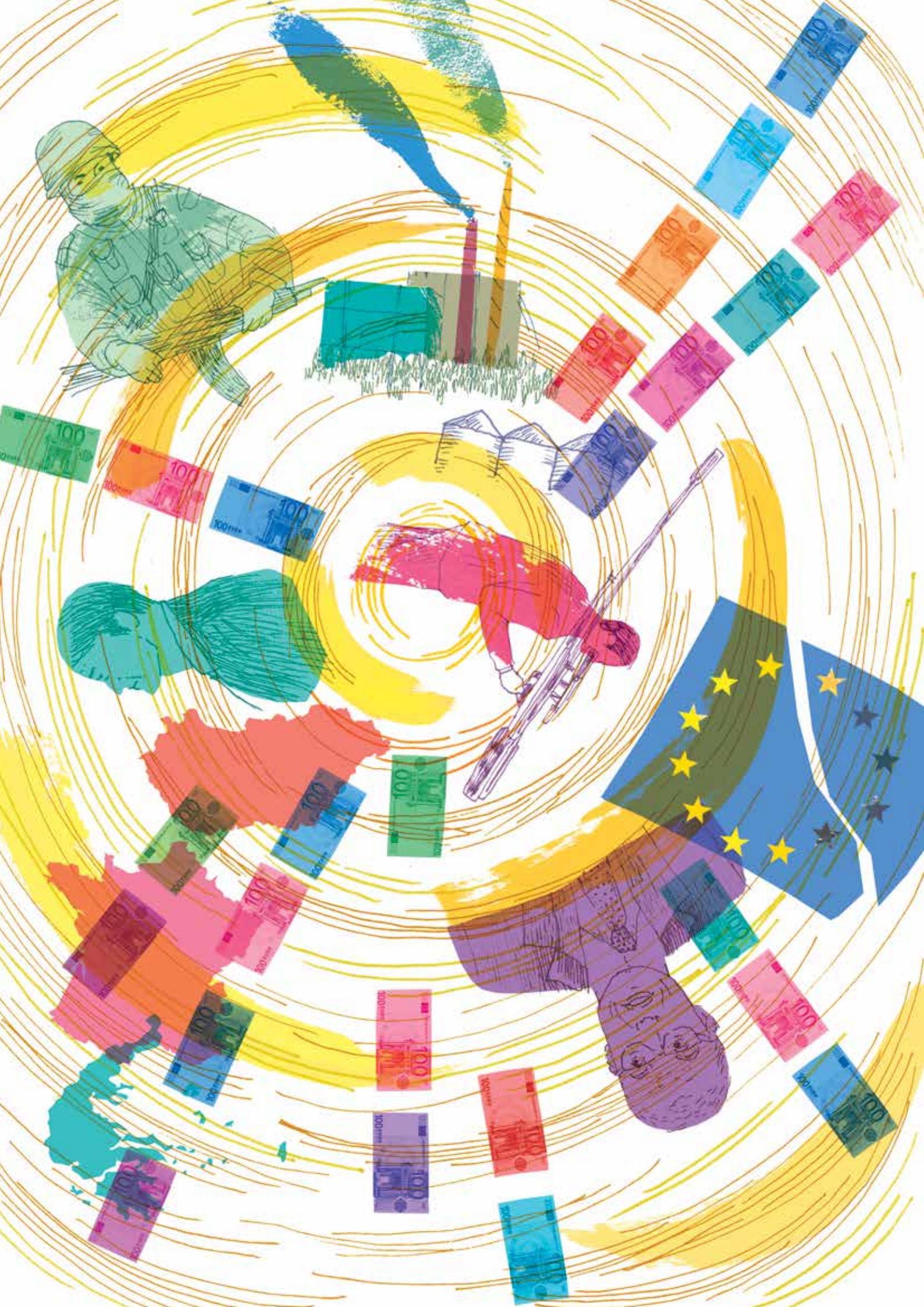
Viime aikojen päivähoitokeskustelussa paljon huomiota saanut pedagogiikan ja siihen liittyvän ammatillisuuden esiin nostaminen eivät saa Sinkkoselta tukea. Lapsen varhaisia vuosia ei tarvitse oppimisen kannalta erikseen hyödyntää, vaan pienten lasten kohdalla kyse on ennen muuta hoivaamisesta, vuorovaikutuksesta, leikistä ja huolenpidosta. Kognitiivisempia tai opettavaisempia sisältöjä voidaan Sinkkosen mukaan tuoda hoivan rinnalle pikku hiljaa viisi-kuusivuotiaille.

– Näen valtavan paljon tärkeämpänä lapsen emotionaalisen tasapainon kuin että häntä hyvin varhain harjaannutetaan johonkin suorituksiin. Se on aivan sivuseikka.

Samasta syystä ammattikasvattajien ja vanhempien on hyvä osata nähdä jokainen lapsi yksilöllisine piirteineen. Täytetyt ikävuodet eivät tarkoita automaattisesti samaa psyykkistä tai sosiaalista valmiustasoa. Samassa sisarusarjassa saattaa olla yksi rämäpäisempi ja toinen pelokkaampi.

Lapsen turvallisuudentunteen kannalta oleellista on, että aikuinen on hänen käytettävissään, saatavilla silloin, kun hän aikuista tarvitsee ja osaa jättää hänet rauhaan, kun lapsi tarvitsee tilaa omalle leikilleen ja touhulle. Asian ydin lapsen kannalta on se, kokeeko hän jäävänsä yksin tai ettei hänellä ole psyykkisesti pääsyä aikuisen luokse tämän huomion kiinnityksessä muualle.

– Näkemyseni on, että jos lapsi tuntuu koko ajan hakevan huomiota, voisi miettiä, olisiko hänellä siihen jokin syy. Lapselta voi kysyä, mitä hänelle kuuluu tai miltä jokin tilanne hänestä tuntui. Sehän on lapsesta autuaallista, että joku on kiinnostunut siitä, miltä hänestä tuntuu. Tällainen mikrointerventio voisi tukea monta arkaa lasta. ■



Suomi jumissa, Eurooppa vesiliirrossa

KUKA SEN TEKI?

TEKSTI ANTTI VANAS KUVITUS SALLA PYYKÖLÄ

Yhtenäinen Eurooppa peruutettu: Rajoja suljetaan, naapureita mollataan ja omaa valuuttaa vaaditaan takaisin. Sosiologi Wolfgang Streeckin mukaan kriisi johtuu pohjimmiltaan siitä, että pääoma on irtisanonut sopimuksensa demokratian kanssa.

Venäjä uhkaa, Lähi-itä on tulella, pakolaiskriisi jatkuu, euromaiden velkakriisi venyy. Jyrkkä nationalismi nousee Ranskassa, Puolassa, Unkarissa, Ruotsissa, Tanskassa ja koko Euroopassa. USA:n presidentinvaalien alkutaivalta hallitsee outoja puheleva, Ville Vallattoman ja Frankensteinin hirviön hybridiltä vaikuttava mieshenkilö.

Kiinan velan varaan rakennetun jättitalouden romahdus on monien asiantuntijoiden mielestä vain ajan kysymys, ja kun niin käy, mukana sukeltaa koko maailmantalous. Suomessa työttömien määrä kasvaa ja työllisyysaste laskee, vaikka tilanteen pitäisi välttämättä muuttua juuri päinvastaiseen suuntaan.

Velkakriisin katkeroittamien maiden pilapiirtäjien ”pilat” ovat muuttuneet yhtä matalaotsaisiksi ja synkiksi kuin maailmansotien vuosina. Kreikkalaisten piirtäjien mielialheisiin kuuluu Saksan liittokansleri Angela Merkel hakaristillä somistettuna tai päässään preussilainen piikkikypärä, jonka piikkiin on seivästetty nälkiintynyt kreikkalainen. Jopas naurattaa.

Sotaa ei Euroopassa Ukrainaa lukuun ottamatta onneksi käydä, mutta politiikkojen puheissa sekin mahdollisuus jo vilahtelee. Ranskan pääministeri Manuel Valls varoitti jouluukuussa, että äärioikeistolaisen Kansallisen rintaman voitto aluevaaleissa voisi ajaa Ranskan sisällissotaan.

Varotus auttoi: Ranskan perinteiset oikeisto- ja vasemmistopuolueet löivät tilapäisesti kättä ja taktikoivat yksissä tuumin Marine le Penin johtaman äärioikeiston ulos vaalien toisella kierroksella.

Kuvio on tuttu Ruotsista, jossa äärioikeistolaisen ruotsidemokraattien ulospeluusta on tullut kansallisen politiikanteon johtoaihe. Pää tulee kuitenkin vetävän käteen viimeistään siinä vaiheessa, kun ruotsalaiset äänestävät ikiomat ”demokraattinsa” maan suurimmaksi puolueeksi. Siihen suuntaan ollaan valitettavasti hyvää vauhtia menossa.

KRIISEJÄ SARJASSA

Ihmismielellä taipumus yleistää: kun uhkia on ilmassa tavalista enemmän, mielen valtaa yleinen vaaran tunne, ja pelon aiheita aletaan nähdä silläkin missä niitä ei ole. Nykyisen pelon ilmapiiirin selittämiseen ei tarvita psykologiaa. Utusten kertomat faktat ovat oikeasti pelottavia.

Wolfgang Streeckin mukaan läntisten demokratioiden päättäjät eivät ole näyttäneet näin neuvottomilta koskaan sitten toisen maailmansodan. Päätöksenteon rauhallisilta vaikuttavien kulissien takaa tutkija aistii silkkaa paniikkia. Vaikeutella on tuttu kaikille Suomen hallituksen viimeaikaisia edesottamuksia seuranneille.

Streeck on saksalainen sosiologi, poliittinen taloustieteilijä ja Max Planck -instituutin eläkkeelle jäänyt yhteiskuntatutkimuksen johtaja.

Kapitalististen demokratioiden kriisi oli nyt kestänyt suunnilleen kahdeksan vuotta. Kukaan ei tiedä, mitä seuraavaksi tapahtuu: kriisien aiheet vaihtelevat kuukausittain, joskus jopa viikoittain.

Mikään ei tunnu koskaan ratkeavan, vaan kaikki aiheet palaavat jossain vaiheessa takaisin. ►



EUROVALTIOIDEN VAARALLISEKSI YLTYNYT ERIPURA JOHTUU STREECKIN MUKAAN MARKKINAVALLAN KASVUSTA.

”Tekeepä politiikka mitä tahansa yhden ongelman ratkaisemiseksi, ratkaisu aiheuttaa ennemmin tai myöhemmin uuden ongelman. Se, mikä lopettaa yhden kriisin, pahentaa toista”, toteaa Streeck vastikään suomeksi ilmestyneessä kirjassaan.

VELKAVALTIO ON VELKOJEN ARMOILLA

Eurovaltioiden vaaralliseksi yltynyt eripura johtuu Streeckin mukaan markkinavallan kasvusta. Eurooppaa luottoluokittavat markkina-asiantuntijat peluuttavat euromaita toisiaan vastaan ”tapelkaa pojat, saatte tupakkia” -periaatteella. Ja pojathan tappelevat.

Kansakuntien keskinäisen syytelyn taakse hautautuu se markkinoiden kannalta kiusallinen tosiasia, että Kreikkaa pelastettaessa pelastettiin itse asiassa Kreikkaa luottottaneet pankit – siis yksityiset yritykset, joiden olisi markkinatalouden pyhimpien sääntöjen mukaan kuulunut kantaa itse ne riskit, jotka ne itse olivat päättäneet ottaa.

Poliittisen kriisin syitä voi hakea vuoden 2008 pankkikriisistä, jonka jälkiä valtiot edelleen yrittävät raivata. USA:n asuntoluotoista alkaneen hurjumhein jäljiltä julkinen ja yksityinen raha ovat Streeckin mukaan sekoittuneet toisiinsa siinä määrin, että on mahdotonta sanoa, onko pankit valtiolistettu vai valtio yksityistetty.

Kriisin perimmäinen syy ei ole kuitenkaan Wall Street tai pankkiriisi vaan se tosiasia, että poliitikot eivät pysty enää kriisiä lykkäämään. Ostettu aika loppuu, kirjoittaa Streeck.

Sodanjälkeinen, 2000-luvulle ulotunut talouden kasvukausi ja keskiluokan vaurastuminen perustuivat valtion, työnantajien ja ammattiyhdistysliikkeen linnarauhaan. Kun talouskasvu alkoi 1970-luvun alussa hiipua, lisääntyi ostettiin devalvaatiolla ja sen seuralaisella inflaatiolla. Inflaatio söi lainat ja devalvaatio piti voitot koh-

tuullisina, viennin vetävänä ja työllisyyden korkeana. Investoinnit tuottivat vaurautta kaikille.

1980- ja viimeistään 90-luvulla lisääntyi ostettiin devalvaation sijaan velaksi. Yhteisvaluutta euro laski korot ja teki devalvoinnin mahdolliseksi. Hyvinvointia alettiin rahoittaa yhä enemmän yksityisellä velkarahalla.

Velkavaltiossa yhteiskunnan toimintaa pitää Streeckin mukaan jatkuvasti ”vakauttaa” rahamarkkinoiden mieliksi. Käytännössä se tarkoittaa leikkauspolitiikkaa ja rikkaiden verotuksen keventämistä.

Lisääntyi ostettiin sellaiselle kapitalismille, joka suostuu yhteispeliin demokratian kanssa. Nyt kun kauppoihin ei ole enää varaa, kapitalismi paljastaa todet kasvonsa, eikä näky ole kaunis. Demokratia ja pääoma ottavat yhteen, eikä Streeck usko demokratian voittoon.

TALOUS JÄTTÄÄ DEMOKRATIAN

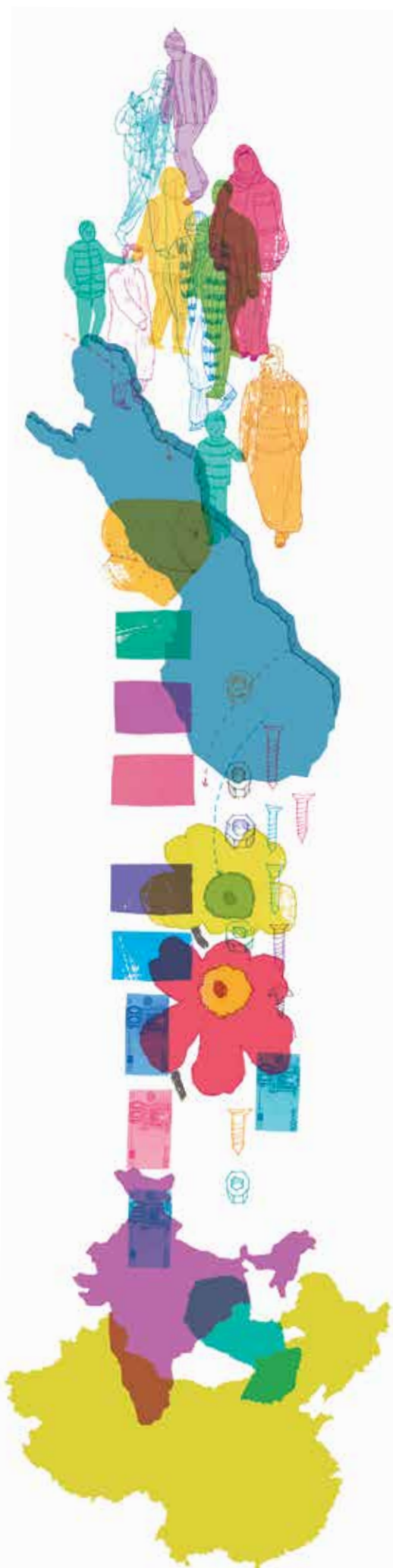
Uusliberalismi rakentaa palomuuria demokratian ja talouden väliin, väittää Streeck.

Tässä ollaan jo pitkällä: talouspolitiikka onkin siirtynyt yhä enemmän ”riippumattomien asiantuntijoiden” ja demokratian tuolla puolen huseeraavien keskuspankkien asiaksi.

Jos eduskunta tai ay-liike potkii yli aisan esimerkiksi vastustamalla hyvinvointipalvelujen karsimista tai palkkojen alentamista, markkinoilla on velkavaltion aikakaudella aina mahdollisuus palauttaa järjestys ”menettämällä luottamuksensa”, tai sillä uhkaamalla.

Luottamuksen menetys tarkoittaa luottoluokituksen alentamista ja siitä seuraavaa valtionlainojen kallistumista. Tehtaat voidaan siirtää Kiinaan tai Etelä-Amerikkaan. Seurauksena on työttömyyden kasvu ja jälleen yksi oppitunti kansanvallan ja ay-toiminnan uusista rajoista.

Juha Sipilän hallituksen linjaukset ovat hyvin lähellä tilannetta, jota Streeck



kuvaa. Pääoma tekee lähtöä sopimuspöydästä ja sen tavoitteista: täystyöllisyydestä, sosiaalisesta tasa-arvosta ja demokraattisesta päätöksenteosta.

Velkaantuivatko valtiot liian demokratian vuoksi? Onko menojen kasvu kyltymättömien äänestäjäjoukkojen vaatimusten syytä?

Päinvastoin, selittää Streeck. Velkaantuminen on kasvanut uusliberalismin edetessä. Samaan aikaan demokraattinen osallistuminen on hiipunut kaikkialla länsimaissa; äänestysprosentit ovat laskeneet etenkin vähäosaisimpien keskuudessa. Valtioiden ylivelkaantuminen näyttää siis johtuvan pikem-

minkin liiasta markkinavallasta kuin liiasta demokratiasta.

Engelman ytimessä eivät Streeckin mukaan ole valtioiden liian suuret hyvinvointimenot vaan liian pienet tulot. Talouden nopea kansainvälistyminen on avannut suurille yrityksille aiemmin aavistamattomia mahdollisuuksia siirtää verovelvollisuutensa kevyemmän verotuksen maihin. Tämä on pakottanut valtiot varotuloja syövään keskinäiseen verokilpailuun. ■

LÄHDE: WOLFGANG STREECK: OSTETTUA AIKAA – DEMOKRAATTISEN KAPITALISMIN LYKÄTTY KRIISI. VASTAPAINO 2015.



Takaisin Niskavuoreen

Mikä Eurooppaa tätä nykyä vaivaa, ja miten vaiva parannetaan? Taudin nimi on uusliberalismi, ja ainoa lääke sitä vastaan on paluu omiin valuuttoihin ja siitä seuraava mahdollisuus devalvaatioon, väittää Wolfgang Streeck.

Jollei taloudellista päätösvaltaa palauteta valtioille, uusliberaali turbokapitalismi survoo alleen Akropolisin temppelit, Toscanan viinitilat, ruotsalaisen hapansilakkakulttuurin ja lukemattomissa harmaasävyissä loistavan suomalaisen elämäntavan – eli koko sen ihanan moninaisuuden, josta Eurooppa vielä tällä hetkellä tunnetaan.

Euroalueen tila on juuri nyt niin surkea, että Streeckin vaatimukset oman valuutan ja kansallisen päätösvallan palauttamisesta on helppo ymmärtää. Vastapainoksi sopii kuitenkin kysyä, onko se oikeasti mahdollista, ja hellittäisikö markkinavaltia sittenkään. Ja jos hellittäisikin, niin muuttuisiko Suomi samalla Pohjolan Pohjois-Koreaksi?

Streeck myöntää, että pienet, itsenäiset valuat joutuisivat heti synnyttyään valuuttakeinottelijoiden hyökkäysten kohteeksi. Niin kävi 1990-luvun alun markallekin. Tämän estämiseksi pitäisi palauttaa valuutan tuonti- ja vientirajoitukset, mikä merkitsisi paluuta 1970-luvulle – ja pääomavirroista siivuun jäämisen vuoksi luultavasti vielä paljon kauemmas, aina Niskavuori-elokuvien agraari-Suomeen saakka.

Streeckin puolustukseksi sanottakoon, ettei hän pidä itsekkään pelastusmalliaan kovin realistisena.

Kannattaa panna merkkeille sekin, että äärimmäisessä köyhyydessä elävien ihmisten määrä on 1990-luvulta alusta puolittunut, ja suurin osa muutoksesta johtuu olojen paranemisesta kapitalismin vaurastuttamassa Kiinassa. Väärin sammu-tettu, jos asiaa ajattelee globaalin kapitalismin ankarana kriittikkona tunnetun Streeckin lähtökohdista.

Eivätkä talouden mannerlaattojen liikahdukset sitä paitsi ole ennekään kuuluneet kansanvallan piiriin. Vuosina 1960–70 Suomen maataloudesta katosi 300 000 työpaikkaa. Perheenjäsenet mukaan lukien muutos koski yli puolta miljoonaa suomalaista – eikä siitä taatusti päätetty eduskunnan puhemiehen nuijankopautuksella.

Kummallisinta Streeckin kirjassa on se, että Kiina ja muut viime vuosikymmeninä suuriksi paisuneet Aasian talousmahdit loistavat poissaolollaan. Valtava työn ja pääoman virta Kiinaan ja talouden globalisoituminen yleensäkin näyttävät olevan vasemmistolaiselle yhteiskuntatieteilijälle pelkkiä uusliberalistisen salajuonen haarautumia. Tietotekniikan mahdollisuudet demokratian edistäjänä tai sen tuhoajana jäivät niin ikään vaille ansaitsemaansa käsittelyä.

ANTTI VANAS



TEATTERITYÖSKENTELY TEKEE HOITOSUHTEESTA TASA-ARVOISEN

TEKSTI HENRIKKA HAKKALA KUVAT ISTOCKPHOTO

Teatteri tuli ja jätti pysyvän jäljen ryhmäkoti Ruusuun Töölön monipuolisessa palvelukeskuksessa. Kun muistisairaat asukkaat näkivät juuri kertomansa havainnon tai tarinan herävän henkiin näyttelijöiden kautta, syntyi kaikille osallisille tavallisen arjen ylittävä kokemus.

Helsinkiläinen Teatteri Takomo on vienyt esitystaiteen yleisönsä luo kolmivuotisessa vanhustyön hankkeessa, joka päättyi vuoden 2015 lopussa. Teatterikerhot, esitykset ja niihin liittyneet henkilökunnan vuorovaikutuskoulutukset järjestettiin hankkeen yhteistyökumppaniksi lähteneen Töölön monipuolisen palvelukeskuksen tiloissa. Erityisesti työtä tehtiin muistisairaiden ryhmäkoti Ruusun asukkaiden ja henkilökunnan kanssa. Hanketta rahoitti Helsingin kulttuurikeskus.

– Tärkeää oli mahdollistaa tekijöille pitkäjänteinen työskentely vanhustyön arjessa. Vain niin voidaan saada selville, mitkä ovat teatteritaiteen ja teatterilähtöisten menetelmien mahdollisuudet vanhustyön arjessa niin ikäihmisten, vanhustyön ammattilaisten kuin taiteen ammattilaisten näkökulmasta, kertoo Helsingin sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen yhteinen kulttuurisuunnittelija Jenni Räsänen. Hän on seurannut hanketta läheltä paitsi rahoittajan edustajana myös kulttuurisen vanhustyön asiantuntijana.

Yhteistyön eri vaiheet, suunnitelmat ja käytetyt menetelmät ja harjoitteet dokumentoitiin tarkoin. Karttuneen aineiston pohjalta on vastikään valmistunut käsikirja *Tohveleissa teatteriin*, joka on 11. tammikuuta alkaen vapaasti saatavilla Teatteri Takomon verkkosivuilla. Käsikirjan toimittanut dramaturgi, näytelmäkirjailija Salla Viikka uskoo hankkeen kokemusten voivan tarjota vertaistukea niin erilaisille kulttuurin tekijöille kuin hoivayksiköille, jotka etsivät tapoja rikastaa asukkaidensa ja henkilökunnan arkea:

– Kaikki oppimamme on ajateltu laajaan käyttöön. Käsi-

kirjasta voisivat hyötyä vanhustyöstä kiinnostuneet kulttuuri-alan ammattilaiset ja esimerkiksi yksiköissä työskentelevät sosiaali- ja kulttuurirohjaajat. Meidän kokemuksistamme voisi soveltaa omassa työskentelyssään niitä osia, jotka katsoo parhaaksi. Mahtavaa olisi, jos myös hoitajat löytäisivät oppaan.

HUUMORI HELPOTTAÄ HEITTÄYTYMISTÄ

Teatteriryhmän työskentely perustui vahvaan vuorovaikutukseen ja sekä ryhmäkoti Ruusun asukkaiden että henkilökunnan aktiiviseen osallistamiseen. Vierailujen toistuvuuden ansiosta teatterin työryhmä ja Ruusun hoitajat, sosiaaliohjaajat ja asukkaat tulivat toisilleen tutuiksi. Työryhmä saattoi keilla ja löytää toimivat työskentelytavat ja luopua siitä, mikä ei toiminut yhtä hyvin.

– Oli todella hyvä, että meillä oli mahdollisuus myös vaihtaa suuntaa. Saimme aikaan todella paljon, enemmän kuin osasimme edes toivoa, toteaa Takomon projektikoordinaattori, näyttelijä Susanna Mikkonen.

Esimerkiksi alussa mukana olleet runot jäivät myöhemmin pois, mutta musiikkia ja laulua käytettiin monipuolisesti osana teatterityöpajojen ja esitysten harjoitteita, pelejä ja leikkejä. Muistisairaiden estoton heittäytyminen leikkiin, kosketeltavien tavaroiden herättäminen muistoihin tai lyhyiden laulupätkien mieleen nostaneisiin sävelmiin laski myös hoitajien kynnystä osallistua. Noloudesta ja pönötyksestä pyrittiin kaikessa eroon.

Mikkonen korostaa juuri lämpimän huumorin, naurun ja leikillisyyden merkitystä osallistumiskynnyksen madaltajana. Kaikilla on tarvittavat kyvyt, jos löytyy halua ja riskinotto tehdään turvallisesti.

– Tekemisessä oli mukana iloinen leikkittely, mielikuvittelu ja positiivisuus. Emme esittäneet luovamme suurta taide-teosta, vaikka syntyneet hetket olivat kyllä sitäkin. Minusta teatteria parhaimmillaan on se, että se millä sitä luodaan, on meissä itsessämme. Teatterihan on hetken taidetta. Ja sitä tämä on todella ollut. ►



TEATTERIN VÄLITYKSELLÄ TUTUIKSI

Teatterikerhujen ja yhteisten esitysten luominen eri tavoin muistisairaiden asukkaiden kanssa vaati perehtymistä yksilöisiin eroihin. Se, mikä toimi yhden asukkaan kanssa, ei herättänyt toisessa näkyvää reaktiota.

– Pidimme aina kerhujen jälkeen loppupalaverin, jossa työryhmäläiset kertoivat, kenen kanssa olivat jutelleet ja mikä siinä onnistui. Niin me kaikki saimme sen tiedon ja seuraavalla kerralla joku toinen työryhmäläinen saattoi kokeilla jotakin vastaavaa jonkun toisen asukkaan kanssa, Salla Viikka kertoo.

Muistisairaiden kanssa työskentelystä teki yhtä aikaa antoisaa ja ammattiesiintyjälle poikkeuksellista se, että palaute on suora ja sensuroimaton. Se saattoi olla yhtä hyvin vastaanottavainen hymy kuin sekin, että asukas ilmoitti, ettei jaksaa kävelä pois tilasta vain tullakseen kohta oma-aloitteisesti takaisin. Hoitajien näkemys siitä, mikä sai aikaan levottomuutta tai rauhallisuutta, oli myös arvokas tieto.

– Suurin osa palautteesta oli positiivista, mutta joku saattoi myös nukahtaa kesken kaiken. Se on aina esiintyjälle jännittävää, että yleisö nukahtaa, Susanna Mikkonen nauraa.

Draaman keinovalikoiman hallitseva ammattilainen voi houkutellessa hoitajien ja asukkaiden kohtaamisissa esiin sellaista, joka arjessa jää piiloon. Teatterikerhoon osallistuneelle henkilökunnalle järjestettiin vuorovaikutuskoulutusta, jolla heidät jo ennakolta perehdyttiin harjoitteisiin, joita tul-taisiin käyttämään.

Hankkeen tärkeä tuote on paitsi asukkaiden hyvinvoinnin ja toimintakyvyn tukeminen, myös se, että niin ryhmäkodin asukkaat kuin työntekijät oppivat toisistaan uusia asioita. Tarinoiden ja muistojen vapaaehtoinen ja paineeton jakaminen lisää tärkeää tasa-arvoa hoitosuhteen osapuolten välille ja voi luoda myös elämänlaatua nostavaa yhteyttä asukkaiden välille. Kommunikaatiolle avautuu uusia väyliä.

KAIKILLA ON TARVITTAVAT KYVYT, JOS LÖYTYY HALUA JA RISKINOTTO TEHDÄÄN TURVALLISEKSI.

– Onkin tärkeää, että vanhustyön ammattilaisille annetaan mahdollisuus sisällyttää luovia menetelmiä oman työhönsä arkeen. Takomon hankkeessa tärkeässä osassa onkin ollut henkilöstön täydennyskoulutus. Se on todella hieno asia, kulttuurisuunnittelija Jenni Räsänen korostaa.

HETKEN TAIDETTA

Tärkeitä tekijöitä työpajamuotoisen työskentelyn onnistumisessa on se, että käytössä on tila, jossa leikkiin antautuminen ja spontaani reagointi on turvallista. Aineistoa esitettäväksi kerättiin tarinateatterin vuorovaikutuksellisen menetelmän avulla. Siinä yleisö kertoo, mitä haluaa tai kokee voivansa jakaa, ja näyttelijät luovat kerrotusta pienen esityksen.

– Se voi olla niinkin yksinkertaista, kuin että näyttelijät asettuvat eri asentoihin kuvaamaan päivän säätilaa. Toisaalta tarinateatterilla voidaan kuvata vaikka asukkaan kosketettava tarina sotavuosien ajalta. Tarinateatteri taipuu sekä pienten havaintojen että monimutkaisten kertomusten kuvaamiseen. Siksi se sopii hyvin kaikenlaisten ihmisten, myös muistisairaiden, kanssa työskentelyyn, Salla Viikka selittää.

Muistisairaille vanhuksille monipolvinen tarina ei välttämättä enää avaudu juonen tasolla, mutta tunteen ja elämyksen tasolla he voivat edelleen nauttia teatterista. Reaktioiden seuraaminen oli vaikuttavaa myös ammattinäyttelijöille. Su-

sanna Mikkoselle keskeistä oli kohtaaminen, kurkistaminen jo elettyyn ja koettuun.

– Kun teatteria tuodaan yleisön luo, se pitää jakaa heidän kanssaan. Kaikki hankkeeseen osallistuneet näyttelijät ovat kokeneet saaneensa paljon enemmän kuin ovat itse antaneet.

Takomon teatterikerhoissa noin kymmenen asukkaan kanssa työskenteli kolmesta neljään näyttelijää, ohjaaja, tarpeen mukaan visualisteja sekä Salla Viikka ja Susanna Mikkonen. Kun mukaan lasketaan vielä työpajoihin osallistunut henkilöstö ja välillä muistisairaiden omaisia, tilassa oli yhdessä noin parinkymmenen ihmisen joukko. Tässä kokoonpanossa tunnelma nousi korkealle ja kaikille asukkailla riitti teatterikerhon aikana keskustelukumppaneita. Yhteinen taide ja vuorovaikutteisuus toteutuvat kuitenkin parhaiten, kun ryhmää ei kasvateta liian isoksi, sillä silloin henkilökohtaisen kohtaamisen mahdollisuus katoaa.

– Jonkin verran tietysti oli vaihtuvuutta siinä, kuka asukkaista tai henkilökunnasta pääsi paikalle. Meistä tuntui erityisen tärkeältä, että henkilökunta oli mukana tekemässä tätä työtä. Koska me lähdemme pois, mutta he jäävät. Asukkaatkin vaihtuvat ennen pitkää, mutta hoitajat ovat juuri heitä, joiden osallistumismahdollisuuksiin kannattaisi panostaa, Susanna Mikkonen toteaa.

KOKEMUS JÄI HIRSIEN VÄLIIN

Töölön monipuolisen palvelukeskuksen johtaja Marja Nurmi-Köngäs nimeää vaivatta ilahduttavimman asian yhteistyössä teatteri Takomon kanssa:

– Saimme tänne teatterin, jossa tekijänä ovat meidän asukkaamme. Heidän muistonsa ja kokemuksensa ovat mukana. Se oli minusta aivan käänteentekevää.

Yhteistyöstä syntynyt asennemuutos on jäänyt ryhmäkoiti Ruusun hirsien väliin. Ruusussa tuntuu yhä tapahtuvan enemmän kuin palvelukeskuksen muissa yksiköissä. Viihtymiseen ja yhteiseen luomiseen liittyvä hanke toimii työntekijöitä sitouttavana voimana.

– On syntynyt kokemus siitä, että emme ole täällä hirveän tylsässä hoitopaikassa töissä, vaan tämäkin voi olla kaikenlaista yli rajojen.

Aiempaa rohkeampi ja kokeilevampi asenne on siirtynyt onnistuneesti myös Ruusun uusiin työntekijöihin. Se tarkoittaa sitä, ettei ole tarkoitus vain selvittää tästä päivästä, vaan tehdä siitä mukava.

Osallistuminen uudelleenlaiseen kokeiluun vaatii avointa mieltä ja rohkeutta olla sanomatta heti ei. Siitäkin on apua, jos kunnan tai kaupungin sosiaali- ja terveysvirasto suhtautuu yksiköiden kehittämisajatuksiin kannustavasti.

– Meillä tämä yhteistyö tuki vahvasti sitä käännöstä, että hoitajille syntyi asenne, että nautimme asioista ihan viimeiseen asti. Lopultahan meidän tehtävämme on tehdä asukkaidemme viimeisistä vuosista elämänmakuista elämää.

Mitään hanketta ei silti tehdä hankkeen itsensä vuoksi, vaan asukkaita ja heidän hyötyään korostaen. Nurmi-Köngäs kokee, että Ruusussa on onnistuttu juurruttamaan paljon hyvää. Teatterin lähtö ja hankkeen päättymisen saavat hänet siksi hiukan haikeaksi. ■





Musiikki on ihmisen ensimmäinen ja viimeinen kieli. Vauva ymmärtää musiikkia erinomaisesti. Ikäihminen, joka ei ymmärrä enää puhetta, ymmärtää musiikkia. Musiikki on aivoille helpommin aistittavaa kuin puhekieli.

MUSIIKKIA LÄÄKKEEKSI MUISTISAIRAILLE

TEKSTI MINNA LYHTY KUVA INGIMAGE

Musiikin ja naurun pitäisi sisältyä aina hoitajan keinovalikoimaan.
Tätä mieltä on aivotutkija Minna Huotilainen.

– Jos muistisairas on peloissaan tai hän ei ymmärrä, mitä ollaan tekemässä, reipas musiikki tai hoitajan laulu voivat muuttaa tilanteen luonteen. Esimerkiksi jos vanhuksen pitäisi mennä suihkuun, vastustelu saattaa musiikin avulla loppua, aivotutkija Minna Huotilainen kertoo.

Huotilaisen mukaan musiikki on tehokas hoitokeino, jo-

ta voi käyttää fysiologisen tilan säätäjänä. Iloinen musiikki muuttaa ihmisen iloiseksi, rauhallinen musiikki rauhalliseksi.

– Tämä edellyttää sitä, että ihminen pitää musiikista. Jos se on hänelle epämiellyttävää tai vierasta, se ei vaikuta toivottavalla tavalla.

Aiemmissa tutkimuksissa huomattiin klassisen musiikin

KUKA TAHANSA, JOKA OSAA ALOITTA A LAULUN, KELPAA VETÄMÄÄN MUSIIKKIHETKEÄ. SÄESTÄJÄÄ EI VÄLTTÄMÄTTÄ TARVITA.

suotuisat vaikutukset. Nykytiedon valossa mikä tahansa musiikki vaikuttaa myönteisesti, kun se vain on mieluista.

Musiikkimaku on yksilöllinen. Vanhusten parissa työskentelevien hoitajien kannattaisi selvittää, mistä musiikista vanhus pitää. Hän saattaa osata itse kertoa mieltymyksistään tai asiaa voi kysyä sukulaisilta ja ystäviltä. Myös syntymävuoden perusteella voi arvailla, millainen musiikki on miellyttävää ja tuttua.

– Tutkimusten mukaan vaikuttavinta on 15–25-vuotiaana kuunneltu musiikkia. Jos vanhus on yli 90-vuotias, hänelle parasta olisivat 30–40-lukujen laulut. Valitettavasti niitä kuulee tänä päivänä harvoin. Yleisradiolle voisi heittää haasteen, että tuon ajan musiikkia olisi mukava kuulla enemmän radiosta.

PIRISTÄVÄT JA PARANTAVAT VAIKUTUKSET

Musiikki tukee vanhusta tunteiden, minäkuvan ja identiteetin käsittelyssä sekä auttaa käymään läpi aiempia kokemuksia ja muistoja. Musiikin harrastaminen ylläpitää itsetuntoa ja ehkäisee yksinäisyyttä. Vanhuusiän musiikkiharrastukset pienentävät riskiä sairastua muistisairauteen.

Musiikilla on aivotoimintaan parantava ja jopa korjaava vaikutus. Sen harrastaminen aktivoi aivoalueita ja niiden välisiä yhteyksiä. Se saa aikaan jopa muutoksia aivojen rakenteissa.

– Musiikki kehittää aivoalueita, jotka vastaavat kuulemisen tarkkaavaisuudesta ja muistista, eli juuri niitä alueita, jotka heikkenevät muistisairauden vuoksi. Siksi musiikki on tärkeää muistisairaalle, Huotilainen kertoo.

Musiikin kuuntelu tehostaa kognitiivista suoriutumista ja nostaa vireyttä. Musiikki parantaa muistisairaana kommunikointikykyä ja kykyä olla läsnä.

– Siksi musiikki kannattaa laittaa soimaan silloin, kun vanhuksen sukulaiset tai ystävät ovat tulossa vierailulle tai edessä on jokin tilaisuus tai tapahtuma.

Muistaakseni laulan -hankkeessa huomattiin, että muistisairaiden omaelämäkerrallinen muisti parani, kun he osallistuivat säännöllisesti musiikkihetkiin.

– Harjoittelua tehtiin pari kertaa viikossa. Joinakin kertoina laulettiin ja joinakin kuunneltiin musiikkia. Kun tuokiot olivat jatkuneet viikkoja, vanhuksille näytettiin sukulaisien ja tuttavien valokuvia. Vanhukset tunnistivat heidät aikaisempaa paremmin.

Musiikin kuunteleminen aktivoi aivojen liikealueita, joten se saa ihmiset liikkumaan: parhaimmillaan muistisairaat alkavat ottaa tanssiaskelia. Laulaminen itsessään on jo liikuntaa.

– Pyörätuolissa olevalle ihmiselle laulaminen on yksi parhaasta päästä oleva liikuntamuoto. Se kehittää hengityselimistöä ja motoriikkaa.

Aivohalvauspotilailla musiikin kuunteleminen on todettu tehokkaaksi kuntoutusmuodoksi. Päivittäisen mielimusii-

kin kuuntelu edistää kielellisen muistin toipumista, parantaa tarkkaavaisuutta ja ehkäisee masentuneisuutta ja sekavuutta. Musiikki tuo päivään myös sisältöä, jos aivohalvaus on vienyt puhe- ja liikuntakyvyn. Myös vuodepotilaille musiikin kuunteleminen tarjoaa mielekästä tekemistä.

MUSIIKKI ON PERUSOIKEUS

Huotilaisen mukaan musiikki kuuluu ihmisen perusoikeuksiin, joiden pitäisi toteutua myös hoivayksiköissä. Helpoin tapa tarjota musiikkia vanhuksille on laittaa levy tai radio soimaan yhteisissä tiloissa. Pitää olla kuitenkin tarkkana, mitä tarjoaa kuunneltavaksi.

– Jos laittaa nuorisoradiokanavan päälle, se saattaa saada aikaan levottomuutta. Nopeatempoinen, vieras musiikki ei ole suositeltavaa.

Huotilainen rohkaisee järjestämään musiikkituokioita vanhuksille, vaikka ei itse olisikaan soittaja tai kymppin laulaja. Hän harmittelee sitä, että Suomessa on vallalla ajatus, että tuokioita voi vetää vain koulutuksen saanut tai erityisen lahjakas ihminen.

– Tärkeintä ei ole nuotilleen laulaminen tai oikea sävelkorkeus. Kuka tahansa, joka osaa aloittaa laulun, kelpaa vetämään musiikkihetkeä. Säestäjää ei välttämättä tarvita.

Musiikkituokioissa voi käyttää erilaisia soittimia, esimerkiksi rytmisoittimia osaavat soittaa kaikki.

– Niitä voi tehdä vaikkapa ketsuppipulloista, jonne laittaa kuivia herneitä sisään. Isoa budjettia tämä ei vaadi.

Jos vanhus osaa soittaa jotakin instrumenttia, se kannattaa ottaa mukaan hoivakotiin tai palvelutaloon.

– Vanhuksen ei kannata lannistua, vaikka soittaminen ei sujuisi niin kuin nuorena. Pitää armahtaa itseään, virheitä saatulla. Soittaminen on joka tapauksessa hyödyllistä.

Muistisairas saattaa osata laulujen sanat ulkoa, vaikka ei enää juurikaan puhuisi. Huotilaisen mukaan myös soittotaito saattaa säilyä pitkään muistisairaudesta huolimatta. Tämä koskee varsinkin soittimia, joita soitetaan yhdessä.

– Soittaja tempautuu muiden mukaan, vaikka ei muistaisi, mitä pitää tehdä. Sävelet saattavat löytyä itsestään. Se on riemastuttava kokemus ikäihmiselle itselleen. Haastavampia ovat soittimet, joita soitetaan yksin, kuten piano.

Huotilainen kannustaa hoitajia tekemään yhteistyötä paikallisten musiikkiopistojen kanssa. Musiikin harrastajia voi pyytää esiintymään vanhusten hoivakoteihin ja palvelutaloihin.

– Siitä hyötyvät kaikki. Vanhukset kuulevat musiikkia ja soittajat ja laulajat saavat esiintymiskokemusta. Ikäihmiset ovat kiitollinen yleisö. Heiltä saa aplodit, vaikka sattuisi pienenä kömmähdyksiä. Yleisöksi voi pyytää myös esiintyvien lasten vanhemmat. ■



TUTUSTU MUISTAAKSENI LAULAN -HANKKEESEEN

VANHUUDEN ARVOSTUKSESTA

Sirkka-Liisa Kivelä
yleislääketieteen ja geriatrian erikoislääkäri

TAIDE VANHUSTYÖSSÄ



Vierailin muistisairaiden ryhmäkodissa viime syksynä. Kahden pöydän ääressä istui kaksi hoitajan ja neljän vanhuksen ryhmää, jotka liimasivat puiden ruskalehtiä pahville. Minulle kerrottiin, että lehtien koristelemat pahvit peitetään lasilla ja kehystetään. Näin tehdään tauluja seinille. Ihastelin värikkäitä lehtiä ja niiden taiteellista ryhmittelyä. Kuulin, että ruskataiteen tekeminen on ollut jokasyksyinen harrastus tässä ryhmäkodissa kymmenen vuoden ajan. Syksyn taulut koristavat seiniä seuraavan talven, kevään ja kesän ajan. Edellisen syksyn kauneutta ihaillaan, kunnes uusi syksy koittaa. Seuraavan syksyn tultua kerätään uusia lehtiä, ja aikaisemmat taulut viedään pois.

Taidetoimintaa on toteutettu vanhusten palveluyksiköissä vuosikymmenten ajan. Vuosien varrella olen nähnyt savitöitä tekeviä tai tauluja maalaavia vanhuksia. Osa heistä on sairastanut muistisairautta. Olen katsonut taikinasta pyöreitä pikkupullia leipovia muistisairaita ja haistanut uunissa paistuvien pullien sekä keittimestä tippuvan kahvin tuoksut. Leipomista ja paistamista on pidetty "vain tavallisena toimintana", vaikka tämä kosketuksen, näön, hajun ja maun kautta aistittava yksilöllisten arjen taideteosten luominen ja niistä syömällä nauttiminen on mitä hienointa aistitaidepajatoimintaa.

Hanna-Liisa (Assi) Liikasen väitöskirja *Taide kohtaa elämän* herätti yhteiskunnallisen keskustelun taiteen ja kulttuurin merkityksestä ihmisten hyvinvoinnille. Se johti monen ministeriön yhteisen *Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia* -toimintaohjelman käynnistämiseen vuonna 2010. Tämän vuonna 2014 päättyneen ohjelman arviointiraportti osoittaa taide- ja kulttuurilähtöisen toiminnan lisääntyneen sosiaali- ja terveydenhuollossa. Raportissa korostetaan, että taide- ja kulttuuritoiminta on otettava huomioon sote-uudistuksessa. Vanhuspalveluissa toimivien on nyt huolehdittava tämän ehdotuksen toteutumisesta ja siitä, että se otetaan huomioon työntekijöiden määrässä. Kiire ei saa estää taide-toimintaa vanhustyössä.

Sukulaisensa hautajaisissa ollut ystäväni kertoi vainajan lasten esittäneen muistotilaisuudessa PowerPoint-esityksen isäänsä eri elämänvaiheissa kuvaavista valokuvista. Ystäväni huokaisi: "Miksi valokuviiin perustuvia elämänkertoja vanhoista ihmisistä ei tehdä jo heidän elämänsä aikana? Elämästään pystyy kertomaan valokuvien kautta, vaikka ei ole totunut kirjoittamalla ilmaisemaan itseään." Kerroin nähneeni valokuvista muodostettuja elämänkertoja, joskaan tämä taidetoiminta ei kokemukseni perusteella ole yleistä vanhustyössä.

Mieheni on nuoruudessaan voittanut Suomen mestaruuksia keskimatkojen juoksukilpailuissa. Hänen sairastuttuaan kokosimme muistojen taulun kilpailuiden lehtileikkeistä ja vanhoista, lakanakankaasta tehdyistä juoksuhausuista. Kuva-
taulu mieheni palkintokaapin viereisellä seinällä on auttanut häntä muistamaan voittojaan ja ylpeänä kertomaan nuoruutensa saavutuksista vieraillemme. Taidetoiminnan mahdollisuudet vanhustyössä ovat lähes rajattomat! ■



Ehdolle vallan ytimeen

Liittokokous- ja edustajistovaaleissa jokainen äänioikeutettu superilainen voi vaikuttaa suoraan vaalitulokseen. Asetu rohkeasti itse ehdokkaaksi tai aseta ehdolle kaverisi. Muista kertoa ehdokkuudesta muillekin esimerkiksi kokouksissa, toreilla, verkkosivuilla ja somessa.

Tämän vuoden maalís-huhtikuussa SuPerin äänioikeutetut jäsenet äänestävät osallistujat kesän liittokokoukseen, SuPerin korkeimpaan päättävään elimeen. Nämä noin 180 edustajaa puolestaan valitsevat liittokokouksessa SuPerille puheenjohtajan ja varapuheenjohtajan, vahvistavat liittohallituksen kokoonpanon ja päättävät lisäksi liiton toiminnan suunnasta seuraavien neljän vuoden ajaksi.

Onko jonkun superilaisen työkaverisi puheissa sellaista ytyä, että hänestä olisi päättäjäksi? Kannusta häntä ryhtymään ehdokkaaksi ja edustamaan myös sinua liittokokous- ja edustajistovaaleissa. Ehdokkaaksi voit asettaa myös toiseen ammattiosastoon kuuluvan kaverisi, kunhan ammattiosastonne kuuluvat samaan vaalipiiriin. Jos taas haluat itse ehdolle, pyydä reippaasti toista omaan vaalipiiriisi kuuluvaa äänioikeutettua superilaista asettamaan sinut ehdolle.

Kaikki liittokokousehdokkaat ovat samalla ehdolla myös 40-jäsenisen edustajiston jäseneksi. Edustajisto kokoontuu joka vuosi vähintään kahdesti, syksyllä ja keväällä. Edustajisto käyttää SuPerissa ylintä päätösvaltaa liittokokousten välisinä vuosina.

SIIVITÄ ITSESI VAALIMENESTYKSEEN

Liittokokous- ja edustajistovaaleissa paras tapa edistää omaa vaalimenestystä on solmia vaaliliitto useamman saman vaalipiirin ehdokkaan kanssa. Koska vaalit käydään suhteellisen vaalina, vaaliliiton jäsenet hyötyvät myös toistensa saamista äänistä. Vaaliliittoja voi samassa vaalipiirissä olla useita ja eh-

dokkaat voivat itse päättää, mihin vaaliliittoon haluavat kuulua.

Omaa tai kaverisi ehdokkuutta kannattaa myös mainostaa vaikkapa sosiaalisessa mediassa kuten Facebookissa. Lisäksi voit kysyä oman ammattiosastosi puheenjohtajalta mahdollisuudesta saada vaalimainoksesi oman ammattiosastosi verkkosivuille. Perinteinen työpaikan ilmoitustaulu tai taukotila kannattaa myös valjastaa vaalityöhön. Mahdollisuuksia on yhtä paljon kuin mielikuvitusta.

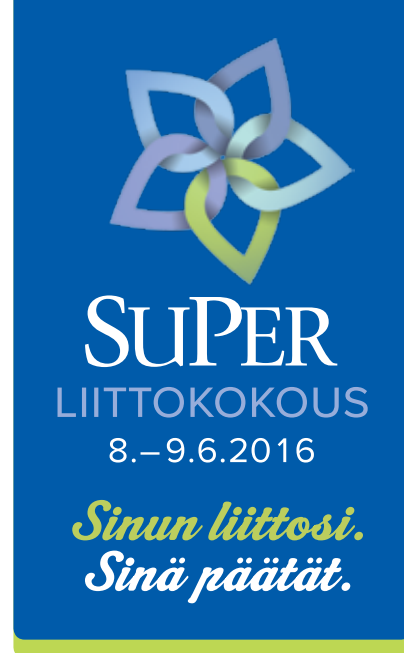
Liitto tarjoaa jokaiselle ehdokkaalle mahdollisuuden esittäytyä kuvan kanssa liiton verkkosivuilla. Ohjeet kuvien ja tietojen lähettämiseen lähetetään ehdokkaille helmikuun lopulla.

VAIVATTOMASTI EHDOKKAAKSI

Ehdokkaan asettaminen ja ehdokkaaksi asettuminen on helppoa. Ehdokkaan asettajan ja ehdokkaaksi asettuvan täytyy vain täyttää yhdessä lomake, jonka voi tulostaa SuPerin verkkosivujen vaaliosion materiaalipankista.

Sieltä löydät myös lomakkeen, jota tarvitaan, kun solmitaan vaaliliitto. Voit myös pyytää lomakkeita ammattiosastosi puheenjohtajalta. Täytetyt lomakkeet on postitettava liiton toimistoon viimeistään 12. helmikuuta. Täyttömalli löytyy *Joka jäsenen vaalioppaan* sivulta 7. Materiaalipankista löytyy lomakkeiden lisäksi lisätietoa suhteellisesta vaalista ja vaaliliittojen merkityksestä.

Tartu tilaisuuteen. Vallan avaimet ovat nyt käsissäsi. ■



12/15

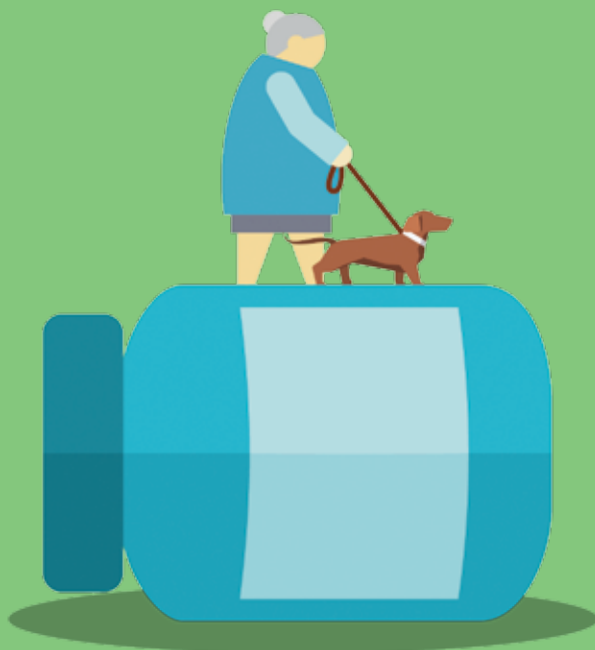
PÄIVITÄ JÄSENTIETOSI.

1/16

EHDOKKUUS LIITTOKOKOUSEDUSTAJIEN JA EDUSTAJISTON VAALISSA.

2/16

MUISTA VERKOSTOITUA! VIELÄ EHDIT EHDOLLE TAI VAALILIITTOON.



Ikääntymisen vaikutus lääkehoitoon

Suomessa iäkkäiden määrä kasvaa tulevana vuosina. Kahdenkymmenen seuraavan vuoden aikana iäkkäiden eli yli 75-vuotiaiden määrä kasvaa jo kaksinkertaiseksi. Ikääntyvät ihmiset voivat olla monisairaita ja heillä voi olla useita lääkkeitä käytössä. Tämä lisää terveydenhuollon painetta ikääntyvien hoidon laadun varmistamiseen sekä lääkitysten säännölliseen seurantaan ja arviointiin moniammatillisesti.

Elimistössä tapahtuu normaalissa vanhenemisessä muutoksia, jotka tulee huomioida lääkkeen käytön tarvetta ja tarpeenmukaisuutta arvioiessa. Iäkkäiden elimistössä tapahtuvat muutokset liittyvät lääkeaineiden jakautumiseen, metaboliaan ja erittymiseen.

Joidenkin lääkkeiden kuten raudan, kalsiumin ja B12-vitamiinin imeytyminen voi heikentyä. Mahalaukun tyhjennyksellä, suolen liikkeiden hidastumisella ja mahahappojen vähentymisellä on kuitenkin todettu olevan vähäinen merkitys. Syljen erityksen vähentyessä suussa sulavat valmisteet ja suun limakalvoilta imeytyvät lääkkeet voivat imeytyä hitaammin.

Vanhetessa kehon vesi-rasvatasapaino muuttuu siten, että rasvan osuus elimistössä lisääntyy ja veden osuus elimistössä pienenee. Tällöin rasvaliukoiset lääkkeet kertyvät elimistöön ja vesiliukoisten lääkkeiden yliannostusriski suurenee. Ikääntyessä myös munuaisten toiminta heikkenee ja lääkkeiden annokset tulee suhteuttaa munuaisten vajaatoiminnan tasoon. Fysiologisten muutosten vuoksi iäkkäiden lääkityk-

siä arvioitaessa tuleekin kiinnittää huomiota lääkkeiden annoksiin, yhteisvaikutuksiin, lääkkeiden käyttötarkoitukseen ja haittavaikutuksiin.

MITÄ LÄÄKKEITÄ TULISI VÄLTÄÄ?

ANTIKOLINERGISET LÄÄKKEET salpaavat parasympaattisen hermoston toimintaa. Ne aiheuttavat ikääntyneille kliinisesti merkittävämpiä haittavaikutuksia heidän keskushermostonsa haurauden, lisääntyneiden sairauksien ja elimistön vanhenemismuutosten takia. Antikolinergisiä lääkkeitä ovat muun muassa vanhemmat masennuslääkkeet, esimerkiksi amitriptyliini Triptyl®, virtsankarkailulääkkeet, esimerkiksi oksibutiniini Oxybutynin®, perinteiset psykoosilääkkeet, esimerkiksi levopromatsiini Levozin® ja väsyttävät antihistamiinit, esimerkiksi hydroksitsiini Atarax®. Ne aiheuttavat suun kuivumista, ummetusta, virtaamisvaivoja, kognitiohäiriöitä, huimausta, sekavuutta, glaukooman pahenemista, levottomuutta, kiihtyneisyyttä, lisäävät kaatumisriskiä ja vaikuttavat dementiaalääkkeiden tehoon.

PITKÄVAIKUTTEISET BENTSODIATSEPIINIT eli diatsepaami, esimerkiksi Diapam®, klooridiatsepoksidi Risolid® ja nitratsepaami Insomin® voivat kertyä elimistöön ja niiden poistuminen voi kestää jopa useita vuorokausia. Iäkkäille suositellaankin keski- ja lyhytvaikutteisia bentsodiatsepiineja, kuten Tenox® ja Oxamin®, jos hoito niitä vaatii.

TULEHDUSKIPULÄÄKKEISTÄ iäkkäillä tulisi välttää indometaasiinia, Indometin®, joka voi aiheuttaa keskushermostohaittoja muita tulehduskipulääkkeitä useammin. Naprokseeni Naprometin®, poistuu elimistöstä hyvin hitaasti. Turvallisempia-

TAULUKKO 1. LÄÄKEAINEET ON LUOKITELTU A-, B-, C- JA D-LUOKKAAN.

LUOKKA	LUOKAN KUVAUS
A (vihreä)	Sopii iäkkäille. Lääkeainetta voidaan käyttää kuten nuoremmillakin potilailla. Ikääntymismuutokset eivät aiheuta muutoksia lääkeannokseen tai ottotiheyteen eikä haittavaikutusprofiili poikkea nuoremmista.
B (harmaa)	Tutkimusnäyttö, käyttökokemus tai teho on vähäistä 75 vuotta täyttäneillä.
C (keltainen)	Soveltuu varauksin iäkkäille. Lääkeainetta voidaan käyttää iäkkäillä, mutta lääkeannosta joudutaan joko pienentämään tai ottotiheyttä harventamaan jo lievän tai kohtalaisen munuaistoiminnan heikkenemisen tai merkittävän haitta- tai yhteisvaikutusriskin seurauksena.
D (punainen)	Vältä käyttöä iäkkäillä. Käyttö on mahdollista erityistapauksissa tai kertaluonteisesti. Ikääntymismuutosten seurauksena iäkkäät altistuvat lääkeaineen haitallisille tai vaarallisille vaikutuksille. Haittavaikutusriski ylittää tavallisesti hoidosta saatavan kliinisen hyödyn.

TAULUKKO 2. ESIMERKKI LÄÄKITYKSEN TIETOKANNASTA SAATAVASTA TIEDOSTA.

LUOKKA	TIETOKANNAN KUVAUS
A Parasetamoli Para-tabs®	Sopii iäkkäille. Säännöllisessä käytössä korkeintaan 3 grammaa vuorokaudessa. Yliannos maksatoksinen. Huomioi veren- vuotoriski yhteiskäytössä varfariinin kanssa, kun parasetamoliansa säännöllisessä käytössä yli 2 grammaa vuorokaudes- sa. Yhteiskäyttö varfariinin kanssa mahdollista seuraamalla INR-arvoja. Huomioi itsehoito- ja yhdistelmävalmisteiden sisältämä parasetamoli.
B Mirabegroni Betmiga®	Tutkimusnäyttö, käyttökokemus tai teho vähäistä. Virtsatiepasmolyytti, jolla ei ole antikolinergisia sivuvaikutuksia. Käyt- tökokemus iäkkäillä kuitenkin vähäistä. Eliminaatio heikkenee munuaisten vajaatoiminnassa. Huomioi yhteisvaikutukset.
C Ibuprofeeni Burana®	Soveltuu varauksin iäkkäille. Vain lyhytaikaiseen käyttöön. Vältä käyttöä vaikeassa munuaisten vajaatoiminnassa. Huomioi lisääntynyt ruuansulatuskanavan vuotojen ja sydän- ja verisuonitapahtumien riski. Huomioi yhteisvaikutukset, etenkin verenhiyytymistä estävien valmisteiden kanssa. Huomioi, että tulehduskipulääkkeiden käyttö on yleistä itsehoidossa.
D Hydroksiitsiini Atarax®	Vältä käyttöä iäkkäillä. Antikolinerginen. Sedatiivinen. Pitkävaikutteinen ja väsyttävä epäselektiivinen antihistamiini. Älä käytä uni- tai rauhoittavana lääkkeenä. Pienennä annosta munuaisten vajaatoiminnassa. Merkittäviä haittavaikutuksia ovat suun kuivuminen, ummetus, huimaus, takykardia, virtsaamisvaikeudet, sekavuus ja muistihäiriöt. Heikentää Alzhei- merin taudin lääkkeiden tehoa.

kaan tulehduskipulääkkeitä ei suositella iäkkäille ensisijaisiksi kipulääkkeiksi.

SEROTONERGISIIN LÄÄKKEISIIN kuuluvat esimerkiksi uudet ja vanhat masennuslääkkeet, opiaatit sekä osa pahoinvointi- ja psykelääkkeistä. Näiden lääkkeiden päällekkäinen käyttö voi johtaa elimistön serotonergisen aktiivisuuden liialliseen lisääntymiseen ja aiheuttaa pahimmillaan henkeä uhkaavan serotoniinisyyndrooman. Sen oireita ovat hikoilu, vapina, ripuli, kuume, mielialan muutos, lihasjäykkyys, kouristukset ja koordinaatiohäiriöt.

PSYKELÄÄKKEET, esimerkiksi levomepromatsiini Levozin® ja muut keskushermostoon vaikuttavat lääkkeet eli opioidit, unilääkkeet ja masennuslääkkeet, voivat aiheuttaa iäkkäälle verenpaineen laskua, väsymystä, muistihäiriöitä ja kaatumis-herkkyyttä.

IÄKKÄIDEN LÄÄKITYKSEN TIETOKANTA

Fimean iäkkäiden lääkitystietokanta, osoitteesta www.fimea.fi löytyvä Lääke 75+ on työkalu lääkehoitojen soveltuvuuden arviointiin. Iäkkäiden lääkitystietokannan tarkoitus on auttaa erityisesti terveydenhuollon henkilöstöä arvioimaan lääkityksiä, lisäämään lääkitysturvallisuutta iäkkäillä sekä tukemaan päätöksentekoa lääkkeitä määrätessä. Tietokanta on suunniteltu ensisijaisesti terveydenhuollon ammattilaisten käyttöön.

Lääke on luokiteltu sopimattomaksi iäkkäille silloin, kun lääkkeen haittavaikutukset ovat suuremmat kuin sen hyödyt, lääkeaineen tehoa ei ole voitu osoittaa, haittavaikutukset ylittävät hyödyn tai lääkkeellä on lääkeyhteisvaikutusten vaara.

Lääkeaineet on luokiteltu A-, B-, C- ja D-luokkaan tutkimustiedon ja kliinisen asiantuntemuksen mukaan. Ne on

luokiteltu värikoodein, joita käytetään myös muissa lääkityksen arviointityökaluissa, esimerkiksi Terveysportin yhteisvaikutus- ja haittakuumatietokannassa Sfinx-Pharao.

Lääkehoidon arviointi on tärkeää aina uutta lääkettä aloitettaessa. Silloin tulee punnita lääkityksen hyödyt ja sen tuomat mahdolliset haitat. On tärkeää muistaa, että lääkitys on arvioitava yksilöllisesti ja iäkkäillä vältettävien lääkkeiden käyttö on huomioitava arvioinneissa. Monisairaat iäkkäät tarvitsevat lääkkeitä ja hyötyvät niistä sairauksien hoidossa, joten joskus iäkkäille sopimattomia lääkkeitä voidaan käyttää lyhyinä kuureina ja pienillä annoksilla, jos sairaudenhoito sitä vaatii. Jos turvallisempia vaihtoehtoja on olemassa, käytetään niitä. Lääkärin tehtävä on arvioida lääkitysten tarve ja niihin liittyvät riskit. ■

LÄHTEET:

AHONEN JOUNI; IÄKKÄIDEN LÄÄKEHOITO – VÄLTETTÄVÄT LÄÄKKEET JA YHTEISVAIKUTUKSET, ITÄ-SUOMEN YLIOPISTO 2011.

KIVELÄ SIRKKA, RÄIHÄ ISMO; IÄKKÄIDEN LÄÄKEHOITO, KAPSELI 35, EDITA 2007.

PITKÄLÄ K, HOSIA-RANDELL H, RAIVIO M, SAVIKKO N, STANDBERG T; VANHUUKSEN LÄÄKEHOIDON KARIKOITA, GERIATRIA, DUODECIM 2006; 122;1503-12.

ANNA KOSOLA

FARMASEUTTI

HOIVAKOTIFARMASIA RY



KYSY LÄÄKKEISTÄ

Mikä sinua askarruttaa lääkehoitoon liittyvissä asioissa? Lähetä kysymyksiä Elina Ottelalle sähköpostiin elina.ottela@superliitto.fi. Visaisimpia ongelmia käsittelemme myöhemmin lehdessä.

LÄHIHOITAJAN AMMATTITAITOA JUHLITAAN TAAS

Kansallista lähihoitajapäivää vietetään teemalla *SuPer-ammattilainen* jälleen 27. tammikuuta. Lähihoitajan rautaista ammattitaitoa juhlistavat tapahtumat jakautuvat koko viikolle ja kautta maan.

Oppilaitoksissa innostavat SuPer-Opot järjestävät lähihoitajaopiskelijoille ja opettajille mukavan tapahtumapäivän kisoineen ja visoineen.

Työpaikoilla aktiivit jakavat tietoa lähihoitajan monipuolisesta ja vankasta osaamisesta.

SUPER VAHVASSA KASVUSSA!

SuPer on kasvanut kovaa vauhtia koko viime syksyn. Siihen ovat vaikuttaneet niin hallituksen kaavailut kuin SuPerin vahvat kannanotot jäsentensä puolesta mediassa. Superilaiset itse ovat vahvoja jäsenyyden puolestapuhujia.

Tietoa viedään eteenpäin myös SuPerista, lähihoitajan omasta ammattiliitosta.

SuPer-aktiivien työkaverit voivat myös tulla yllätetyiksi pienellä lahjalla.

Kahdellatoista paikkakunnalla SuPer järjestää yhdessä ammattiosastojen kanssa paikallisen vaikuttamisen tapahtuma- ja verkostoitumispäivän, johon kuuluu paitsi työnantajatapauksia myös jäseniltoja työssäkäyville superilaisille sekä opiskelijoille.

Lähihoitajuudesta kannattaa olla ylpeä! ■

Suosittelemalla SuPeria vahvistumme yhdessä



Lähihoitaja Leila Miettinen toimii paitsi Kuopion kaupungin ammattiosaston sihteerinä, tiedotusvastaavana ja verkkosivujen ylläpitäjänä myös SuPerin yhdysjäsenenä ja oman työpaikkansa luottamusmiehenä.

Kaiken tämän ja arki-työnsä lisäksi Leila Miettinen on ahkera SuPerin suositelija. Puheenlahjoillaan hän on vakuuttanut ison joukon uusia jäseniä liittymään liittoon.

– Kaikkiaan uusi jäseniä on tullut varmaan reilusti toistakymmentä. Ihan jokaisen nimeä en ole muistanut ottaa edes ylös, joille olen SuPeria kehunut, Leila nauraa.

Puhumalla suosittelee käy parhaiten, sillä ihmiset vierastavat liian pönteä tuputtamista. Ammattiosastoaktiivina Miettinen saa suoria kyselyitä liitosta ja jäseneksi liittymisestä, mutta muutenkin asian voi ottaa vaivattomasti puheeksi erilaisissa tilanteissa.

– Minusta parasta on, että kysäisee ihan ohimennen. Kaiken luonnollisimmin se käy jonkin toisena asian yhteydessä. Esimerkiksi jos tulee puhetta työehdoista, saatan samalla kysyä, kuuluuko juttukaverini SuPeriin. Jos ei kuulu, tartun tilaisuuteen ja alan kehua SuPeria.

Liittouksen kuuluminen on Leilasta tärkeää, koska tämän päivän työpaikoilla on paljon epävarmuutta. SuPeria on onneksi helppo kehua, sillä liitto on luotettava.

Sekä nykyisen että edellisen puheenjohtajan mediaesiinty-

miset ovat lisäksi antaneet SuPerista hyvän kuvan, jota ei todellakaan tarvitse hävetä.

– Sen, mitä SuPer lupaa, se myös pitää. Itse noudatan samaa ammattiosaston sihteerinä. Jos joku jäsenistä kaipaa jotakin tietoa, etsin sen vaikka kiven alta. En koskaan jätä vastaamatta kysymyksiin.

Vinkkinä Leila Miettinen kehottaa pitämään jäseneksi liittymislomakkeita helposti saatavilla, vaikka omalla työpaikalla. Jos lomake ei olekaan oikeaan aikaan käsillä, voi tilaisuus kasvattaa superilaista joukkoa livahtaa sivu suun.

– Minulla on liittymislomakkeita aina työpaikalla. Yleensä annan sen tai yhdessä saatetaan täyttääkin. Lupaannesti vielä postittaaakin täytetyn lomakkeen, ettei se jää kotiin tai jonnekin kaappiin pyörimään. Jotkut sanovat, että monisivuista kaavaketta on hankala täyttää. Minä olen siinä tukena, kunnes lomake on postissa. ■

JÄSENHANKINNAN TEHOKUUKAUSI

Tammikuu on jäsenhankinnan tehokuukausi. Varsinkin rekrytointiviikko on viikolla neljä, jolloin vietetään myös SuPerin lanseeraamaa kansallista lähihoitajapäivää jo kahdeksatta kertaa. Tammikuun aikana suositteelijat saavat kolmenkymmenen euron arvoisen lahjakortin lisäksi kätevän monitoimikaulanauhan. Uusi jäsen saa upean liiton tuen ja mahtavien jäsenetujen lisäksi liittymislahjaksi näppärän monitoimikaulanauhan.



www.superliitto.fi



Ammattilainen

Liity jäseneksi



Opinto- päivät

SUPERIN AMMATILLISET

TAMPERE-TALO 16.-17.2.

Tiistai 16.2.2016

YHTEINEN OHJELMA

- 8.00–9.50 Ilmoittautuminen ja aamukahvi
9.50–10.05 Avaus / Silja Paavola, puheenjohtaja, SuPer
10.05–10.20 Työelämän muutos on mahdollisuus – STTK:n tervehdys / Antti Palola, puheenjohtaja
10.20–10.35 Tampereen kaupungin tervehdys Mikko Aaltonen, apulaispormestari
10.35–11.15 Sosiaali- ja terveydenhuollon tulevaisuuden näkymät terveysteknologian näkökulmasta Jari Viik, professori, TTY
11.15–11.30 La Carita -säätiö palkitsee vanhustyön innovaatiot Sirpa Salin, TtT, Sh, La Carita -säätiö

ERIITYVÄ OHJELMA 1:

ASIAKKAAN JA HOITAJAN KOHTAAMINEN

- 11.35–12.15 Asiakkaan kohtaaminen Kaj Palenius, kokemusasiantuntija
12.15–13.30 Lounas ja tutustuminen näyttelyyn
13.30–14.15 Aidolla asiakaslähtöisyydellä merkityksellistä työtä Anna Pykkänen, Valmennus Innospectrum
14.15–14.45 Kahvi
14.45–15.50 Ajantasainen hoitosuunnitelma elämän loppuvaiheessa: tarkoittaako ”ei elvytetä” vai ”ei hoideta” Urpo Hautala, ylilääkäri, Sastamalan seudun sosiaali- ja terveystoimi

ERIITYVÄ OHJELMA 2:

VAIKUTTAVAA POTILASTYÖTÄ AJANTASAISILLA TIEDOLLA

- 11.30–12.45 Lounas ja tutustuminen näyttelyyn
12.45–13.45 Lääkehoidon kokonaisarviointi / Terhi Toivo, proviisori, Helsingin yliopisto
13.45–14.30 Kivun kokonaisvaltainen hoito / Hanna Hävölä, sairaanhoitaja TtM, Pirkanmaan hoitokoti
14.30–15.00 Kahvi
15.00–15.50 Diabeettinen haava / Jaana Huhtanen, jalkojenhoitaja, Diabetesliitto

YHTEINEN OHJELMA

- 16.00–17.00 Kun asiakkaan käytös haastaa hoitajan ammatillisuuden Pekka Makkonen, erikoissuunnittelija, Evipro

Keskiviikko 17.2.2016

KAIKILLE YHTEINEN OHJELMA: VÄLINEITÄ TYÖHÖN

- 9.00–9.45 Ergonomia ja työterveys / Mika Nyberg, koulutussuunnittelija, Työterveyslaitos
9.45–11.00 Tietosuoja sosiaali- ja terveyspalveluissa Ari Andreasson, tietosuojavastaava, Tampereen kaupunki
11.00–12.00 Lounas ja tutustuminen näyttelyyn
12.00–13.00 Näyttöön perustuva toiminta / Hannele Siltanen, tutkija
13.00–13.30 Kahvi
13.30–14.15 Lähi- ja perushoitajien rooli moniammatillisessa ravitsemushoidossa / Ulla Siljamäki-Ojansuu, johtava ravitsemusterapeutti, Tays

- 14.15–15.30 *Opintopäivien päätteeksi*
Kehonkieli mukana hoitotyössä Lorenz Backman



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 ja ilmoita se ilmoittautumisesi yhteydessä meille.** Opiskelijoiden ja työttömien jäsenten tulee varautua esittämään alennukseen oikeuttava todistus.



Tänä vuonna Vuoden Välkky -palkinnon sai myös MTV:n Työntekijäyhdistys MTY Ry, joka palkittiin järjestämistään yt-café-tilaisuuksista. Yleisöäänestyksen voitti Ammattiliitto Pro:n kokoomayhdistys Napapiirin Pro ry. Kuvassa vasemmalta Napapiiri Pron edustajat Eija Clark ja Pirjo Linho. Keskellä STTK:n järjestöpäällikkö, TJS:n 2. puheenjohtaja Juska Kivioja. SuPerin ammattiosasto 406 edustivat Ulla Tanntu, Margit Jokinen ja Sari Yükselen.

Välkky-palkinto Lahteen

TEKSTI JA KUVA MINNA LYHTY

SuPerin ammattiosasto 406 tarjoaa jäsenilleen mahdollisuuden pysyä ajan tasalla, pitää yhteyttä ja saada vertaistukea verkkosivujen, sähköpostin ja sosiaalisen median kautta. Kollegiaalisuus on otettu vastaan suurella innostuksella.

SuPerin Lahden seudun yksityissektorin ammattiosasto 406 palkittiin TJS:n Vuoden Välkky -palkinnolla. Ammattiosasto on viimeisen vuoden aikana kehittänyt merkittävästi tiedottamista, jonka avulla jokainen jäsen on tavoitettu. Ammattiosastoon kuuluu noin 450 jäsentä, jotka työskentelevät kahden-toista kunnan alueella Päijät-Hämeessä.

Ammattiosaston puheenjohtaja Margit Jokinen kertoo, että vielä vuosi sitten kaikkien jäsenten tavoittaminen tuntui mahdottomalta.

– Kun aloitin puheenjohtajana ja lähetin jäsenille ensimmäisen ryhmäsähköpostiviestin, suuri osa viesteistä tuli takaisin, koska osoitteet eivät olleet ajan tasalla. Perustin tiedotusjaoston pohti-

maan, mitä asialle voisi tehdä. Halusin saada yhteyden ihmisiin, jotta tiedän, miten heillä menee.

Tiedotusjaosto selvitti jäsentensä sähköpostiosoitteet lähettämällä tekstiviestin tai kirjeen jäsenelle tai sähköpostiviestin työpaikalle. Kun sähköpostilista saatiin ajan tasalle, Jokinen alkoi lähettää kuukausittain postia kaikille jäsenille.

Jokinen ylläpitää verkkosivustoa ja

suljettua Facebook-sivustoa, jossa tiedotetaan ammattiosaston toiminnasta ja puhutaan yhteisistä asioista. Jäsenillä on mahdollisuus myös soittaa tai tavata ammattiosaston aktiivijäseniä kasvotusten, sillä ammattiosasto vuokrasi käyttöönsä tilan, jossa on päivystys säännöllisesti.

Tällä hetkellä jäseniä jaetaan heidän työpaikkansa mukaan jaostoihin, joita ovat päivähoito-, vanhus-, kotihoito-, terveys- sekä mielenterveys- ja päihdejaosto. Jokaisella jaostolla on oma sähköpostiryhmä, jonka kautta jäsenet voivat olla yhteydessä toisiinsa oman alansa ammattilaisiin.

Viestintäfoorumien kehittäminen on luonut yhteisöllisyyttä ja lisännyt rohkeutta ottaa yhteyttä ammattiosastoon. Tuloksena on muun muassa 72 uutta jäsentä, kuusi uutta luottamusmiestä ja seitsemän uutta yhdysjäsentä. ■

UUDEEN VÄLKKY -PALKINTO

Toimihenkilöjärjestöjen Sivistysliiton, TJS:n, hallitus jakaa joka vuosi Vuoden Välkky -palkinnon sellaisesta ammattiyhdistyksen toiminnasta tai ideasta, joka on edistänyt yhdistyksen kehittämistä, vaikuttavuutta ja jäsenpalvelua. TJS Opintokeskus on Akavan ja STTK:n koulutus- ja kehittämisorganisaatio.

 LISÄTIETOA PALKINNOSTA JA PALKITUISTA

 KATSO PALKITTUJEN SUPERILAISTEN HAASTATTELU SÄHKÖISESTÄ LEHDESTÄ

ME EMME JAKSA

Hoitajia arvostetaan, he ovat lähellä lapsia, sairaita ja vanhuksia. Teet todella tärkeää työtä, kuuluu hoitajista usein sanottavan.

Hoitajat sitovat haavoja, antavat lääkkeitä, kuuntelevat hoidettavien suolia, valvovat heräämössä, huolehtivat potilastietojen siirtämisestä tietokoneelle. Huolehtivat, että hoitotyöhön tarvittavia välineitä on aina saatavilla: ruiskuja, haavapöytä, kertakäyttöhanskoja, vaippoja, ruokaliinoja, lääkkeitä. Lista tuntuu loputtomalta.

Hoitajat myös sijaavat vuoteita, vaihtavat lakanoita, auttavat pukemisessa ja syöttämisessä, suihkuttavat hoidettavia. Lisäksi osa hoitajista pesee lattioita, hoitaa pyykkiä ja lajittelee ne, tekee ruokaa ja tarjoilee sen. Hoitaa tiskit ja pyyhkiä pöydät.

Hoitajat joutuvat tänä päivänä huolehtimaan todella monista asioista työpaikallaan. Miksi on näin? Laitoksista on viety niin tärkeät apulaiset. Samalla se siivoustyö sujuu hoitotyön lomassa.

Ennen oli esimerkiksi päiväkodissa apulaisia, joiden panos oli todella merkittävä. Apulaiset huolehtivat ulkoilun jälkeen lasten märät vaatteet kuivauskaappiin. Esimerkiksi kurahousuaika työllistää todella paljon, kun jokaisen lapsen kurahousut täytyy laittaa kuivumaan. Kaikki lasten vaatteet tulee huolehtia omille paikoilleen, kaikkea ei voi säilyttää lasten harteille. Päiväkodeissa myös pöytien ja tuolien pyyhkiminen on tärkeää, mutta kuka ne eh-tii pyyhkiä?

Sitten ihmettelemme kun esimerkiksi päiväkodeissa lapset sairastelevat. Niissä ei yksinkertaisesti pystytä huo-

lehtimaan tilojen ja pintojen puhtaudesta työntekijöiden puutteessa. Näin ei tietenkään ole joka paikassa, mutta avustavan henkilökunnan välttämättömyyttä ei säästämisen tiimellyksessä ymmärretä tarpeeksi.

Hoitola on naisten ala. Me emme osaa tarpeeksi pitää puoliamme ja vaatia lisähenkilökuntaa. Henkilökunnan vähyys ja työpaikoilla oleva jatkuva kiire vaikuttavat työilmapiiriin ja henkilökunnan väsymiseen ja vievät monet meistä ennenaikaiselle eläkkeelle.

Eläkkeemme on todella pieni, eikä meillä ole varaa asua vuokra-asunnoissa, ainakaan pääkaupunkiseudulla, jos asumme yksin.

Naisten olisi nyt lähdettävä vaatimaan inhimillisempää työtä ja työolosuhteita. Näin emme voi jatkaa, me emme yksinkertaisesti jaksaa.

BIRGITTA WULF-LUHTANEN
KEMIÖNSAARI

RIKOLLINENKO?

Aikoinaan kun lähihoitajien ja perushoitajien eläkeikää muutettiin, tulivat valinneeksi iän, mikä mahdollisti osa-aika-eläkkeelle jäännin 58 vuoden iässä. Myöhemmin ikää nostettiin 60 vuoteen. Täytettyäni 60 vuotta jäin osa-aika-eläkkeelle. Ajatukseni oli jaksaa käydä töissä 63,9-vuotiaaksi saakka.

Osa-aikatyössä palkka kertyy siten, että puolet ansiosta maksaa työnantajaa. Keva asettaa rajat tulolle ja maksaa sen perusteella eläkettä. Saatuaani laskelmat laskin, että tulon toimeen näillä tuloilla.

Ensimmäinen vuosi meni sovitusti. Tammikuussa 2015 tuli tiedote, että eläkkeeni jatkuu ennallaan. Viikon päästä tuli sitten uusi kirje, että olin

saanut tuloja edellisellä vuonna liikaa: takaisinperintään 1800 euroa ja eläke pienenee 114 euroa kuukaudessa.

Kun laskin tuloni, olin saanut vuoden aikana 360 euroa liikaa palkkaa. Tiedustelujen jälkeen selvisi, että nyt laskentaa käytetään alimpaan tulorajaan 1252–1694 euroa, ei suinkaan rajaan, jonka olisin saanut hankkia. Eli jos tuloni olisivat olleet enintään 1645 euroa, mitään ei olisi tapahtunut. Nyt sitten olen suuri rikollinen kun tulot ylittivät sallitun 30 eurolla kuukaudessa.

Tulorajan seuraaminen on täysin mahdotonta, kun joka kuukauden palkkasumma on erilainen riippuen sunnuntai- ja vuorolisistä. Jälkiviisaina voi sanoa, että jos olisin jäänyt työkyvyttömyyseläkkeelle tekemään puolta työaikaa, eläke olisi puolta suurempi eivätkä pienet ylitykset olisi sitä muuttaneet.

Mitä tämä systeemi kertoo yhteiskunnastamme? Miten se palkitsee eläkkeensä ansainneita?

40 VUOTTA KOLMIVUOROTYÖTÄ

SANA ON VAPAA!

SuPer-lehden Lukijalta-palstalla sana on vapaa. Kirjoita ytimekäs mielipiteesi, palautteesi, kehu tai haukkusi ja lähetä se meille sähköpostilla:

super-lehti@superliitto.fi

tai kirjepostilla:

**SuPer-lehti/Lukijalta
Ratamestarinkatu 12
00520 Helsinki**

Muista liittää mukaan henkilötietosi ja mahdollinen nimimerkki.

Perushoito kuntoon

TEKSTI JA KUVA MINNA LYHTY

Perushoito on hoitotyön kivijalka. Sillä edistetään terveyttä ja ehkäistään sairauksia. Aina perushoito ei ole kuitenkaan sellaista kuin sen pitäisi olla.

– Potilailta, omaisilta ja työntekijöiltä on tullut palautetta, että perushoidosamme on puutteita. Esimerkiksi potilas on ollut viikon sairaalassa ja häntä on siirretty osastolta toiselle, mutta hänen hiuksiaan ei ole pesty tai suun hoito on jätetty tekemättä, kertoo Turun yliopistollisen keskussairaalan kehittämisylijohtaja Heljä Lundgrén-Laine, joka toimii *Steppi – perushoidon laadun kehittämishankkeen* vetäjänä yhdessä kliinisen hoitotieteen professorin Sanna Salanterän kanssa.

Steppi-hankkeessa tavoitteena on parantaa perushoidon laatua askel askeleelta. Hanke on alkanut sillä, että Varsinais-Suomen sairaanhoitopiirin hoitotyöntekijät ovat vastanneet kyselyyn, jossa he arvioivat toteuttamansa perushoidon osa-alueet kouluarvosanoin. Työntekijät ovat raportoineet puutteita esimerkiksi kivun hoidossa, ravitsemuksessa ja suuhygieniassa. Laadukkaalla perushoidolla on kiinteä yhteys palvelukokemukseen.

– Potilaiden on usein vaikea arvioida, miten varsinainen toimenpide on onnistunut sairaalassa. Sen sijaan he pystyvät arvioimaan saamaansa hoitoa.

Lundgrén-Laineen mukaan yksi syy perushoidon epäkohtiin on asenteissa.

– On hienompaa keskittyä erikoistemppeihin kuin perustehtävään.

TYKS:n teho-osastolla työskentelevä perushoitaja Jaana Dalén uskoo, että epäkohtiin on myös toinen syy. Työntekijöitä ei ole riittävästi perustyoissa.

– Perushoitajien toimia on muutettu valtavat määrät sairaanhoitajien toimiksi viimeisten vuosien aikana. Perushoito ei ole kuitenkaan sairaanhoitajien ykköskiinnostuksen kohde, sillä heillä on paljon muita tehtäviä. Lähi- ja perus-



Lähihoitaja Maria Sjögren työskentelee Vaasan keskussairaalassa onkologian osastolla. Vaasan sairaanhoitopiiri on mukana Steppi-hankkeessa.

hoitajia pitäisi olla riittävästi osastolla, jotta työt voidaan jakaa järkevästi. Olinsi tärkeää, että kaikki saisivat keskittyä omaan osaamisalueeseensa.

AGENTIT ALOITTAVAT TYÖNSÄ

Steppi-hanke koskettaa koko työyhteisöä. Mahdollisimman monelta osastolta on pyydetty mukaan hoitotyöntekijä, joka koulutetaan muutosagentiksi. Hänen tehtävänsä on ottaa vastuu siitä, että perushoitoa kehitetään.

– Hoitajien pitää tunnistaa ensin perushoitoon liittyvä kehittämistarve. Ne ovat erilaisia eri osastoilla, Lundgrén-Laine kertoo.

Kun tarve on tunnistettu, asetetaan tavoite ja mietitään keinot, miten ta-

voitteeseen päästään. Tämä kaikki kirjataan päiväkirjaan, jotta voidaan arvioida onnistumista.

Hankkeessa luodaan perushoidon laadun minimikriteerit ja kehitetään perushoitoon liittyviä kirjaamiskäytäntöjä. Tavoitteena on, että vuonna 2020 minimikriteerit toteutuvat ja potilaat ja henkilökunta arvioivat perushoidon laadun hyväksi. ■

STEPPI-HANKKEESSA OVAT MUKANA TURUN YLIOPISTON HOITOTIETEEN LAITOS, VARSINAIS-SUOMEN, SATAKUNNAN JA VAASAN SAIRAANHOITOPIIRIT, TURUN HYVINVOINTIPALVELUT, TURUN AMMATTIKORKEAKOULU JA TURUN AMMATTI-INSTITUUTTI. LISÄKSI HANKEJOHDON YHTEISTYÖKUMPPANINA TOIMII HUSIN HOITOTYÖN ASIAANTUNTIJA. TARKOITUKSENA ON JAKAA HANKKEESTA SAATUA TIETOA AVOIMESTI JA LAAJASTI.



Jaana Arponen ja Eija Kurittu
sekä työtä käteväyttävä
yöhoitolähetä.

Yöhoitolähetä helpottaa työntekoa Kouvolassa

TEKSTI JA KUVA JUKKA JÄRVELÄ

Kun tieto ei kulje työvuorojen välillä, asialle pitää tehdä jotain. Kouvolan eteläisen kotihoidon yöpartio on vuosikausia käyttänyt itse kehittämänsä paperilähetettä, jolla viesti päivä- ja yövuorojen välillä kulkee kätevästi.

Vain yksi A4-paperiarkki, jossa on muutama tärkeä sarake. Sen kalliimpi tai kummempi ei keksinnön tarvitse olla, jotta se auttaa arksessa hoitotyössä näinä tietotekniikankin aikoina.

Kouvolassa, silloisella Anjalankoskella, huomattiin kymmenisen vuotta sitten, että juuri aloitettu yöpartiotointi vaatii kehittämistä. Partion tehtävänä on käydä asiakkaan luona kotona sovitusti yöaikaan. Käynti saattoi joskus olla turha tai käynnin tarkoituksesta ei ollut selkeää ennakkotietoa. Asiat kehittyivät, ja yöhoitolähetä otettiin käyttöön.

Varsinainen kipinä yöhoitolähetteen syntyyn saatiin, kun perushoitaja Eija Kurittu kävi koulutuspäivillä. Sieltä tultuaan hän esitti, että jotain oli tehtävä sekavien lippusten ja lappusten tilalle. Lähetettä suunniteltiin joukolla innokkaasti, sillä tiettyihin asioihin haluttiin saada selkeyttä.

– Yövuoroon tullessamme saattoi olla joku nopeasti kyhätty lappu pöydällä, jossa käskettiin käymään vaikka Martan luona. Ei siis tietoa kuka Martta ja missä päin. Lippusten sisältö oli muutenkin aika kirjava. Tämän takia tekemässämme lähetteessä on koh-

ta ”Asiakkaan ongelmat yöllä”. Se on meille kaikkein tärkein tieto, Eija Kurittu ja yöpartiassa myös mukana oleva Jaana Arponen kertovat.

Lähetteessä kerrotaan muun muassa tietoa asiakkaan tilasta ja ongelmista, yöhoidon tarpeesta ja tavoitteista, turvapuhelimesta sekä omaisista.

– Tärkeä on myös kohta, jossa kerrotaan voiko yöllä ottaa yhteyttä asiakkaan lähiomaiseen. Jos tulee kiperä paikka, ei tarvitse yön kiireessä arpoa tätäkään asiaa. Ei nimittäin ole itsestäänselvyys, että omaisille saa aina soittaa yöllä.

Lähetä helpottaa myös päivätiimejä miettimään tarkemmin, milloin yöpartion käynnit ovat tarpeellisia.

– Jos jotakin ei nukuta, silloin ei yöpartion käynti yleensä auta eikä se ole edes järkevää.

Eikö paperista lähetettä voisi korvata ja tietokoneilla tai kännyköillä?

– Moni asia näkyy Efficassa tai asiakas on yöpartiolla vanhastaan tuttu. Kännykstä selviävät vakituiset käynnit. Akuutteja yökäyntejä kuitenkin nousee esiin illalla niin myöhään, että työnjakajat ovat lähteneet jo kotiin. Meillä ei ole yhtään päällekkäistä työaikaan päivälaisten kanssa. Tämä lähetelappu tavoittaa meidät varmasti, kun se on työpöydällämme heti näkyvillä.

Asiat eivät pääse tipahtamaan byrokraatian rattaasiin. Meillä on usein kiire, kun tulemme työpaikalle – puhelin soi ja lähdemme heti liikkeelle.

– Tietenkin aina voi pitää lisäpalaveria päivälaisten kanssa lähetteen käytämisestä.

Kouvolan eteläiseen yöpartioon kuuluu neljä työntekijää. Pareittain tehtäviä asiakaskäyntejä kertyy yön aikana noin 25 ja kilometrejä auton mittariin helposti 150. Useimmat hoidettavat ovat vuoteeseen autettavia.

Työpari toimii vuorooina autonkuljettajana ja repsikkana. Kuskilla on tietyt tehtävät ja repsikalla omat toimet. Tehtävät on jaettu sekä autossa että asiakkaan luona.

– Kun vuorooina tehdään katet-roinnit, insuliinin pistämiset ja muut toimenpiteet, työhön pysyy näppituntuma. Kuormitus esimerkiksi nostoissa ja siirroissa jakautuu tasapuolisesti.

Yksi ongelma yöpartiolla on: tuleva yleistyöaika, joka näyttäisi sotkevan työvuoroja ja palkkausta. Työntekijät haluaisivat pysyä hyväksi koetussa jaksotyöajassa. Kouvolalaisia kiinnostaa, miten muut yöpartiot ovat selvinneet yleistyöaikaan siirtymisestä. Tietoa voi lähettää sähköpostilla jaana.arponen@kouvola.fi. ■



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".

Parempia hoitajia ei löydy

Kotkalainen Anja Muukkonen, 86, on asunut Hovisaaren hoivakodissa vuodesta 2011 lähtien. Hän osallistuu mielellään kaikenlaiseen viriketoimintaan, katselee tv:tä ja kuuntelee radiota sekä seurustelee muiden kanssa. Hän on myös innokas kalassa kävijä, joten hoivakodin kalastusretket ovat olleet hänen mieleensä.

Onko tullut paljon kalaa?

Kyllähän niitä on tullut tämän maailman varrella. Viime kesän retkellä sain kolme ahventa ja lahnan. En tiedä, annettiinko ne jonkun kissalle.

Millaista täällä on asua?

Tämä on melkein kuin olisi kotona, kun on oma huone ja kylpyhuone. Päivät kuluvat hyvin. Aina on muita mummuja, keiden kanssa voi jutella. Kerran kuukaudessa tänne tulee intervallihoitoon viikoksi ystäväni, jonka kanssa olemme kuin paita ja peppu. Olemme tutustuneet täällä.

Asuisitteko mieluummin omassa kodissa?

On tärkeää, että tällaisia koteja on. Omassa kodissa pitäisi käydä kaupassa, laittaa ruokaa ja siivota. Ei siitä enää tulisi mitään.

Millaisia hoitajia täällä on?

Hyviä hoitajia, jotka tykkäävät hoitaa meitä. Eivät he meitä potki. Ei voi sanoa, kuka hoitajista on paras. Minua vanhaa mummoa kohdellaan hyvin. Hoitajilla on työtä yllin kyllin, kun he meitä auttavat.

Millaisia luonteenpiirteitä hoitaja tarvitsee?

Kärsivällisyyttä, iloisuutta ja huumorintajua. Olen ollut rakennuksilla töissä, joten olen tottunut kaikenlaiseen huumoriin.

Mitä haluisitte sanoa kaikille hoitajille?

Koettakaa pitää hyvää huolta hoidettavista.

KOTKAN KAUPUNGIN HOVISAAREN HOIVAKOTI 2 TARJOAA YMPÄRIVUOROKAUTISTA HOIVAA, TURVAA JA HUOLENPITOA KUUELLEKYMMENTÄLE MUISTISAIRAALLE. HOIVAKODISSA ON NELJÄ PIENKOTIA: HILMA, NESTORI, ALMA JA EEMELI. HOITOTYÖSSÄ KUNNIOITETAAN ASUKKAAN ITSEMÄÄRÄÄMISOIKEUTTA, YKSILÖLLISYYTTÄ SEKÄ OMIA TAPOJA JA TOTTUMUKSIA. ASUKKAAN ELÄMÄNKAAAREN JA ARVOJEN TUNTEMISTA PIDETÄÄN TÄRKEÄNÄ.

TEKSTI JA KUVA MINNA LYHTY



Koulutettujen lapset menestyvät

Amisbarometri paljastaa, että parhaiten menestyvät ne ammattiin opiske-



INGIMAGE

levat nuoret, joiden vanhemmat ovat korkeasti koulutettuja.

Heikoimmin menestyvät opiskelijat, joiden vanhemmat ovat suorittaneet vain kansa- tai peruskoulun. Opiskelijoiden väliset erot eivät ole suuria, mutta merkittävää on erojen johdonmukaisuus.

Kouluterveyskyselyn tulokset vahvistavat käsitystä siitä, että nuoren ja vanhemman välinen suhde tukee ja kannattelee nuorta.

Kyselyjen tietoja on kysytty kymmeniltä tuhansilta ammattiin opiskelevilta ja lukiolaisilta. ■

Luotettavasti rokotteista

Rokotustieto.fi tarjoaa kansalaisille helposti ymmärrettävää ja luotettavaa tietoa rokotteista ja rokotuksista.

Palvelu on käytettävissä niin tietokoneilla kuin mobiililaitteilla. Rokotustieto.fi-palvelussa on rokotussuojatesti, jolla voi tutkia, mihin tauteihin henkilö on voinut saada rokotusohjelman mukaisia rokotteita.

Rokotustieto.fi-palvelun pääkohde-ryhmä ovat naiset. Tutkimusten mukaan naiset huolehtivat perheensä ro-

kotuksista ja muista terveysasioista. ■



KLIKKA A SÄHKÖISESTÄ LEHDESTÄ
MONIPUOLISTA ROKOTUSTIETOA



Hyvät arvosanat eivät riitä

Hyville kouluarvosanoille ei ole sijaa, kun opiskelijat ja työssäkäyvät arvioivat, mitä työnantajat arvostavat eniten.

Studentum.fi:n teettämästä kyselystä ilmenee, että jopa 88 prosenttia työssäkäyvistä arvioi työnantajien pitävän



tärkeämpänä työkokemusta kuin hyviä koulunumeroita. Mielenkiintoista on, että lähes yhtä moni koulunpenkillä oleva on asiasta samaa mieltä.

Hyvät arvosanat näyttävät olevankin enemmän oppimisen mittari opiskeluaikana kuin väylä työelämään.

Mutta kuinka kartuttaa alan työkokemusta kouluun sisältyvän harjoittelun lisäksi? Monen vastaajan mielestä paras ratkaisu tähän on olemalla itse aktiivinen. Esimerkiksi harrastusprojektit ja vapaaehtoistyö ovat hyviä vaihtoehtoja. Lisäksi verkostoituminen jo opiskeluaikana luo suhteita potentiaaliisiin työnantajiin. ■



JOOA JOO...

”Mutta tietenkin on toivottavaa, että ay-liikkeen sisällä tapahtuu kehitystä myös siihen suuntaan, että yhteistyö maistuu myös sellaisen hallituksen kanssa, jossa sosiaalidemokraatit eivät ole mukana.”

PERUSSUOMALAISTEN PUOLUE-
TOIMISTON TYÖMIES
MATTI PUTKONEN

IMAGE JOULUKUU/2015

Vertailu

TAMMIKUU

Arviolta

10 prosenttia

maailman ihmisistä on

lievästi vammaisia,

5 prosenttia

vammaisia ja

1 prosentti

vaikeavammaisia.

WHO



INGIMAGE



SuPerin edustajiston syyskokousillallisella juhlittiin liiton edelliselle puheenjohtajalle Juhani Palomäelle myönnettyä järjestöneuvoksen arvonimeä. Onnittelupuheen piti nykyinen puheenjohtaja Silja Paavola.

EDUSTAJISTO SYYSKOKOUKSESSA

SuPerin edustajisto kokoontui marraskuun lopussa syyskokoukseensa Helsinkiin. Kahden päivän aikana keskusteltiin kiivaasti yhteiskunnallisesta tilanteesta ja suunniteltujen muutosten vaikutuksesta superilaisten työelämään.

Asialistalla olivat alkaneen vuoden toimintasuunnitelma ja talousarvio, toimintalinja-asiakirja vuosille 2016–2020, liiton ammattiosastojen mallisäännöt ja liittokokouskäytännön jatko. Syyskokouksessa hyväksyttiin jäsenmaksut ja palkkiot alkaneelle vuodelle ja keskusteltiin muun muassa uuden keskusjärjestön perustamiskaavailuista. Edustajistoaloitteita käsiteltiin kuusi.

VÄHENNYKSET KESTÄMÄTTÖMIÄ

Tiedotteessaan edustajisto esitti huolensa lähi- ja perushoitajien työssäjaksamisesta. Maan hallituksen esittämät hoito henkilöstön vähennykset ovat edustajiston mukaan kestäättömiä. Jaksamisongelmat ovat lisääntyneet ja suurin syy tähän on riittämätön koulutetun hoitohenkilökunnan määrä. Edustajiston mielestä tehtyjen sekä esitettyjen leikkauspäätösten täytäntöönpano vahingoittaa työntekijöiden lisäksi välttä-

mättömiä palveluja tarvitsevien kansalaistemme oikeusturvaa.

– Se estää myös tavoiteltujen kustannussäästöjen syntymisen, totesi edustajiston puheenjohtaja Heikki Isosaari.

– Hallitus ei ole säästöesityksiä tehdessään ymmärtänyt ennaltaehkäisevän työn merkitystä ja se näkyykin pääasiassa vain poliitikkojen juhlapuheissa, Isosaari jatkoi.

KUNTAPÄÄTTÄJÄT VOIVAT VIELÄ ESTÄÄ VAHINKOJA

Kuntien ei ole pakko laittaa täytäntöön valtiovallan tekemiä heikkotasoisia linjauksia. Edustajisto arvostaa niitä kuntia ja kuntopäättäjiä, jotka ovat omissa kunnissaan jo tehneet päätöksiä henkilöstömitoitusten säilyttämisen puolesta muun muassa varhaiskasvatuksessa ja vanhusten palveluissa. Tällaiset päätökset ovat järkeviä nykyisten asukkaiden pitämisessä ja myös mahdollisten uusien asukkaiden houkuttelemisessa kuntaan.

– Kuntapäättäjät näyttävät elävän lähempänä tavallisten kansalaisten arkea kuin ministerit ja monet kansanedustajamme. Ehkä juuri siksi he kantavat paremmin vastuuta palveluiden turvaamisesta, Isosaari tiivisti. ■



EDUSTAJISTON PÄÄTÖKSET OVAT LUETTAVISSA
JÄSENSIVUILTA JÄSENTUNNUKSELLA

Työajat puntarissa

Liittoon tulee päivittäin työaikaa koskevia kysymyksiä lisä- ja ylityöstä, työaikorvauksista, työvuorojen muuttamisesta sekä osa-aikatyöstä.

Lisätyö on työtä, jota tehdään työntekijän säännöllisen työajan lisäksi, mutta joka ei ole ylityötä. Yksityissektorilla noudatettavien Yksityisen sosiaalipalvelualan ja Terveyspalvelualan työehtosopimuksissa lisätyötä muodostuu vain osa-aikatyössä. Esimerkiksi Avaintan työehtosopimuksessa lisätyötä voi muodostua myös arkipyhäviikoilla kokoaikatyötä tekeville työntekijöille. Lisätyö korvataan maksamalla yksinkertainen tuntipalkka kulkakin lisätyötunnilta.

Työnantajalla on työsopimuslain 2 luvun 5 pykälän mukaan velvollisuus tarjota lisätyötä osa-aikaiselle työntekijälle täyteen työaikaan asti ennen kuin palkkaa uusia työntekijöitä samoihin tehtäviin. Työnantajan aloitteesta osa-aikatyötä tekevän pitää muistuttaa työnantajaa tästä velvoitteestaan.

Jaksotyöajassa ylityötä on työ, jota

tehdään yli työaikajaksoon suunnitellun keskimääräisen viikoittaisen enimmäistyöajan. Yleistyöajassa ja toimistotyöajassa ylityötä voi syntyä joko vuorokautisena tai viikoittaisena. Ylityön korvaaminen määräytyy sovellettavan työehtosopimuksen nojalla. Ylityö korvataan aina korotettuna tuntipalkkana tai korotettuna vapaa-aikana.

Korvaamatta jäävää ylityötä tehdään valitettavan paljon ja sen vaikutukset tuntuvat palkassa, ansioon suhteutetuissa etuuksissa ja eläkkeessä. Alla on selventävät esimerkit yksityisen sosiaalipalvelualan työehtosopimuksen mukaan kolmen viikon työaikajaksolla

Jäsenten yhteydenottojen perusteella yhä useampi työntekijä kokee, että työnantaja pakottaa tekemään työvuoromuutokset, jolla vältetään ylityön syntyminen. Työvuoromuutoksiin ei tarvitse suostua. Ylityön syntyminen ei ole minkään työehtosopimuksen pohjalta perusteltu syy muuttaa tiedoksi annettua työvuoroluetteloa. Muutokseen suostuminen tai muutoksen vastustaminen on jokaisen työntekijän oma päätös.

Työvuoroluettelo on sitova tiedoksi antamisen jälkeen. Kaikkien työehtosopimusten mukaan työvuoroluettelon muutos tehdään sopimalla, ei yksipuolisella määräyksellä. Usein kuulee, että äkillisissä poissaolotilanteissa esimies ilmoittaa esimerkiksi aamuvuorolaisille, että saatte valita, kuka jää jatkamaan iltavuoroon. Jos ei kukaan suostu, esimies määrää jonkun jäämään työhön pakottavan syyn takia. Pitää kuitenkin muistaa, että kyseinen tilanne synnyttää ylityötä täydessä työajassa ja ylityötä ei työnantaja voi lain mukaan määrätä.

Yhteydenottoja tulee paljon myös siitä, että työpäivien työaikaa lyhennetään ja samalla vapaapäivien määrä vähennetään viideksi kolmen viikon työaikajaksolla. Työehtosopimuksen mukainen kuudes vapaapäivä on niin kutsuttu piilovapaa eli yövuoron jälkeinen tai edeltävä päivä on merkitty vapaapäiväksi. Työvuorosuunnitelma pitää oikaista, koska työpäivä ei ole koskaan vapaapäivä. ■

MARKETTA VUORINEN
SOPIMUSASiantuntija

ESIMERKKI 1	1. vko	2. vko	3. vko	
Suunniteltu	40 t	40 t	35 t	= 115 t
Toteutunut	40 + 8 t	32 t	35 t	= 115 t

Suunnitteluraja 115 tuntia ja ylityötä ensimmäisellä viikolla 8 tuntia. Työntekijän suostumuksella on seuraavan viikon suunniteltua työaikaa lyhennetty 8 tuntia, joten ylityötä ei syntynyt.

ESIMERKKI 2	1. vko	2. vko	3. vko	
Suunniteltu	40 t	40 t	35 t	= 115 t
Toteutunut	40 + 8 t	40 t	35 t	= 123 t

Suunnitteluraja 115 tuntia ja ylityötä ensimmäisellä viikolla 8 tuntia. Muutoksia ei tehdä työvuoroluetteloon ja toteutuneen listan työaika on 123 tuntia. Korotus 50 prosenttia korotettua palkkaa tai 12 tuntia vapaata työntekijän suostumuksella. Palkka G 17 ilman palvelusvuosilisiä on 1 859,34 €/kk, josta tuntipalkka on 11,41 euroa. Korvattavat tunnit 8 x 11,41 = 91,28 euroa, jota korotetaan 50 prosenttia. Ylityökorvaus on yhteensä 136,92 euroa.

Korvaavaa, mukautettua vai kevennettyä työtä?

Lainsäädännössämme ei ole määritelty termiä korvaava työ. Tästä huolimatta sen käyttö on yleistynyt työelämässä viime vuosina.

Korvaavalla työllä tarkoitetaan sitä, että työntekijä tekee kevennettyjä tai muita työtehtäviä ollessaan työkyvyttö-
n tekemään työnsopimuksensa mukaisia työtehtäviä. Työterveyslaitoksen mukaan korvaava työ tarkoittaa tilannetta, jossa työntekijä ei pysty tekemään varsinaista työtään mutta pystyy tekemään kevennettyjä työtehtäviä. Korvaavasta työstä on käytetty myös nimityksiä kevennetty ja mukautettu työ.

Korvaava työ voidaan järjestää joko lyhentämällä työntekijän säännöllistä työaika- tai niin, että työntekijä suorittaa työnsopimuksensa mukaista työtä mutta kevennetysti. Tämä voi tarkoittaa esimerkiksi hoitotyössä työtehtäviä ilman nostoja ja kevennetysti vaikka virkistystoiminnan järjestämistä. Tämän lisäksi korvaava työ voi tarkoittaa, että työntekijä suorittaa työnsopimuksensa mukaisia vastaavia tehtäviä tai täysin muita työtehtäviä. Korvaava työ voidaan toteuttaa esimerkiksi opetus- ja ohjaustyönä tai koulutuksen saamisena. Näin ollen korvaavan työn käsite on erittäin laaja ja tällä hetkellä sitä käytetään kuvaamaan monia tilanteita, jotka jäsentyvät oikeudellisesti hyvin eri tavalla.

Työnsopimus määrittää työntekijän työntekeveloitteen laajuuden. Korvaavan työn on perustuttava vapaaehtoisuuteen ja yksityiskohdista tulee sopia tapauskohtaisesti hyvässä yhteishengessä. Korvaavasta työstä sopiessa työntekijällä on aina oikeus käyttää työpaikan luottamusmiestä tai työsuojavaltuutettua apunaan. Jotta korvaavaa työtä voitaisiin edellyttää, tulee työtehtävien ol-

la työnsopimuksen mukaisia. Korvaavan työn käyttöönotto edellyttää, että työntekijällä on työkykyä jäljellä työnsopimuksen mukaisiin tehtäviinsä. Mikäli korvaavana työnä tarjotaan muita, kuin työnsopimuksen mukaisia työtehtäviä, ei työnantaja voi velvoittaa tähän. Korvaavasta työstä keskusteltaessa tulee aina muistaa, että työntekijällä on ensisijaisesti oikeus sairausajan palkkaan ja poissaoloon työkyvyttömyysajalta.

Työntekijän oikeus sairausajan palkkaan. Työlainsäädännössä ei ole säännöstä korvaavasta, mukautetusta tai kevennetystä työstä. Sen sijaan työnsopimuslaissa on säädetty työntekijän oikeudesta palkalliseen sairauspoissaoloon. Lisäksi työehtosopimuksissa on

laajennettu palkallisen ajan kestoja ja samalla sovittu menettelytapasäännöistä. Esimerkiksi siitä, milloin poissaolosta on ilmoitettava, jotta työntekijällä on oikeus sairausajan palkkaan, työnteon estymisen tulee johtua sairaudesta tai tapaturmasta.

Työkyky on toimintakykyä suhteutettuna työn vaatimuksiin ja kykyä selvityä oman tai vastaavan ammatin tehtävistä vallitsevalla normaalitasolla. Sairausvakuutuslaki sisältää työkyvyn määritelmän. Sen mukaan työkyvyttömyys on tila, jonka kestäessä vakuutettu on sairauden edelleen jatkuessa kykenemätön tekemään työtään tai siihen läheisesti verrattavaa työtä. Työkyvyttömyyttä arvioidaan aina suhteessa tehtävän työn vaatimuksiin. Sairausajan palkkaan on lähtökohtaisesti oikeus kaikilla diagnoosikoodeilla, työehtosopimukset eivät rajaa tiettyjä icd-koodia ja sairausajanpalkan ulkopuolelle. Sairausloman tarkoitus on, että työntekijän työkyky palautuu, tämän on aina oltava ensisijaista.



KORVAAVAN TYÖN KULTAISET SÄÄNNÖT:

- vapaaehtoisuus ja sopiminen lähtökohtana
- turvattava työntekijän yksityisyydensuoja
- tuettava työkyvyn palautumista
- korvaavan työn mallista on yhteistoimintaneuvoteltava
- työntekijällä on oikeus käyttää valitsemaansa lääkärinä
- oikeus keskeyttää yhdessä sovittu korvaava työ, mikäli aiheuttaa haittaa terveydelle.

Työntekijän valinnanvapaus terveyspalveluissa. Työntekijällä on oikeus käyttää haluamiaan terveyspalveluita ja näin ollen oikeus käydä haluamansa laillistetun lääkärin vastaanotolla. Yhteistoimintaneuvotteluissa tulee keskustella, miten korvaava työ istuu tähän kuvioon. SuPer ry ei ole sopinut työehtosopimuksilla työterveyslääkärin ensisijaisesta käytöstä, vaan työntekijällä on valinnanvapaus. Tilanteessa, jossa lääkärintodistuksessa ei ole lausuttu korvaavan työn mahdollisuudesta mitään, tämä ei ole perusteltu syy lähettää työntekijää työnantajan määräämälle lääkärille korvaavan työn mahdollisuuden arvioimiseksi.

Lääkäri on asiantuntija työkyvyn arvioinnissa. Tilanteessa, jossa lääkäri arvioi työntekijän soveltuvuutta korvaavaan työhön, tulee hänen tuntea työpaikan olot ja työn vaatimukset erityisen hyvin. Tilanteessa, jossa lääkäri katsoo työntekijän työkyvyttömäksi, ei työnantaja voi edellyttää edes mukautettua tai kevennettyä työtä. Kaikkien näiden työjärjestelyiden edellytys on se, että lääkäri katsoo työntekijän työkykyiseksi, esimerkiksi tietyin rajoituksin. Tilanteessa, jossa työntekijä katsoo, ettei voi suorittaa korvaavaa, mukautettua tai kevennettyä työtä turvallisesti ja ilman, että työtehtävien suorittaminen aiheuttaisi vaaraa terveydelle, on työntekijän ilmoitettava vaarantumisesta, keskeytettävä työ ja hakeuduttava uudelleen lääkäriin, jotta työkyky, työkyvyttömyys ja terveydentila voidaan todentaa.

Yhteistoimintavelvollisuus ennen korvaavan työn mallin käyttöönottoa. Lakia yhteistoiminnasta yrityksissä sovelletaan sellaiseen yritykseen, jonka palveluksessa työskentelee säännöllisesti vähintään 20 työntekijää. Yhteistoimintaan velvoittaa myös työterveyshuoltolaki. Asiasta on kuitenkin yhteistoimintaneuvottelava, ja laki velvoittaa osapuolia pyrkimään yksimielisyyteen yhteistoiminnan hengessä.

Mikäli työnantaja harkitsee korvaavan työn mallin käyttöönottoa, tulee yhteistoimintaneuvotteluissa tuoda esille henkilöstön näkemykset ja sopia menettelytavoista selkeästi. On varmistettava, että prosessit on huolellisesti mietitty ja tiedon tulee kulkea avoimesti. Haasteena on, että terveydentilatiedot ovat arkaluonteisia tietoja. Henkilötietolaki edellyttää niiden käsittelyssä tiettyä varovaisuutta, ettei henkilön yksityisyydensuoja vahingoitu. Lisäksi yhteistoiminnassa ja työpaikalla tulee

keskustella siitä miten mitoitus ja muiden työntekijöiden jaksaminen taataan.

Korvaavaa työtä tekevää työntekijää ei voida laskea mitoitukseen siltä osin, kun hän ei osallistu hoitotyöhön.

Työturvallisuus ja yksityisyyden suoja. Vapaaehtoisuus ja sopiminen ovat hyviä lähtökohtia korvaavan työn mallissa, mutta on tärkeää muistaa työntekijän oikeus yksityisyyden suojaan. Terveystilatilatiedot ovat arkaluonteisia tietoja, joiden käsittely on lähtökohtaisesti kielletty. Työterveyshuolto tai muu lääkäri ei saa antaa tietoja potilaan terveydentilasta tai sairauden luonteesta. Lääkäri saa ainoastaan antaa tietoa työntekijän työkyvystä. Huomioda tulee, että esimies ei ole lääkäri, eikä arvioi työntekijän terveydentilaa. Vaikka asiassa on syytä toimia yhteistoiminnassa ja ymmärryksessä, velvoittaa laki kunnioittamaan ja takaamaan työntekijän yksityisyydensuojaa.

Työnantaja vastaa viime kädessä työturvallisuudesta. Korvaava työ ei saa aiheuttaa vaaraa työntekijän terveydentilalle tai heikentää ennustusta työkyvyn palautumisesta. Työturvallisuuslaissa säädetään niin sanotusta työnantajan yleisvelvoitteesta. Työnantajan on huolehdittava työntekijöiden turvallisuudesta ja terveydestä tarpeellisilla toimenpiteillä.

Monissa tilanteissa on selvää, että työkyvyttömyys koskee kaikkia työtehtäviä. Esimerkkinä lyhytaikaiset yleisinfektiot, jotka heikentävät työkykyä laaja-alaisesti, kuten flunssa tai vatsatauti. Tällaisessa tilanteessa korvaava työ ei tule kysymykseen. On kuitenkin tilanteita, joissa työkyky on alentunut vain osittain ja on laadultaan sellaista, että työskentely osittain ja mukautetusti on mahdollista.

Korvaavasta työstä keskusteltaessa tai korvaavan työn malleja laadittaessa

tulisi ensisijaisesti korostaa mallin kuntouttavaa luonnetta. Korvaavaa työtä ei tule käyttää kategorisesti sairauspoissaolojen vähentämiseen, eikä keinona säästää sairauspoissaolojen kustannuksia. ■

MAIJA RANINEN
LAKIMIES



TYÖNANTAJAN SUUSTA

"Meillähän sitten maksetaankin palkkaa osaamisen mukaan!"

EDUNVALVONTAYKSIKÖN YHTEYSTIEDOT

Päivystys ma–pe kello 9–15
kuntapuolen sopimusasioissa
numerossa 09 2727 9160 ja yksityis-
sektorilla työskenteleville 09 2727 9171

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

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

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

SUPERRISTIKKO

Tuuli Rauvola

		TAL- MA	JUTTU	H			KOI- RILTA JA VAA- VOILTA	VASU			ELIVAN- HAKSI	PUS- TAT		
			TU- LOSTA						9					
			2		HAN- KINTA				KEN					
HEL- LEN	8						PAI- NAVA							
KORU- KIVI			TYTTÖJÄ							SÄÄ				
ELELLÄ		SÄ- VEL	UUSI						SUU- RIN					
										KUULU LASIS- TAAN				
														
LUI- HU														
Superi- laisia?														
			1/3							3		SEU- RAA- VA		
		7												
RIK- KI-					SAIRAA- LOISSA		RO- SOON	MAGNUS LUOSTA- REITA						
EI PA- LA			MATTI TEPPÖ HALTUA	10				SAL- PAUS						
					IS- TUU					HU- VILA	HEINÄ- TYTTÖ	AAVIS- TELUT		
JURAKAU- DEN OSA		-NO- VA						GANDHI			4			
			1							ABB				
LAP- SELLI- SIA				METSÄ- KETO				VOI NÄYT- TÄÄ						
						5				TASA- ARVON ASIALLA				
SAK- SAA		6		SHA- RON				TOMIN SUKUA						

Voit osallistua ristikkokisaan 21. tammikuuta mennessä joko lähettämällä koko ristikkosivun kuoreen tai pelkän ratkaisurivin postikortilla osoitteeseen SuPer-lehti, Ristikko, Ratamestarinkatu 12, 00520 Helsinki. Muista yhteystiedot! 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

**Ajankohtainen idea
joulupöytään.**

KESÄN JA TALVEN
KIRJOLOHIIHYYTELÖ S. 15

**Aihe on
minun
elämän-
tilantees-
tani.**

SOPIVASTI STRESSIÄ
ON HYVÄKSI S. 26

**Ajankohtainen
aihe.**

TÄNNE TULEVIA IHMISIÄ
TÄYTYY AUTTAA S. 37

**Lähihoitaja Saeed Saifouri
kokee olevansa suomalai-
nen. Hän auttaa ikäihmisiä
ja arvostaa meidän tasa-
arvoa ja turvallisuutta.
Tosi hienoa!**

TÄNNE TULEVIA IHMISIÄ
TÄYTYY AUTTAA S. 37

**Työ on erittäin
stressaavaa,
varsinkin ilta-
vuorosta aamuun
meno. Hyvä juttu
aiheesta.**

SOPIVASTI STRESSIÄ
ON HYVÄKSI S. 26

**Hauska
juttu fakta-
pohjalta.
Kivaa
vaihtelua!**

TERVE KUIN
PUKKI S. 43

**Auttaminen ei ole
keneltäkään pois.
Oikea ohjaus ja
auttaminen tuovat
positiivisen loppu-
tuloksen.**

TÄNNE TULEVIA IHMISIÄ
TÄYTYY AUTTAA S. 37

**Mukava
tutustua
pukin sie-
lunelämän
salaisuuk-
siin.**

TERVE KUIN
PUKKI S. 43

**Varmasti
ihana
paikka
muistisai-
raalle.**

YHDESSÄ
TEKEMISEN ILOON
S. 62

**Siskon pakinat ovat olleet
tämän lehden suola ja sokeri
– niin tämäkin.
Ihmisläheinen näkökanta
asioihin. Kiitos
Urpu-sisko.**

NÄIN ON HYVÄ S. 67

**Kiitos Siskolle
elämänmakuisista
pakinoista.
Jään kaipaamaan.
Siskolle kaikkea
hyvää!**

NÄIN ON HYVÄ S. 67

**Elämä voi olla mukavaa,
vaikka ei aina kaikkea
muistaisikaan. Hyviä virik-
keitä ja hoito hyvää!**

YHDESSÄ TEKEMISEN ILOON S. 62

**Sai vaan niin hyvälle tuulelle, oli tosi elävästi kirjoitettu. Oikein arjen
piristäjä tämän pimeyden keskellä.**

TERVE KUIN PUKKI S. 43

**Pukki on
paras.**

TERVE KUIN PUKKI S. 43



Joulupukki oli valttia

Joulukuun parhaimmaksi jutuksi äänestettiin Jukka Järvelän kirjoittama hupailu jou-
lupukin terveydentilasta, *Terve kuin Pukki*. Seuraavaksi eniten ääniä sai Elina Kujalan
Tänään töissä -sarjaan raportoima *Hoitajasta tuli neuvoja*, joka kertoi lehden paki-
noitsija Siskon uudesta työstä. Kolmanneksi äänestettiin lääkehoitosarjan lääkelaas-
tareista kertova artikkeli. SuPer-lehden ensiapulaukun voitti Elvi Mäki-Teppo Nur-
mosta. Onnittelut!

Paras juttu?

Kerro meille, mikä mielestäsi on paras juttu tässä SuPer-lehdessä.
Lähetä vastauksesi **18. tammikuuta mennessä**. Kaikkien määräaikaan
mennessä vastanneiden kesken arvotaan SuPer-lehden ensiapulaukku.

LEHDEN 1/2016 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.



Vaikka laji on rankka HYMY RATKAISEE

TEKSTI JA KUVAT JUKKA JÄRVELÄ

Jämsäläinen lähihoitaja Satu Kotila virittää kehonsa äärimmilleen ja astelee bikineissä ja korkokengissä tuomariston eteen esittämään kiinteää lopputulosta. Kaiken kruunaa hymy, jolla ratkaistaan sijoituksia tasaisessa kisassa. Body fitnessissä kisaava Satu osoittaa, että kuntosaliharjoittelulla ja ankaralla dieetillä voi laittaa itsensä kansainväliseen huippukuntoon, vaikka on aikanaan saanut lukiossa liikunnasta ehdot.

Kuinka lukiossa liikuntaa inhonneesta nuoresta naisesta tuli parikymmentä vuotta myöhemmin MM-kisoihin matkannut huippu, jolle ankara dieetti ja kova treenaaminen painojen kanssa ovat elämäntapa? Yksinkertaisesti sanottuna: Satu Kotila inhoaa koulun ryhmäliikuntaa, mutta vain itselle tekemistä hän rakastaa.

FYSIIKKAA TYÖHÖN

Lähihoitajaksi aikuisena valmistunut Satu on vuodesta 2009 lähtien tehnyt määräaikaista työsuhteita Jämsän kaupungille.

– Tykkään olla vanhusten kanssa.

Satu on ollut treenivapaalla syyskuusta asti, mutta aikoo palata hoitotöihin nyt, kun MM-kisat on käyty. Jatkossa siintävät ehkä ensihoidon opiskelut ja työ ambulanssissa. Palo- ja pelastusopistokin on suunnitelmissa.

– Hoitotyössä fysiikkani on kestänyt hyvin. Jos joku on kaatunut, niin kyllä minua on kutsuttu usein avuksi. Opiskelijoille olen tosin suositellut nosturia työpaikalla, kaikille

myös oikeata nostotekniikkaa.

Rempseällä ja iloisella Satulla on myös personal trainerin kaksivuotinen koulutus, kuntosaliryttäjätaustaa ja jopa kuorma-autonkuljettajankin ammattitutkinto käytyinä. Sitä työtä hän ei ole tehnyt päivääkään.

KUNTOSALI IMAISI

Kun lukio jäi aikanaan kesken, Satu meni ammattikouluun opiskelemaan logistiikkaa.

– Siellä olin minä ja 17 kundia. Kuntosali vaikutti ihan kivaltalta. Huomasin, että salilla saa tehdä vain itseänsä varten. Siihen lukiopesäpalloon olin ollut liian kömpelö. Hyviä tuettiin, ja minä olin kentän laidalla se viimeinen valinta.

Jämsään availtiin samoihin aikoihin 1990-luvun lopulla kuntosalia. Satu kävi jo etukäteen kyselemässä, milloin paikka aukeaa.

– Menin heti salille, ja treenaus alkoi vuonna 1998. Tietotaitoa oikeasta harjoittelusta ei ollut. Paikat tulivat kipeiksi, mutta tulosta ei tullut. ►

– Halusin muokata kehoa ja hankkia voimaa. Luulin kai että olin pullea, mutta kun nyt katsoo vanhoja kuvia, en minä mikään pullea ollut. Itse asiassa olen aina ollut tyytyväinen itseeni, enkä välitä mitä muut minusta puhuvat.

Itsevarmuus ei ole haitaksi rankassa lajissa. Kun tuttava kilpaili body fitnessissä, Satu toimi tämän huoltajana 2000-luvun alkupuolella. Vuonna 2003 syntyi poika. Satu jatkoi treenaamista yhä kovemmin. Nyt mentiin jo oikeilla tekniikoilakin ja salin ovet aukesivat neljästä viiteen kertaan viikossa.

Vuonna 2007 hän teki päätöksen, että osallistuu seuraavana vuonna ensimmäisiin kilpailuihin.

PARRASVALOIHIN

Vuonna 2008 Satu asteli esiintymislavalle esittelemään harjoituksen tulosta.

– Se oli Lahdessa. Jännitti, olin ihan jääkalikkana lavalla. Kisavaloihin meno oli shokki. Pää takoi: hymyile, hymyile...

Satu selviytyi kymmenen joukkoon. Antoisinta oli kuitenkin se, että hän sai tarkkaa tietoa, mikä omassa fysiikassa ja la-vaesiintymisessä oli vikana.

Seuraavana vuonna Satu sai valmentajaksi Matti Halosen, alan suomalaishuipun. Luotto on kova:

– Teen niin kuin Matti sanoo. Hän tekee treeniohjelman, ruokavalion, kisaviimeistelyt ja kerran kuussa tarkastuksen, jolloin katsotaan bikinit päällä missä kunnossa olen.

Bikineistä puheen ollen. Fitness-urheiluperheeseen kuuluu myös laji nimeltä bikini fitness.

– No, se laji on aina teeveessä. Ei ole mun juttu.

Kolmas laji, kehonrakennus on ainakin ulkonäöllisesti astetta rankempi vaihtoehto. Sekään ei ole Satun houkutin.

– En ole kehonrakentaja, haluan olla naisellinen. Puhtaan urheilijana tässä kisataan Suomen Antidopingtoimikunnan alaisena.



Satu Kotilalta kysytään aina, paljonko nousee penkistä. Vastaus on 95 kiloa. Maastavetotulos on 150 kiloa.

MENESTYKSEN MAKUUN

Ensimmäiset SM-kisat tulivat eteen vuonna 2012. Satu ei selvinnyt finaaliin, mutta oli onnellinen muuten nappiin menneestä kilpailusta. Seuraavan vuoden SM-rupeama sujui huo- nommin, ja hän jäi jo karsintoihin. Tuo pettymys vaihtui kovaksi harjoitteluksi.

– Siinä treenattiin vuosi todella kovaa. Ehjä vuosi ilman dieettejä ja painoin jopa 72 kiloa, kun normaali kisapaino on 20 kiloa vähemmän.

Tämä treeni palkittiin menneenä syksynä, jolloin alle 163-senttisten sarjassa kilpaileva Satu oli yli 35-vuotiaiden SM-kakkonen ja tuli valituksi lajin MM-kisoihin El Salvadoriin.

– Itkuhan siinä tuli, kun sain tietää MM-kisapaikasta.

Ilon tunteet piti pian unohtaa, sillä koko viime syksyn Satu treenasi kovaa MM-kisat mielessään.



Satulle kehon kunto ja itsensä kehittämisen ovat tärkeämpiä asioita kuin kilpailumenestys.

SISKON HÄISSÄ OLIN OMIE RUOKAKIPPOJEN KANSSA PAIKALLA JA TARJOILIN MUILLE SUKLAAKAKKUA.

MIKSI?

Moni ihmettelee, miksi toinen laittaa itsensä niin lujille, että kehoon tuskin jää rasvan tai nesteen tippaakaan. Satu rasvaprosentti on alle viisi, kun normaalilla naisella jo 25 on suhteellisen matala luku.

– Ei tämä terveellistä hommaa ole viimeisinä kisaan valmistavina viikkoina. Toisaalta tiedän, että kisakunto ei ole koko vuoden kuntoni. Kilpailua varten haetaan kuivakunto yhdelle päivälle ja yhdelle kellonlömälle.

Normaalilla treenikaudella Satu harjoittelee neljä viikkoa kovaa ja yhden kevyesti. Kova viikko tarkoittaa viittä raskasta punttitreeniä ja neljää aamulenkkiä. Yksi vapaa-päiväkin mahtuu. Löysällä viikolla hän tekee pumpppimaisia treenejä.

Kisaan valmistautuessaan Satu syö kuusi tarkasti laskettua ateriaa päivässä kolmen tunnin välein. Ruokailun tarkoituksena on täyttää lihakset. Lihaa, riisiä, puuroa, kasviksia, vettä.

– Nälkä on koko ajan. Aamulla on laitettava kello soimaan, että ehtii syödä.

Viimeisellä viikolla ennen kisa ei enää harjoitella, mutta ei tehdä paljon muutakaan, esimerkiksi syödä mitään ylimääräistä. Vuorokausi ennen lavalle astumista loppuu nesteen nauttiminen.

Lajin suurimmaksi haitaksi Satu näkee silti sosiaalisen elämän kuihtumisen.

– Piirit, joissa liikun, ovat aika pienet. Siskon häissä olin omien ruokakippojen kanssa paikalla ja tarjoilin muille suklaakakua. Olen harrastanut tätä niin pitkään, että kaikki läheiset tietävät, missä mennään.

– En hypetä edes lajin omissa porukoissa kovin paljon. Olisihan sitä kaikenlaisia poseerausleirejä.

– Salilla asiakaspalvelussa ja nyt työssä vanhuspuolella saan olla koko ajan läsnä. Työssä otan muut huomioon. Tässä lajissa keskityn omaan tekemiseen vaikka sitten korvanapit korvissa.

ULKONÄKÖ

Body fitness ei ole pelkkä lihasta. Pitää osata esiintyä. On oltava myös kaunis. Näihinkin on omat jipponsa ja harjoittele auttaa.

– Minulle on sanottu, että kävelen kuin kumisaappaat jallassa. En siis luonnostaan ole mikään korkokenkätyyppi. Ikävintä koko lajissa on ihokarvojen poisto ja kisavärin laitto.

Ihon värjäys on yksi lajin merkisyyksistä. Kehoa maalataan penssillä parin päivän ajan ennen h-hetkeä, jotta saadaan tekorusketus pintaan. Hotelleissa tämä tarkoittaa omien lakanoiden mukanaoloa, sillä kaikki väri ei suinkaan liimaudu ihoon.

Esiintymislavalla pitää esiintyä. Yleisö ja tuomaristo täytyy ottaa haltuun. Satun luonnostaan rävähtävä hymy ei siis ole haitaksi.

– Kun 25 naista tulee yhtä aikaa lavalle, siinä pitää säteillä. Joo, hymystäni olen saanut positiivista palautetta!

Myös vähäisellä vaatetuksella on merkityksensä. Bikineistä ja korkokengistä on tarkat ohjeet. Kengän kanta saa olla 12 senttiä korkea, Satu on kisannut kymmensenttisillä.

– Samoja kenkiä olen käyttänyt vuodesta 2007.

Bikinit helyineen ovat kalliit, jopa 800 euroa.

– Tähän asti olen ostanut käytetyt tai muokannut normibikineistä kisamallit. Nyt MM-kisoihin sain ensimmäiset mittatilausbikinit sponsorilta. ■



KATSO SÄHKÖISEN LEHDEN VIDEOLTA SATUN VINKKI OIKEAAN NOSTOTEKNIikkaan JA RIPAUS TREENIÄKIN

El Salvador

Satu Kotila on tyytyväinen joulukuisseen El Salvadorin matkaansa, vaikka lennot suuntansa kestivät 25 tuntia, vaikka hän karsiutui 15 parhaan joukosta ensimmäisellä kierroksella ja vaikka tulomatkalla iski flunssa. Merkillä pantavaa MM-kisoissa oli, että parhaiden joukossa oli isolihaaksia naisia, entisiä kehonrakentajiaakin. Satu ei halua lähteä tälle linjalle, vaan haluaa yhä pysyä naisellisenä kilpailijana. Kovaa hinkua uusiin kansainvälisiin kisoihin hänellä ei nyt ole, mutta treenaus jatkuu tavoitteellisesti. Satu on palannut myös hoitotyöhön. Alla oleva kuva Satusta on syksyn MM-karsintakisasta Jyväskylältä.



TOMI MANKKI / BODY-LEHTI

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 (73,80 €/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:

YHTEYDENOTTOPYyntö:

Haluan, että minuun otetaan yhteyttä.

- ☐ Sähköpostitse. Sähköpostiosoite: _____

- ☐ Puhelimitse. Puhelinnumero: _____

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

Allekirjoitus: _____ Päiväys: ____ . ____ 20____



SUPERIN JÄSENMAKSUT 2016

Huom! Ilmoita jäsenyksikköön aina, kun jäsenyytesi tulee muutoksia, esimerkiksi kun jätät äitiysvapaalle tai elämäntilanteesi muuttuu muutoin.

Tee ilmoitus verkossa www.superliitto.fi sähköisen jäsenpalvelun kautta tai kohdasta: Jäsenyys > Jäsentietojen päivitys.

Jäsenmaksu on verotuksessa vähennyskelpoinen.

TYÖSSÄ OLEVA VARSINAINEN JÄSEN

Jäsenmaksu on 1,2 % bruttopalkasta.

ULKOMAILLA

Kun asut ulkomailla, jäsenmaksusi on 6 €/kk.

Kun työskentelet ulkomailla alle 3kk, jäsenmaksu on 1,2 % bruttopalkastasi.

OPISKELIJA

SuPerin opiskelijajäsenyys on maksuton aina valmistumiseen asti.

JATKO- OPISKELIJA

Jäsenmaksu on 6 €/kk.

Jos olet töissä opiskeluaikanasasi, on jäsenmaksu 1,2 % bruttopalkastasi eikä 6 €:n kuukausimaksua tarvitse erikseen suorittaa.

YRITTÄJÄ TAI YKSITYINEN PERHEPÄIVÄHOITAJA

Yrittäjänä toimivan jäsenen jäsenmaksu on 10 €/kk.

ELÄKELÄINEN

Eläkeläisen jäsenmaksu on 10 € vuodessa. Osa-ajaeläkeläisen jäsenmaksu on 1,2 % bruttopalkasta.

Määräaikaisella työkyvyttömyyseläkkeellä olevat ovat jäsenmaksuvapautettuja.

TYÖSTÄ VÄLIAIKAISESTI POISSA OLEVA/ KOTONA OLEVA JÄSEN

Jos et ole työnhakijana TE-toimistossa, on jäsenmaksusi 6 €/kk.

TYÖTÖN

Kun saat korvausta Kelasta, hae jäsenmaksuvapautusta.

Kun saat Super työttömyyskassalta ansio-päivärahaa, perii kassa jäsenmaksun suoraan päivärahasta.

ÄITIYS- TAI ISYYSVAPAA, HOITOVAPAA

Kelan maksamalta ajalta hae jäsenmaksuvapautusta.

Palkalliselta ajalta jäsenmaksu on 1,2 % bruttopalkasta.

Lue lisää jäsenmaksuvapautuksista ja jäsenmaksun maksamisesta osoitteessa www.superliitto.fi tai skannaa QR-koodi. ►





Pakinoitsijana aloittava Hanna Jokinen: Haluan herättää tunteita ja keskustelua

TEKSTI ELINA KUJALA KUVA MARJAANA MALKAMÄKI

SuPerin uusi pakinoitsija Hanna Jokinen kirjoittaa ajankohtaisista aiheista, eikä pelkää ottaa kantaa.

Muistat ehkä sen vajaan parin vuoden takaisen kohun, joka syntyi, kun kaksi aikuista naista irvaili reilusti ylipainoiselle naiselle hämeenlinnalaisessa uimahallissa. Tai sen kärkevän tekstin, jossa valotettiin millaista hoitotyön arki ihan oikeasti tulee olemaan, jos hallituksen kaavailemat säästösuunnitelmat toteutuvat. Molemmat aiheet ovat saattaneet vilahtaa silmiin sosiaalisessa mediassa tai iltapäivälehdessä, niistä on ehkä keskusteltu työpaikan kahvipöydässä.

Pienten kohujen takana on hämeenlinnalainen, reilu kolmikymppinen lähihoitaja Hanna Jokinen, joka sosiaalisen median maailmassa tunnetaan Run babe run -blogistaan. Hän on myös tulisieluinen ammattiyhdistysaktiivi, rock'n'roll- ja pinup-harrastaja, intohimoinen liikkuja ja tästä SuPer-lehden numerosta alkaen lehden pakinoitsija.

Hanna Jokinen on aina pitänyt kirjoittamisesta, vaikka ei pitkään aikaan ajatellutkaan sen olevan mitään satunnaista pöytälaatikkorustailua vakavampaa. Hannan ja sanojen suhde syveni vähitellen.

– Muutama vuosi sitten rupesin kirjoittamaan laululyriikoita ystäväni bändille. Blogiin ja muualle sosiaaliseen mediaan tekemistäni postauksista jorkut ovat saaneet paljon huomiota, muutamia on jaettu tuhansia kertoja. Olen ollut huomiossa ja herättämässä keskustelusta tosi yllättynyt, mutta sitten olen ajatellut, että ehkä teen jotakin oikein, naurahtaa Hanna.

Hanna haluaa SuPerin pakinoitsijana kirjoittaa laajasti ilmiöistä, ihmisistä ja kohtaamisista, hoitotyöstä ja hoitajuudesta.

– Toivon, että tekstini ovat ajassa kiinni. Haluan herättää tunteita ja keskustelua, välillä räväkästikin.

Ajan ilmiöt kuten erilaiset ennakkoluulot tai valtion talous säästötoimineen ovat aiheita, jotka herättävät työpaikoilla huolta, pelkoa, tyytymättömyyttä ja epävarmuutta. Niitä aiheita Hannakin aikoo pakinoissaan käsitellä.

– Työssä jaksaminen on yksi tärkeä teema, josta tulen varmasti kirjoittamaan. Kiire kasvaa, resurssit pienenevät ja työtä pitäisi jaksaa tehdä yhä vanhemmaksi. Kuinka vaikeaa onkaan sanoa ei, kun kysytään, että jäätkö iltavuoron jälkeen ylitöihin? Silti omasta jaksamisestaan pitäisi pitää huolta.

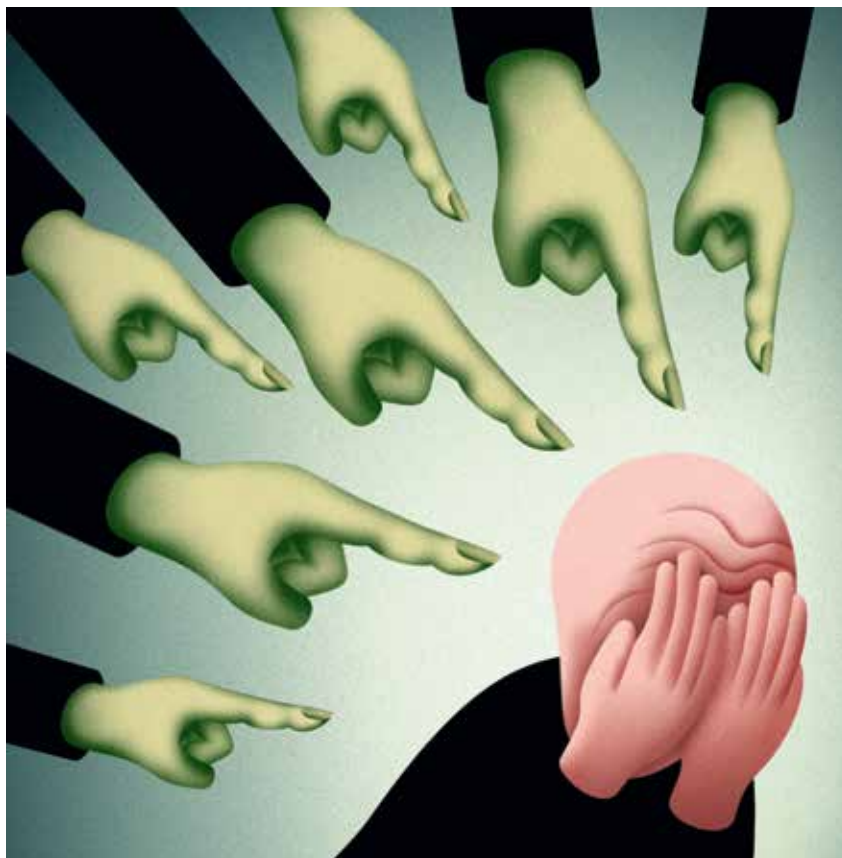
Lukijapalautte on tervetullutta.

– Haluaisin herättää vastavuoroista keskustelua ja kuulla, millaisia ajatuksia käsittelemäni aiheet kahvipöydissä herättävät.

Hanna Jokinen työskentelee lähihoitajana hämeenlinnalaisen vanhainkodin intervalliosastolla. Hän on haavahoitovastaava ja opiskelee työnsä ohessa jalkojenhoidon osaamisalan tutkintoa. Superilaisille Jokinen on tuttu ammattiyhdistyksestä. Hän on ammattiosastonsa sihteeri ja opiskelijoiden yhteyshenkilö SuPer-Opo.

– Lähihoitajilla on laaja osaaminen ja toivon, että saisimme käyttää ammattitaitoamme. Hoitotyö uudistuu koko ajan, mutta roboteista ja muusta teknologiasta huolimatta tarvitaan inhimillisyyttä. Sitä, että on ihminen toiselle ihmiselle. Se on lähihoitajan työn ydin. ■

AIKAMME PAHIN KANSANTAUTI?



JOONAS VÄÄNÄNEN

den ja vihan niin kuin kuka tahansa. Hän tietää kuinka pilkka satuttaa häntä siinä missä fyysisesti tervettä ihmistäkin.



Uskallan väittää, että ennakkoluulot ovat aikamme hankalin kansantauti. Pelko ja epäluulo uutta ja erilaista kohtaan aiheuttaa sairauden lailla tuskaa monille yhteiskunnassamme. Yhtä lailla se syö epäluuloista itseään, puhumattaakaan siitä, mitä se tekee epäluulon ja vihan kohteelle. Esimerkit saattavat tuntua liioitelluilta ja kärjistetyiltä, mutta ovat valitettavan totta yhä 2010-luvun Suomessa. Aikuiset miehet heittelevät vastaanottokeskuksia polttopullolla tai liehuvat lakana päässä muukalaisvihaa lietsoten kohdistuen kiukkunsa ja ne syvään juurtuneet ennakkoluulonsa kohden ryhmää, jossa on mukana vain muutaman vuoden ikäisiä lapsia.

Homoseksuaalit, kehitysvammaiset, näkyvistä ulkonäkömuutoksista kärsivät henkilöt, mielenterveyden sairauksia potevat ihmiset... Lista on loputon. Liian moni saa kokea olevansa täysin vääränlainen, tuomittava, epäkelpo. Py-sähdytäänkö hetki, mietitäänkö, että joskus sama viha voi osua omalle kohdalle ja pilkka käydä omaan nilkkaan. Joskus pilkan kohteena voit olla sinä itse, lapsesi tai puoliso. Koskaan ei voi tietää, ehkä elämä rampauttaa meidät itsemme joskus näkyvästi. Toivoisiko silloin kuitenkin ihmisarvonsa säilyvän ja tulevaisuuden kohdatuksi samana ihmisenä kuin ennenkin?

Olisiko meidän siis terveydenhuollon ammattilaisina aika katsoa peiliin ja sanoa ei syrjinnälle? Kaikkea ei heti ehkä pysty ymmärtämään tai hyväksymään, purematta nielemään, mutta aina voi valita asiallisuuden ja hyvät käytöstavat. Aina voi kohdella toista niin kuin itse haluaisi tulla kohdelluksi.

Hoivataanko pois aikamme ikävin tauti: ennakkoluuloisuus? ■

Pieni tyttö Syyriasta painautuu kiinni äitinsä kylkeen. Silmät suurina pelosta hän nyplää äidin takin helmaa kylmässä Suomen illassa. Ihmiset ympärillä huutelevat vihaisesti ja räjäyttelevät ilotulitteita. Tyttö itkee hiljaa ja muistaa kodin, joka tuhoutui pommituksessa. Ilotulitteet tuovat mieleen kauhut, kun isä ja veli saivat surmansa, siinä lapsen silmien edessä. Jos tulijat ymmärtäisivät kieltä, saisivat he kuulla kuinka heidän tulisi painua takaisin maahansa. Ettei heitä täällä kaivata, kun he kuitenkin ovat vain paremman elintason toivossa loisimassa. Kuuntelisiko kukaan heitä ja sodan julmuuksia, jos olisi yhteinen kieli kertoa, miksi he ovat tänne tulleet?

Nuori mies odottaa malttamattomana perjantaiyönä rakastaan rautatieasemalla. Sydän hakkaa odotuksen kasvaessa minuutti minuutilta. Vihdoin ikävä päättyy ja mies saa puristaa rakkaansa syliinsä, tuon maailman tärkeimmän

ihmisen, jonka kanssa haluaa jakaa koko lopun elämänsä. Toinen nuori mies astuu junasta ja vihdoinkin pariskunta on taas yhdessä. Sivummalta saapuu joukko humalaisia ihmisiä, jotka käyvät parin kimppuun. Toinen ehtii paeta soittamaan apua, toinen pahoinpidellään sairaalakuntoon, koska pahoinpitelijöiden mielestä yhdenkään homon ei pitäisi saada elää maan päällä. Voisivatko pahoinpitelijät itse muuttaa omaa seksuaalista suuntautumistaan vain siksi kun joku kysyy?

Sähköpyörätuolia käyttävä tyttö saa kaupungilla pitkiä katseita ja hävyttömiä huuteluita peräänsä. Hänen virheasentoon jäykistyneitä raajojaan kauhistellaan, ja ihan noin vain pokkana kommentoidaan. Hän on koko ikänsä kuulut arvostelua ja kauhistelua. Lapsena hänen äitinsä ja myöhemmin hän itse on saanut selitellä, ettei vammaisuus tartu eikä vaikuta hänen älyynsä. Hän on saanut toistumiseen kertoa, että myös hän tuntee ja kokee ilot, surut, rakkau-



LISÄÄ HANNAN AJATUKSIA LÖYDÄT HÄNEN BLOGISTAAN

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

Vuorotteluvapaalaki tiukentui

TEKSTI SIRKKA RYTINKI KUVA JANNE HARJU

Vuorotteluvapaalain tiukennukset tulivat voimaan vuoden alusta. Tiukennukset koskevat niitä vuorotteluvapaaita, joista sovitaan tämän vuoden puolella. Myös ne vuorotteluvapaat, joista on sovittu viime vuonna, mutta alkavat 31.3.2016 jälkeen, kuuluvat uuden lain piiriin.

Työhistoriaa tarvitaan 20 vuotta aiemman 16 vuoden sijaan. Vapaan ajalta maksettava korvaus on 70 prosenttia työttömyyspäivärahasta eli 80 prosentin taso poistui. Vuorotteluvapaata ei voi enää jaksottaa ja vapaan aika on enintään 180 päivää aiemman 360 päivän sijaan.

ANSIOPÄIVÄRAHAN VEROTUS KIRISTYI

Tämän vuoden alusta lähtien palkkaa varten annettua veroprosenttia korotetaan sekä ansiopäivärahaa että vuorottelukorvausta maksettaessa niin, että vero on vähintään 25 prosenttia. Jos hakija lähettää kassalle muutosverokortin, joka on annettu *etuutta* varten, veroa pidätetään muutosverokortin mukaisesti ilman korotusta.

Kassa saa verotiedot pääsääntöisesti suoraan verottajalta. Jos verotietoja ei jostain syystä ole tullut kassalle, käsittelijä useimmiten pyytää niitä ennen etuuden maksamista. Voit tarkistaa omat verotietosi www.supertk.fi Nettikassa > Maksut > Verotiedot.



ANSIOPÄIVÄRAHA PIENENI

Ansioapäivärahan perusosa laski vuoden alusta 0,4 prosenttia indeksitarkistuksen seurauksena. Vaikutus ulottuu myös ansio-osaan ja lapsikorotukseen. Muutos koskee myös niitä päivärahan saajia, joiden päiväraha on laskettu vuonna 2015 tai aikaisemmin.

Tässä pari esimerkkiä vaikutuksesta: Jos työttömyyttä edeltänyt palkka on ollut 2000 euroa kuukaudessa, kuukauden päiväraha on indeksitarkistuksen jälkeen 1,51 euroa pienempi vuonna 2016 kuin aiemmin. 3500 euroa kuukausipalkkaa saaneiden päivärahaa saa 4,30 euroa vähemmän kuukaudessa.

Lapsikorotus yhdestä lapsesta on vuoden alusta lähtien 5,27 €/päivä. Aiempi korotus oli 5,29 €/päivä. Kahdesta lapsesta lapsikorotus on 7,74 €/päivä, aiempi 7,77 €/päivä. Kolmesta tai useammasta lapsesta lapsikorotus on 9,98 €/päivä aiemman 10,02 €/päivä sijaan.

TYÖTTÖMYYSTURVALAKI MUUTOKSESSA

Lehden painatushetkellä ei työttömyysturvalakiin esitettyjä muutoksia ole vielä vahvistettu laiksi. Kassa tiedottaa muutoksista lain vahvistamisen jälkeen luultavammin helmikuun SuPer-lehdessä. Seuraa kassan tiedotusta myös verkossa www.supertk.fi. ■

Muistettavaa

Jos haet päivärahaa ja saat päivärahaan vaikuttavaa sosiaalietuutta, kuten eläke tai kotihoidontuki, lähetä päätöskopio kassalle, koska kassa tarvitsee tiedon etuuden määrästä tämän vuoden alusta lähtien. Jos olet sivutoiminen yrittäjä ja haet kassalta päivärahaa, lähetä kassalle kopio vuoden 2014 veropäätöksestä, ellet ole lähettänyt sitä jo syksyllä. Kerro aina omasta ja perheenjäsenen yritystoiminnasta TE-toimistolle, samoin, jos opiskelet päivärahaa hakiessasi.



HAKEMUSTEN POSTITUSOSOITE:

Super työttömyyskassa, PL 117, 00521 HELSINKI

Käyntiosoite Kellosilta 3

Fax 09 278 6531, www.supertk.fi

Toimisto avoinna arkin klo 8.30–16.00

Palvelunumero arkin klo 9.00–13.00

09 2727 9377

tkpalvelu@supertk.fi

Lehti vanhustyön ammattilaisille ja päättäjille!

SENIORARBETE Vanhustyö

Liity lukijaksi! SuPerin jäsenille vuosikerta 26 €.

Lehti ilmestyy kuusi kertaa vuodessa.



**Tilaa lehti:
info@vtml.fi**

Ilmoita tilatessa
jäsenyydestäsi.

Saat Vanhustyö-lehdestä uusia ideoita ja virikkeitä oman työsi kehittämiseksi. Lehdessä on käytännön esimerkkejä ja kerromme mm. tutkimuksista sekä arjen kokemuksista.



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

www.vtml.fi

FCG•

Hjärt-och kärlsjukdomar samt diabetes

26.1. Vasa
2.2. Mariehamn
9.2. Åbo

Lääkehoidon tarkistus osastolla ja apteekissa

4.2. Tampere
26.4. Vantaa

Monikulttuurisuus tuli terveydenhuoltoon – haaste vai mahdollisuus?

18.2. Tampere
19.4. Vantaa

Lähi- ja perushoitajien koulutuspäivät

13.–14.4. Tampere

Opiskelu mahdollista myös verkossa:

Kroonisen haavahoidon perusteet ja haavaympäristö Tietosuoja terveydenhuollossa

FCG – Hyvän elämän tekijät

FCG Koulutus • p. 010 4090 • www.fcg.fi

ILMOITTAUTUMISET 11.1. ALKAEN SUPERIN JÄSENSIVUILLA – TOIMI NOPEASTI!!

SUPER-NUORET LAINEILLA

8.-10.4.

Risteily on tarkoitettu SuPerin alle 35-vuotiaille varsinaisille täysi-ikäisille jäsenille, ensisijaisesti niille, jotka eivät ole aikaisemmin osallistuneet SuPer-Nuorten koulutuksiin. Omavastuu hinta 65 € sisältää koulutuksen, ruokailut ja majoituksen kahden hengen hytissä. **LUE LISÄÄ: www.superliitto.fi ▶ Jäsensivut ▶ SuPer kouluttaa**

Koulutuskalenteri koko edunvalvontakoulutuksen osalta löytyy SuPerin verkkosivuilta osoitteesta www.superliitto.fi. Kaikki mahdolliset tarkennukset päivitetään verkkosivuille.

Koulutuskalenterista näet kurssin nimen, ajankohdan, sopimusalan, kohderyhmän ja viimeisen ilmoittautumispäivämäärän.

Kurssit on jaoteltu neljään pääryhmään:

- SuPer / kunta
- SuPer / yksityinen
- Aktiivi-Instituutti / kunta
- Aktiivi-Instituutti / yksityinen

Olethan tarkkana, että ilmoittaudut yllä olevan jaot-
telun mukaisesti oman sopimusalasi koulutukseen ja

SuPer/Kunta

Luottamusmiestutkinto, 1. opintojakso

15.-19.2.2016 Helsinki
19.-23.9.2016 Oulu

Viim.ilm.pv

4.1.2016
8.8.2016

SuPerin luottamusmiestutkinto sisältää kolme opintojaksoa, jotka suoritetaan vuoden välein (5pv + 5pv + 3pv). Tutkinnon ensimmäiselle jaksolle osallistuneet kutsutaan automaattisesti toiselle ja kolmannelle jaksolle.

Kohderyhmä: Kuntasektorin pääluottamusmiehet, luottamus-
miehet ja heidän varamiehensä sekä ammattiosastojen puheenjohtajat, jotka eivät ole suorittaneet luottamusmiestutkintoa.

Luottamusmiestutkinto, 2. opintojakso

1.-5.2.2016 Helsinki
5.-9.9.2016 Kuopio
3.-7.10.2016 Tampere

Viim.varmistuspv

11.1.2016
15.8.2016
12.9.2016

Kohderyhmä: Kurssille kutsutaan kuntasektorin pääluottamusmiehet, luottamusmiehet ja heidän varamiehensä sekä ammattiosastojen puheenjohtajat, jotka osallistuivat Luottamusmiestutkinnon 1. opintojaksolle v. 2015.

Kutsu lähetetään automaattisesti, mutta jokaisen on ehdottomasti varmistettava osallistumisensa sähköisen asiointijärjestelmän kautta. Huom! Peruutukset sähköpostilla.

Luottamusmiestutkinto, 3. opintojakso

25.-27.1.2016 Helsinki
29.2.-2.3.2016 Helsinki
14.-16.3.2016 Helsinki
29.-31.8.2016 Helsinki
10.-12.10.2016 Helsinki

Viim.varmistuspv

4.1.2016
8.2.2016
22.2.2016
8.8.2016
19.9.2016

Kohderyhmä: Kurssille kutsutaan kuntasektorin pääluottamusmiehet, luottamusmiehet ja heidän varamiehensä sekä ammattiosastojen puheenjohtajat, jotka osallistuivat Luottamusmiestutkinnon 2. opintojaksolle v. 2015.

Kutsu lähetetään automaattisesti, mutta jokaisen on ehdottomasti varmistettava osallistumisensa sähköisen asiointijärjestelmän kautta. Huom! Peruutukset sähköpostilla.

Luottamusmiestutkinto, jatkokoulutus

12.-13.9.2016 Helsinki

viim.ilm.pv

1.8.2016

SuPerin luottamusmiestutkinnon jatkokoulutuksen tavoitteena on pitkään luottamusmiehenä toimineen tietojen päivittäminen ja syventäminen.

Kohderyhmä: Kuntasektorin pääluottamusmiehet, luottamusmiehet ja heidän varamiehensä sekä ammattiosastojen puheenjohtajat, jotka ovat suorittaneet luottamusmiestutkinnon eri opintojaksot (1, 2 ja 3).

kuulut kurssin kohdalla mainittuun kohderyhmään! Eri-
tyisen tärkeää on myös, että mainitset, missä tehtävässä
toimit. HUOM! Mikäli olet ilmoittautunut väärän sopi-
musalan koulutukseen, ilmoittautuminen hylätään.

Noudatathan hakuaikoja, jotta saat kutsun ajoissa.
Jälki-ilmoittautumisia ei huomioida.

Kurssipaikka

Tarkemmat tiedot kurssipaikasta saat kurssikutsun yh-
teydessä. SuPerin omat kurssit pidetään pääsääntöisesti
joko Helsingissä, Oulussa, Kuopiossa tai Tampereella.
Aktiivi-Instituutin kurssit pidetään heidän omissa kou-
lutustiloissaan Helsingissä. Poikkeuksena ne muutamat
kurssit, joiden kohdalla paikkakunta on merkitty kurssin
kohdalle.

Varhaiskasvatuksen ja päivähoiton palvelujen luottamusmiesten edunvalvontapäivä

1.4.2016 Helsinki

viim.ilm.pv

19.2.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja heidän varamiehensä.

Pääluottamusmiesten neuvottelupäivät

7.-8.4.2016 Helsinki

viim.ilm.pv

25.2.2016

Kohderyhmä: Pääluottamusmiehet. Mikäli pääluottamusmies on estynyt, voi hänen varamiehensä osallistua. Asia pitää mainita ilmoittautumisen yhteydessä.

Työsuojelupäivä

13.-14.10.2016 Helsinki

viim.ilm.pv

1.9.2016

Kohderyhmä: Työsuojeluvaltuutetut ja heidän varamiehensä, työ-
suojausiammiehet, työsuojelutoimikunnan tai jos sellaista ei ole,
vastaavan paikallisen yhteistoimintaelimen jäsenet.

Työmarkkinapäivät

10.-11.11.2016 Helsinki

viim.ilm.pv

9.9.2016

Kohderyhmä: Pääluottamusmiehet, luottamusmiehet ja heidän
varamiehensä sekä ammattiosastojen puheenjohtajat.

SuPer/Yksityinen

Työsuojelupäivä, TP-tes, SOS-tes

13.-14.10.2016 Helsinki

viim.ilm.pv

1.9.2016

Kohderyhmä: Työsuojeluvaltuutetut ja heidän varamiehensä, työ-
suojausiammiehet, työsuojelutoimikunnan tai jos sellaista ei ole,
vastaavan paikallisen yhteistoimintaelimen jäsenet.

Työmarkkinapäivät TP-tes, SOS-tes, AVAINTA

10.-11.11.2016 Helsinki

viim.ilm.pv

9.9.2016

Kohderyhmä: Pääluottamusmiehet, luottamusmiehet ja heidän
varamiehensä sekä ammattiosastojen puheenjohtajat.

Yksityissektorin neuvottelupäivät TP-tes, SOS-tes, AVAINTA

5.-6.4.2016 Helsinki

viim.ilm.pv

23.2.2016

Kohderyhmä: Neuvottelupäivä on tarkoitettu yksityisellä sosiaali-
ja terveyspalvelualalla työskenteleville luottamusmiehillä.

Luottamusmiesten peruskoulutus TP-tes, SOS-tes

1. jakso 25.-27.1.2016 Helsinki
2. jakso 12.-13.9.2016 Helsinki

viim.ilm.pv

21.12.2015
12.8.2016

Kohderyhmä: Sosiaali- ja terveystalvotlalla työskentelevät luot-
tamusmiehet.

Lisätiedot: sihteeri Sirpa Lahtiluoma, sirpa.lahtiluoma@superliitto.fi,
puh. 09 2727 9182

Luottamusmiesten jatkokurssi **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
1.-2.2.2016 Helsinki 6.1.2016

Kohderyhmä: Sosiaali- ja terveystalvotlalla työskentelevät luot-
tamusmiehet.

Lisätiedot: sihteeri Sirpa Lahtiluoma, sirpa.lahtiluoma@superliitto.fi,
puh. 09 2727 9182



Aktiivi-Instituutti/Kunta

Aktiivi-Instituutti sijaitsee osoitteessa Mikonkatu 8, 00100 Helsinki

Tarkemmat tiedot kurssien sisällöstä löydät Aktiivi-Instituutin sivuil-
ta osoitteesta: www.aktiivi-instituutti.fi

Luottamusmiesten täydennyskoulutus

Palkkausjärjestelmät kunta-alalla **viim.ilm.pv**
21.-22.1.2016 16.12.2015
29.-30.8.2016 13.6.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

SOTE-kenttä **viim.ilm.pv**
17.-18.3.2016 4.2.2016
7.-8.11.2016 26.9.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Neuvotellaan paikallisesti kunnassa, **viim.ilm.pv**
1.jakso
9.-10.2.2016 4.1.2016
14.-15.4.2016 3.3.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Neuvotellaan paikallisesti kunnassa, **viim.ilm.pv**
2.jakso
16.-17.8.2016 13.6.2016
27.-28.10.2016 15.9.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Kuntatyöaika **viim.ilm.pv**
3.-4.3.2016 21.1.2016
27.-28.10.2016 15.9.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Työsuhteen erilaiset muodot **viim.ilm.pv**
10.-11.3.2016 28.1.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Työn vaatavuuden arviointia kehittämään **viim.ilm.pv**
kunta-alalla
12.-13.9.2016 1.8.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Työpaikan lakisääteiset suunnitelmat **viim.ilm.pv**
11.-12.4.2016 29.2.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Sairastaminen ja työelämä **viim.ilm.pv**
9.-10.5.2016 28.3.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Työelämän lait soveltaen **viim.ilm.pv**
20.-21.10.2016 8.9.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Tuloksellisuus ja tuottavuus **viim.ilm.pv**
kunnallisessa hoitotyössä
23.-24.5.2016 11.4.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Yksityisyyden suoja ja yhdenvertaisuus **viim.ilm.pv**
työelämässä
30.-31.5.2016 18.4.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Työaika- ja vuosilomalakia käytännössä **viim.ilm.pv**
16.-17.5.2016 4.4.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Luottamusmiesten ja työsuojelun yhteinen täydennyskoulutus Työhyvinvointikoulutus

Häirintä ja epäasiallinen kohtelu työpaikalla **viim.ilm.pv**
2.-3.2.2016 4.1.2016
10.-11.10.2016 29.8.2016

Kohderyhmä: Täydennyskoulutus luottamusmiehille ja varaluot-
tamusmiehille sekä työsuojelutehtävissä toimiville.

Väkivallan uhka työpaikalla **viim.ilm.pv**
4.-5.2.2016 4.1.2016

Kohderyhmä: Täydennyskoulutus luottamusmiehille ja varaluot-
tamusmiehille sekä työsuojelutehtävissä toimiville.

Työyhteisösovittelu ristiriitojen ratkaisuun **viim.ilm.pv**
8.-9.2.2016 4.1.2016
24.-25.10.2016 12.9.2016

Kohderyhmä: Täydennyskoulutus luottamusmiehille ja varaluot-
tamusmiehille sekä työsuojelutehtävissä toimiville.

Varhainen puuttuminen ja tuki **viim.ilm.pv**
työyhteisön toimintatavaksi
14.-15.3.2016 1.2.2016
5.-6.10.2016 24.8.2016

Kohderyhmä: Täydennyskoulutus luottamusmiehille ja varaluot-
tamusmiehille sekä työsuojelutehtävissä toimiville.

Työhyvinvointi työpaikalla **viim.ilm.pv**
20.-21.4.2016 9.3.2016
14.-15.11.2016 3.10.2016

Kohderyhmä: Täydennyskoulutus luottamusmiehille ja varaluot-
tamusmiehille sekä työsuojelutehtävissä toimiville.

Monikulttuurisuus työpaikalla

21.–22.11.2016

viim.ilm.pv

10.10.2016

Kohderyhmä: Täydennyskoulutus luottamusmiehille ja varaluottamusmiehille sekä työsuojelutehtävissä toimiville.

Päihteet puheeksi

12.–13.10.2016

viim.ilm.pv

31.8.2016

Kohderyhmä: Täydennyskoulutus luottamusmiehille ja varaluottamusmiehille sekä työsuojelutehtävissä toimiville.

TYKY-seminaari

12.–13.5.2016

viim.ilm.pv

31.3.2016

Kohderyhmä: Täydennyskoulutus luottamusmiehille ja varaluottamusmiehille sekä työsuojelutehtävissä toimiville.

Työsuojelun peruskoulutus

Työsuojelun peruskurssi

(1. jakso 9/2015)

2. jakso 21.–22.1.2016

viim.ilm.pv

16.12.2015

Työsuojelun peruskurssi

1. jakso 24.–26.2.2016

2. jakso 7.–8.4.2016

13.1.2016

25.2.2016

Työsuojelun peruskurssi (Kuopio)

1. jakso 14.–16.3.2016

2. jakso 21.–22.4.2016

1.2.2016

10.3.2016

Työsuojelun peruskurssi (Oulu)

1. jakso 18.–20.4.2016

2. jakso 23.–24.5.2016

7.3.2016

11.4.2016

Työsuojelun peruskurssi

1. jakso 9.–11.5.2016

2. jakso 2.–3.6.2016

28.3.2016

21.4.2016

Työsuojelun peruskurssi (Tampere)

1. jakso 19.–21.9.2016

2. jakso 17.–18.10.2016

8.8.2016

5.9.2016

Työsuojelun peruskurssi

1. jakso 8.–10.11.2016

2. jakso 1.–2.12.2016

27.9.2016

20.10.2016

Kohderyhmä: Työsuojeluvaltuutetut ja varavaltuutetut, työsuojeluasiamiehet, työsuojelutoimikunnan tai jos sellaista ei ole, vastaavan paikallisen yhteistoimintaelimen jäsenet

Työsuojelutietoa luottamusmiehille

22.–23.2.2016 (Oulu)

25.–26.8.2016

viim.ilm.pv

11.1.2016

13.6.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Työsuojelun täydennyskurssi (peruskurssin suorittaneille)

19.–21.10.2016 (Oulu)

viim.ilm.pv

7.9.2016

HUOM!

Työsuojelukonsultin tutkinnon, työsuojelukonsulttien täydennyskoulutuksen, työmarkkinakonsultin tutkinnon sekä työmarkkinakonsultin tutkinnon täydennyskoulutuksen ja yhteistoimintakoulutuksen kurssit löydät osoitteesta www.superliitto.fi/jasenyyss/koulutukset/edunvalvontakoulutus/

7.–9.12.2016

26.10.2016

Kohderyhmä: Kurssi on tarkoitettu niille, jotka ovat joskus aikaisemmin osallistuneet työsuojelun peruskurssille, mutta tuntevat tarvetta tietojensa päivittämiselle.

Aktiivi-Instituutti/Yksityinen

Aktiivi-Instituutti sijaitsee osoitteessa Mikonkatu 8, 00100 Helsinki

Tarkemmat tiedot kurssien sisällöstä löydät Aktiivi-Instituutin sivuilta osoitteesta: www.aktiivi-instituutti.fi

Luottamusmieskoulutus

Luottamusmiesten peruskoulutuksen

1. jakso

10.–12.2.2016

14.–16.3.2016

22.–24.8.2016

5.–7.10.2016

TP-tes,SOS-tes

TP-tes,SOS-tes, AVAINTA

TP-tes,SOS-tes

TP-tes,SOS-tes

viim.ilm.pv

4.1.2016

1.2.2016

13.6.2016

24.8.2016

Kohderyhmä: Uudet luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet, joiden työpaikalla noudatetaan Yksityisen terveystalouden, Yksityisen sosiaalialan ja AVAINTA:n työntekijöitä koskevaa työehtosopimusta.

Luottamusmiesten peruskoulutuksen

2. jaksot

18.–19.2.2016

18.–19.4.2016

1.–2.9.2016

3.–4.11.2016

TP-tes,SOS-tes

TP-tes,SOS-tes

TP-tes,SOS-tes, AVAINTA

TP-tes,SOS-tes

viim.ilm.pv

4.1.2016

7.3.2016

13.6.2016

22.9.2016

Luottamusmiesten jatkokurssit

2.–3.5.2016

1.–2.12.2016

TP-tes,SOS-tes

TP-tes,SOS-tes

viim.ilm.pv

21.3.2016

20.10.2016

Kohderyhmä: Uudet luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet, joiden työpaikalla noudatetaan Yksityisen terveystalouden ja Yksityisen sosiaalialan työntekijöitä koskevaa työehtosopimusta.

TSN:n neuvottelupäivät, TP-tes, SOS-tes

19.–20.5.2016

24.–25.11.2016

viim.ilm.pv

7.4.2016

13.10.2016

Kohderyhmä: Neuvottelupäivät on tarkoitettu TSN:läisille luottamusmiehille.

Edunvalvontapäivät, AVAINTA

19.–20.5.2016

viim.ilm.pv

7.4.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet, joiden työpaikalla noudatetaan AVAINTA:n työntekijöitä koskevaa työehtosopimusta.

Yksityissektorin pääluottamusmiesten koulutuspäivä, TP-tes,SOS-tes, AVAINTA

2.12.2016

viim.ilm.pv

21.10.2016

Kohderyhmä: Pääluottamusmiehet ja varapääluottamusmiehet
Järjestäjä: TSN

Luottamusmiesten täydennyskoulutus

Yhteistoiminnalla tulosta yrityksessä **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
 12.–13.5.2016 31.3.2016
 Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Neuvottelija vakuuttavana ja vaikuttavana viestijänä, **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
 7.–8.3.2016 25.1.2016
 20.–21.9.2016 9.8.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Mistä lähtökohdista neuvottelen **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
 1.–2.11.2016 20.9.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Henkilöstön edustaja mukana **viim.ilm.pv**
työyhteisön kehittämisessä,
TP-tes, SOS-tes
 29.–30.3.2016 16.2.2016
 29.–30.9.2016 18.8.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Paikallisen sopimisen perusteita yrityksessä **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
 7.–8.9.2016 1.8.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Työaika- ja vuosilomalakia käytännössä **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
 16.–17.5.2016 4.4.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Työpaikan lakisäätöiset suunnitelmat **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
 11.–12.4.2016 29.2.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Yksityisyyden suoja ja yhdenvertaisuus **viim.ilm.pv**
työelämässä,
TP-tes, SOS-tes
 30.–31.5.2016 18.4.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Monikulttuurisuus työpaikalla **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
 21.–22.11.2016 10.10.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Työsuhteen erilaiset muodot **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
 10.–11.3.2016 28.1.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Työelämän lait soveltaen **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
 20.–21.10.2016 8.9.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Työsuojelutietoa luottamusmiehille **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
 22.–23.2.2016 (Oulu) 11.1.2016

17.–18.3.2016 4.2.2016
 25.–26.8.2016 13.6.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Häirintä ja epäasiallinen kohtelu työpaikalla **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
 2.–3.2.2016 4.1.2016
 10.–11.10.2016 29.8.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Loppu kiusaamiselle, **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
 3.–4.10.2016 22.8.2016

Kohderyhmä: Luottamusmiehet ja varaluottamusmiehet

Työsuojelun peruskoulutus

Työsuojelun peruskurssi, **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
 (1. jakso 9/2015)
 2. jakso 21.–22.1.2016 16.12.2015

Työsuojelun peruskurssi,
TP-tes-SOS-tes
 1. jakso 24.–26.2.2016 13.1.2016
 2. jakso 7.–8.4.2016 25.2.2016

Työsuojelun peruskurssi, (Kuopio)
TP-tes-SOS-tes
 1. jakso 14.–16.3.2016 1.2.2016
 2. jakso 21.–22.4.2016 10.3.2016

Työsuojelun peruskurssi, (Oulu)
TP-tes-SOS-tes
 1. jakso 18.–20.4.2016 7.3.2016
 2. jakso 23.–24.5.2016 11.4.2016

Työsuojelun peruskurssi
TP-tes-SOS-tes
 1. jakso 9.–11.5.2016 28.3.2016
 2. jakso 2.–3.6.2016 21.4.2016

Työsuojelun peruskurssi, (Tampere)
TP-tes-SOS-tes
 1. jakso 19.–21.9.2016 8.8.2016
 2. jakso 17.–18.10.2016 5.9.2016

Työsuojelun peruskurssi
TP-tes-SOS-tes
 1. jakso 21.–23.9.2016 10.8.2016
 2. jakso 13.–14.10.2016 1.9.2016

Työsuojelun peruskurssi
TP-tes-SOS-tes
 1. jakso 8.–10.11.2016 27.9.2016
 2. jakso 1.–2.12.2016 20.10.2016

Kohderyhmä: Työsuojeluvaltuutetut ja varavaltuutetut, työsuojeluasiamiehet, työsuojelutoimikunnan tai jos sellaista ei ole, vastaavan paikallisen yhteistoimintaelimen jäsenet

Työsuojelun täydennyskurssi **viim.ilm.pv**
TP-tes-SOS-tes
 19.–21.10.2016 (Oulu) 7.9.2016
 7.–9.12.2016 26.10.2016

Kohderyhmä: Kurssi on tarkoitettu niille, jotka ovat joskus aikaisemmin osallistuneet työsuojelun peruskurssille, mutta tuntevat tarvetta tietojensa päivittämiselle.

Työsuojelun täydennyskoulutus

Kohderyhmä: Täydennyskoulutus työsuojelutehtävissä toimiville

TYKY-seminaari, TP-tes, Sos-tes **viim.ilm.pv**
12.–13.5.2016 31.3.2016

Väkivallan uhka työpaikalla **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
4.–5.2.2016 4.1.2016

Häirintä ja epäasiallinen kohtelu työpaikalla **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
2.–3.2.2016 4.1.2016
10.–11.10.2016 29.8.2016

Luottamusmiesten ja työsuojelun yhteinen täydennyskoulutus

Sairastaminen ja työelämä **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
9.–10.5.2016 28.3.2016

Kohderyhmä: Täydennyskoulutus luottamusmiehille ja varaluottamusmiehille sekä työsuojelutehtävissä toimiville.

Henkilöstön edustajien voimavarapäivät **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
8.–9.6.2016 27.4.2016

Kohderyhmä: Kaikki henkilöstön edustajat

Työhyvinvointi työpaikalla **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
20.–21.4.2016 9.3.2016
14.–15.11.2016 3.10.2016

Kohderyhmä: Täydennyskoulutus luottamusmiehille ja varaluottamusmiehille sekä työsuojelutehtävissä toimiville.

Päihteet puheeksi, TP-tes, SOS-tes **viim.ilm.pv**
12.–13.10.2016 31.8.2016

Kohderyhmä: Täydennyskoulutus luottamusmiehille ja varaluottamusmiehille sekä työsuojelutehtävissä toimiville.

Työyhteisösovittelu ristiriitojen ratkaisuun **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
8.–9.2.2016 4.1.2016
24.–25.10.2016 12.9.2016

Kohderyhmä: Täydennyskoulutus luottamusmiehille ja varaluottamusmiehille sekä työsuojelutehtävissä toimiville.

Varhainen puuttuminen ja tuki työyhteisön toimintatavaksi, TP-tes, SOS-tes **viim.ilm.pv**
14.–15.3.2016 1.2.2016
5.–6.10.2016 24.8.2016

Kohderyhmä: Täydennyskoulutus luottamusmiehille ja varaluottamusmiehille sekä työsuojelutehtävissä toimiville.

Henkilöstön edustajana työyhteisössä **viim.ilm.pv**
TP-tes, SOS-tes
1. osa 29.2.–2.3.2016 18.1.2016
2. osa 27.–29.4.2016 16.3.2016
3. osa 6.–8.6.2016 25.4.2016

Kohderyhmä: Kaikki henkilöstön edustajat

Henkilöstön edustajana työyhteisössä
TP-tes, SOS-tes

1. osa 5.–7.9.2016 1.8.2016
2. osa 16.–18.11.2016 5.10.2016
3. osa 12.–14.12.2016 31.10.2016

Kohderyhmä: Kaikki henkilöstön edustajat



Kustannukset, ilmoittautumiset ja lisätiedot

Kustannukset

Kuntasektori (luottamusmies- ja yhteistoimintakoulutus)

Työnantaja myöntää palkallisia kursseja varten virkavapaan/työloman ja maksaa kurssin järjestäjälle ruokailukustannusten korvausta 24,80 €/kurssipäivä.

SuPer maksaa kurssimaksun, majoituksen ja matkakulut.

Kuntasektori (työsuojelukoulutus)

Työnantaja myöntää palkallisia kursseja varten virkavapaan/työloman ja maksaa kurssin järjestäjälle kurssikustannusten korvausta 40 €/kurssipäivä.

SuPer maksaa kurssimaksun, majoituksen ja matkakulut.

Yksityissektori

Työnantaja myöntää palkallisen vapaan koulutustyöryhmän hyväksymille kursseille. SuPer maksaa kurssimak-sun, majoituksen ja matkakulut.

Koulutukseen ilmoittautuminen

Kursseille voi ilmoittautua ainoastaan SuPerin verkossa jäsen-sivuilla olevan sähköisen asiointijärjestelmä WebLyytin kautta.

Jäsen sivuille kirjautumaan pääset www.superliitto.fi-palvelun oikeassa yläreunassa olevan Kirjautu jäsen sivuille -linkin kautta.

Majoitus

Kurssien aikana majoitus on pääsääntöisesti kahden hengen huoneissa.

Mikäli haluat yhden hengen huoneen, on sinun mainittava siitä erikseen. Jos haluat yhden hengen huoneen, maksat erotuksen itse.

Lisätiedot

Lisätiedot edunvalvontakoulutuksista saa koulutuskoodinaat-tori Tarja Sundqvistilta.

tarja.sundqvist@superliitto.fi,
puh. 09 2727 9164



JÄSENTEN KOULUTUS- MATKA CAMBRIDGEEN

1.-6.5.2016

Tule mukaan superilaiseen porukkaan! Koulutusmatkalla tutustumme Englannin hoitotyöhön ja viehättävään Cambridgen yliopistokaupunkiin. Vierailemme erilaisissa sosiaali- ja terveysalan yksiköissä ja kuulemme ajankohtaisista hoitotyöhön liittyvistä aiheista.

Matkan hinta on 950 euroa. Se sisältää lentomatkat Helsingistä Lontooseen, kuljetukset Cambridgeen, majoituksen vaatimattomasti retkeilymajassa, vierailut, luennot, materiaalit ja luentojen tulkaukset sekä ohjelmassa mainitut tarjoilut. Mukana on kaksi matkanjohtajaa. Tiedustele työnantajaltasi mahdollisuutta käyttää tätä koulutusta täydennyskoulutuksena.

Ohjelma: www.superliitto.fi > Jäsenyys > Koulutukset > Ammatillinen koulutus

Ilmoittautuminen: <https://my.surveypal.com/cambridge2016>

Paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Etusija on niillä, jotka eivät ole aiemmin olleet koulutusmatkoilla.

Tiedustelut ja ohjelma: leena.kaasinen@superliitto.fi

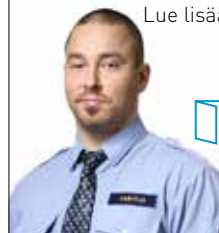
Kouluttaudu mielenkiintoiseen ja haastavaan työhön vastuullisella alalla

Tule opiskelemaan rikosseuraamusala!

Vartijan työhön pätevöittävä
Rikosseuraamusalan tutkinto (16 kk) alkaa 1.9.2016.

Hakuaika: 4.-31.1.2016

Lue lisää ja täytä sähköinen hakemus
www.rskk.fi



RSKK RIKOSSEURAAMUSALAN
KOULUTUSKESKUS



Tutustu Liittokokous 2016 -verkkosivustoon!
Sieltä löydät kaikki tarvitsemasi tiedot kevään vaaleista.

SUPERIN OMA LOMATUKI VUONNA 2016

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 loman vieton jälkeen kuittia vastaan. Lomatukea ei voi käyttää tuetuille lomille eikä liiton loma-asuntoihin.

Lomatuki on suuruudeltaan 200 euroa. Se on tarkoitettu SuPerin jäsenille opiskelijajäseniä lukuun ottamatta. Lomatuki jaetaan jäsenyyden kestoajan

perusteella oheisen taulukon mukaan. Jos jossakin ryhmässä on hakijoita enemmän kuin myönnettäviä lomatukia, tuensaajat arvotaan.

Lomatuki haetaan lomakkeella, jonka voit täyttää SuPerin verkkosivuilla

osoitteessa www.superliitto.fi > Jäsenyys > Jäsenedut > SuPerin lomatuki.

Hakemus on täytettävissä 31.1.2016 asti. Lomatuen saaneille lähetetään postitse ilmoitus tuen saamisesta viimeistään viikolla 7.

JÄSENYYSAIKA

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



SUPER





TYK-KUNTOUTUSTA ITÄ-SUOMEN LÄHI- JA PERUSHOITAJILLE

Kruunupuisto järjestää yhteistyössä lähi- ja perushoitajaliitto SuPer ry:n ja Kelan kanssa TYK-kuntoutusta superilaisille lähi- ja perushoitajille.

TYK-kuntoutus (=työkykyä ylläpitävä ja parantava valmennus) on kohdennettu henkilölle, jolla työssä selviytyminen on olennaisesti heikentynyt tai hänellä on uhkaa lähivuosina työkyvyttömyydestä. Kuntoutuksen tarve arvioidaan kokonaisvaltaisesti työterveyshuollossa.

TYK-kuntoutuksessa työtä, terveyttä ja hyvinvointia tarkastelemalla tunnistetaan keinot parantaa tilannetta ja työkykyä. Yhteistyö työpaikan ja työterveyshuollon kanssa tukee kuntoutumista.

Itä-Suomen lähi- ja perushoitajille suunnattu TYK -kurssi

Kuntoutusjaksot:	Kelan kurssi nro: 63959
■ Selvitysjakso osa I	11.-16.4.2016 (6 vrk)
■ Selvitysjakso osa II	15.-20.8.2016 (6 vrk)
■ 1. Valmennusjakso	7.-11.11.2016 (5 vrk)
■ 2. valmennusjakso	2.-11.5.2017 (10 vrk)
■ 3. valmennusjakso	4.-8.9.2017 (5 vrk)

HAKUOHJEET:

Kuntoutukseen hakeudutaan työterveyshuollon kautta. Hakemuksen (Kelan lomake KU 101) liitteeksi tarvitaan lääkärin laatima B-lausunto terveydentilasta. Hakemuksen liitteeksi tarvitaan työterveyshuollon selvitys KU 108 sekä esimiehen selvitys KU 109. Hakemukset liitteineen toimitetaan Kelan paikallistoimistoon 26.2.2016 mennessä

Kuntoutuksen ajalta kuntoutujalle maksetaan Kelan kuntoutusrahaa. Jos työnantajasi maksaa palkkasi kuntoutuksen ajalta, maksetaan Kelan kuntoutusraha suoraan työnantajalle. Kela tukee myös matkakustannuksissa.

LISÄTIEDOT:

Kruunupuisto Oy: Esa Makkonen p. 040 552 1059, esa.makkonen@kruunupuisto.fi.

Suomen lähi- ja perushoitajaliitto SuPer ry: Eija Kempainen p. 09 2727 9131, eija.kempainen@superliitto.fi.



KRUUNUPUISTO
PUNKAHARJUN KUNTOUTUSKESKUS

Kruunupuisto Oy, Vaahersalontie 44, 58450 Punkaharju
puh. 020 763 9130, www.kruunupuisto.fi



JAKSA TYÖSSÄSI PAREMMIN

Haku käynnissä Tyk-valmennukseen

Suomen lähi- ja perushoitajaliiton SuPer ry:n lähi- ja perushoitajille suunnatussa Tyk-valmennuksessa haetaan ratkaisuja työssä jaksamisen tukemiseksi.

Valmennuksessa tarkastellaan, mitä työssä tapahtuu, mikä työssä on muuttunut ja kuinka muutokset vaikuttavat jaksamiseen. Valmennus on tarkoitettu pitkään työelämässä olleille työntekijöille, joiden työkyky on olennaisesti heikentynyt. Kurssit toteutetaan Verven Lappeenrannan ja Oulun toimipainoissa.

KURSSIAIKATAULU

Lappeenranta (valtakunnallinen Tyk-valmennus):

Selvitysjakso: 4.-9.4.2016 (6 vrk), 30.5.-4.6.2016 (6 vrk)

Valmennusjaksot: 31.10.-4.11.2016 (5 vrk), 6.-10.3.2017 (4 vrk + yhteistyöpäivä 9.3.2017), 4.-8.9.2017 (5 vrk) ja 15.-19.1.2018 (5 vrk)

Kelan kurssinumero 63950.

Oulu (Pohjois- ja Itä-Suomen Tyk-valmennus):

Selvitysjakso: 16.-22.3.2016 ja 30.5.-3.6.2016.

Loput jaksot sovitaan myöhemmin.

Kelan kurssinumero 63765.

HAKUOHJEET JA LISÄTIEDOT

Suomen lähi- ja perushoitajaliitto:

Työympäristöasiantuntija Eija Kempainen 09 2727 9131, eija.kempainen@superliitto.fi

Verve:

Petra Granroth 040 545 1639, kuntoutussihteeri@verve.fi

Pirjo Rahikkala 040 546 6713, pirjo.rahikkala@verve.fi

Anna-Maija Sipiläinen 040 070 6668, anna-maija.sipilainen@verve.fi

Lisätietoja:

www.kela.fi

www.verve.fi





Pekka Tiilikainen ja Harri Koski.



Ammattiosasto 610:n aktiivit Hanna Jokinen, Sannamaija Ahonen, Elina Pulkkinen, illan juontaja Anni Kellomäki sekä HOPE-yhdistyksen toiminnanjohtaja Eveliina Hostila.



Vanajaveden Opiston kamarikuoro VOKaali.

Hoitajat vähävaraisten tukena Hämeenlinnassa

Ammattiosasto 610 järjesti lämminhenkisen joulunaluskonsertin Hämeenlinnassa, Vanajan kirkossa 25. marraskuuta. Konsertin tavoitteena oli tuottaa joulumieltä sekä konserttiyleisölle että vähävaraisille lapsiperheille.

Konsertin tuotto ohjattiin lyhentämättömänä HOPE ry:n kautta Hämeenlinnan seudulla asuvien vähävaraisten perheiden joulun viettoon sekä lasten harrastusten tukemiseen.

Hope ry syntyi vuonna 2009 kahden äidin tahdosta synnyttää konkreettinen hyvän kierre ja antaa lapsille tasa-arvoiset mahdollisuudet arkeen. Konkreettisia auttamiskeinoja ovat muun muassa tavaralahjoitukset ja harrastusmahdollisuuksien tarjoaminen vähävaraisille perheille sekä huostaan otetuille lapsille.

Konsertin avasi SuPerin puheenjohtaja Silja Paavola. Illan aikana kuultiin tunnelmallisia esityksiä, jotka todella herkistivät kuulijansa. Erilaisista esityksistä muodostui kokonaisuus, joka

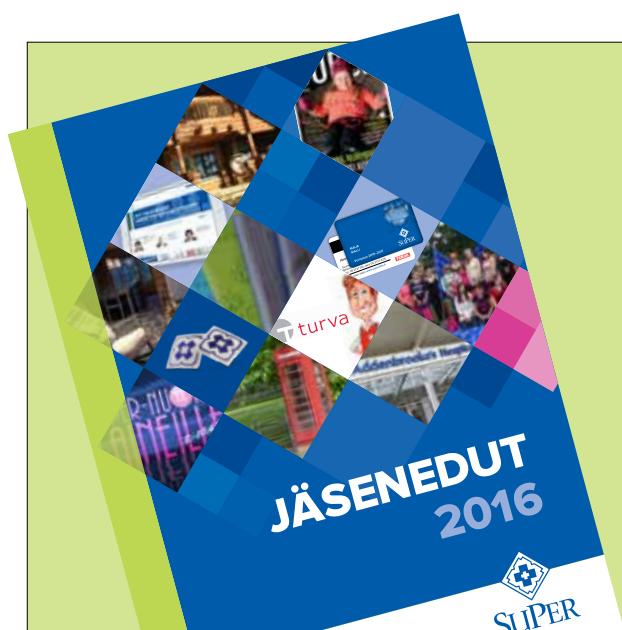
sopi niin joulunodotukseen kuin hyvän tekemisen teemaan.

Kuulijoita hemmoteltiin Pekka Tiilikaisen, Harri Kosken, Kari Komulaisen, Ismo Leponiemen ja Arto Määtän mukaansa temppaavalla kantrimusiikilla. Illan esiintyjistä Marjuska ja Miikko Santala esittivät herkkiä laulelmia Saila Märkjärven, Eeva Kunaksen ja Severi Parankon säestäminä. Laulullaan tunnelmaa tuomassa olivat myös Ilona Kakko Whisky'n Scout -yhtyeen kanssa sekä kamarikuoro VOKaali Vanajaveden opistosta. Kuoro johdatti konsertin loppuun kuulijansa joulun tunnelmaan perinteisin joululauluin. Illan juontajana toimi Anni Kellomäki.

KRISTINA LAMBERG



**KATSO LISÄÄ KONSERTTITUNNELMIA
AMMATTIOSASTON OMILTA SIVUILTA**



Tämän lehden liitteenä on jäsenetuliite vuodelle 2016

Ota liite talteen ja tutustu SuPerin
rahanarvoisiin, monipuolisiin ja
juuri sinua varten neuvoteltuihin
jäsenetuihin.

KUULUMISIA

Lue, mitä superilaisille sattuu ja tapahtuu
Koonnut Marjo Sajantola

IN MEMORIAM



Päivi MALLO

s. 18.3.1959
k. 31.8.2015

*Olet saapunut rannalle rauhan maan.
Muistoissa – vaikka nyt poissa
tulet kanssamme kulkemaan.*

SuPer 644 perustajajäsentä ja
hyvää työkaveria kaipauksella muistaen
Someron terveyskeskuksen osastojen
henkilökunta ja SuPer Someron seudun
ammattiosasto 644:n jäsenet



Anna-Maria (Maikki) PASMA

o.s. Kuru

s. 20.6.1958
k. 29.9.2015

*Viheriälle niitylle hän sinut vie,
eikä sinulta mitään puutu.*

Energistä, iloista työtoveria ja ystävää
kaipauksella muistaen ja kaikesta kiittäen
SuPer Kolarin ammattiosasto 107

Lähetä Kuulumiset osoitteeseen:
super-lehti@superliitto.fi tam-
mikuun 17. päivään mennessä.

Kuvan koko vähintään 300 kt.
Toimituksella on oikeus muokata
tekstiä ja kuvia sekä valita
julkaisuajankohta.



Kannet uusiokäytössä

Työpuvun taskun voi suojata näinkin kekseliäästi. Lähihoitaja Eila Lukkari-
nen hyödynsi hauskaasti vanhan SuPer-
kalenterin suojakannet tekemällä niistä
taskunsuojan. Muutama työkaverikin sai
samanlaisen. Eila askartelee myös asuk-
kaiden kanssa työpaikallaan Rautavaaran
kehitysvammaisten palveluysikkö Pou-
tapilvessä. Hän kertoo tykkävänsä väk-
rätä kaikenlaista ja askarrella esimerkiksi
huovutus- tai paperinarutöitä.

MARJALEENA LAAKKONEN-KORHONEN



SuPer-opo Eija Sipilä kukitettiin

Lahden ammattiosasto 403 kukitti ansiok-
kaan SuPer-opon uran päätteeksi Eija
Sipilän 16. lokakuuta Salpauksessa. Nau-
timme koululla opettajien kanssa juhla-
kahvit. Kuvassa vasemmalla Salpauksen
opetusalapäällikkö Minna Vesaaja oje-
ntaa Eijalle lahjan koulun puolesta.

SISKO METSO



Outokummun ansioituneet

SuPer Outokummun ammat-
tiosasto 515:n syyskokouk-
sessa 11. joulukuuta palkittiin
hopeisilla ansiomerkeillä Sari
Kaasinen, Mira Koivuselkä,
Sirpa Hottinen ja Satu Tah-
vanainen.

TIINA KOKKO

Kerro netissä ammattiosastosi tapahtumista

Onko sinulla runsaasti kuvia ja tekstiä ammattiosastosi
tai alueesi SuPer-tapahtumasta? Julkaisemme juttuja kuvineen
Kuulumisia-palstalla, mutta tilaa lehdessä on aina rajoitetusti.

Voit kertoa tapahtumista laajemmin myös oman ammattiosastosi
verkkosivuilla. Näihin kuviin ja tarinoin ohjaamme
sähköisellä linkillä Kuulumisia-palstalta.

**Kuulumisiin tulevat jutut ja www-linkit voit
lähettää osoitteella super-lehti@superliitto.fi.**





Under Norra Österbottens r.f avd.314 julfest den 25. november på Östanlid utdelades förtjänst tecken åt Rosita Kock aktiv insatts i superfacket avd. 314 både i styrelsen och på arbetsplatsen under olika löneförhandlingar. På bilden från vänster ordf. Marie-Lousie Holmbäck, Rosita Kock, vice.ordf. Camilla Svenlin.

EVA LINDQVIST

35-vuotismuistelot Turussa



Tapasimme Borella, Turussa toukokuun 23. päivänä 35-vuotisvalmistujaismuisteiloissa. Mukana olivat Erja Karlsson, Tiina Lehmus, Angelita Grönroos, Raija Nevala, Pirjo Pernula, Piia Sykkö, Kirsti Porko, Onerva Manner, Raili Nymander, Auli Vähätalo, Marja Lehtonen, Anne Arola, Pirkko Reheli ja Tarja Kasvi. Vaihdoimme kuulumisia ja sovimme, että tapaamme pian uudelleen isommalla joukolla. Piknikristeily olisi suunnitelmassa 17.9.2016. Lisätietoja Facebook-sivuiltamme.

MARJA LEHTONEN

Kevään ja kesän lehtiin kuulumiset viimeistään

2/16 -> 17.1.2016

3/16 -> 18.2.2016

4/16 -> 11.3.2016

5/16 -> 15.4.2016

6-7/16 -> 17.5.2016

8/16 -> 16.6.2016

LÄHIHOITAJA KÄHÖNEN



RISTIKKORATKAISU 12/2015

ASAS	ILAKKA
VAREET	RAAL
IRVI	ARVATA
OMENALEIVOS	
TÄTÄ	ITOISA
O OTTAA	O L
ENIN	A LETTI
RATAS	L VASEN U
ARAIT	KAISA NAKU
TAIDELAJI	NAUKUT
ILTA	A OKOT SATA
TIETTY	PUDAS N M
A MORENO	OKAPI
OTAVA	ALATALO A
V S	TATI E ANSAT
ESTI	SOTATA KAKI
LUMISET	MAISEMAT
ALAS	TOPIAS LURU
TOTINEN	ANATOMIT

K M Ä T V L P R S N

Joulukuun ristikkokisan voitti

ANKI PERKKIÖ TOHMAJÄRVELTÄ.

Lämpimät onnittelut!



LUMIKENKIEN KUTSU

Jossain vaiheessa jyrkkää ja pitkää mäenlaskua suksilla tulee tehdä päätös menopelien pysäyttämisestä tai ainakin vauhdin hiljentämisestä. Muistan tuon kerran, kun olin pulassa. Latu oli luistavassa kunnossa ja kohtuullisen painava rinkka antoi lisävauhtia. Kapea latu ei suosinut auraamista, eikä sauvoilla jarruttaminen toiminut tuossa vauhdissa. Digiaikana ei voi puhua elämän vilahuttamisesta filminauhana, mutta ehti tuokin käydä mielessä. Metsään mentiin. Lumikenkäkauppaan menoa ei ole tarvinnut katuja. Sieltä löytyi täysin uusi liikuntamuoto ja tapa nauttia luonnosta.

Asiaa tutkineet sanovat lumikenkäilyn olevan 60 prosenttia tehokkaampi liikuntamuoto kuin kävely. Enkä epäile lainkaan. Joulunajan herkuttelut saavat kyytiä kunnon metsäretkellä. Nivelkivuista tai ylipainosta kärsiville pehmeällä lumella tallusteleminen on myös hyvää liikuntaa. Johan sen eron huomaa kovan asfaltin ja pururadan välilläkin.

Hyviä lumikenkiä saa jo ihan koh-

tuuhintaan. En kuitenkaan suosittel ostamaan niitä muutaman kympin rimpuloita, joita näkee halpamarketeissa. Kestävyys kun jossain määrin kulkee käsi kädessä tuotteen hinnan kanssa. Kuntoliikkuja selviää hyvien ja kestävien kenkien hankinnasta alle satasella. Useamman sadan tuotteet ovatkin sitten ammattilaisille tai tosiharrastajille. Kannattaa kuitenkin harkita mallia, jossa on tukeva, keinulla oleva sideosa. Keinun kärjessä on yleensä sahalaitainen rauta, sekä nastat jäisellä paikalla kulkemiseen. Pikalukot ovat nykyään toimivia ja tukevoittavasti mukavasti jalkinetta. Lumilenkkisiteelliset jättäisin kaupan hyllyyn.

Lumikenkäkävely ei ole periaatteessa sen ihmeellisempää kuin sauvakävelykään. Töppöstä vain toisen eteen. Pitkänmallinen, suippenevalla hännällä varustettu lumikenkä, jossa on nivelletty side, lienee yleisin malli. Noilla kävely on helppoa ja käy kuin luonnostaan. Jalkaa nostettaessa lumikengän kärki nousee hangen pinnalle itsestään. Tu-

kevat suurisompaiset sauvat helpottavat kulkua ja vakautta huomattavasti.

Lumikengillä pääsee paikkoihin, joihin suksilla ei ole asiaa. Liikkuminen on hiljaista ja pehmeää. Ja mikä parasta – niillä voi pysähtyä alamäkeenkin ihailemaan talvista maisemaa. ■



WWW.PIRTTIMAA.FI





SUPERIN AMMATTIOSASTOJEN PUHEENJOHTAJAT ERI PUOLILTA MAATA KOMMENTOIVAT LEHDEN AIHEITA.

TYÖELÄMÄ KÄY YHÄ KIREÄMMÄKSI

Oletko huolissasi hoitajien palkan kehittämisestä? ▶ s. 8

Olen todella huolissani. Palkat ovat pienet, ja niistä ei ole vara kiristää. Jos on velkaa ja lapsia, nykypalkalla on ellettävä todella tarkasti.

Tykkäätkö syödä pähkinöitä? ▶ s. 12

Silloin tällöin ostan pussin.

Haluaisitko jollakin tavalla auttaa maahan tulleita pakolaisia? ▶ s. 16

Olen ajatellut, että jos mahdollista, voisin auttaa henkilökohtaisesti. Tällä Lapualla heitä ei ole. Seuraan tarkasti tilannetta, ja on hyvä, että suomalaiset maana auttavat. On kova asia paeta kotimaasta jopa pienet lapset mukana.

Elääkö Suomi nyt poikkeuksellisen vaikeita aikoja? ▶ s. 24

Täytyy sanoa, että elää. Kotihoidon iäkkäiden asiakkaidenkin suusta olen kuullut, että he ovat huolissaan Suomen tilasta. Tosi moni ihmettelee, mitä on tapahtumassa.

Milloin viimeksi kävit teatterissa?

▶ s. 28

Silloin tällöin käyn kesäteatterissa, joita on täälläpäin monessa paikassa. Pikkujouluissakin on ollut esityksiä. Mieheni jopa on soittanut haitaria kesäteatterin esityksessä.

Minkälaisesta musiikista pidät? ▶ s. 32

Monenlaisesta. Popmusiikista. Aina minulla on radio auki. Joskus käydään tansseissakin. Isäntä tekee vielä haitarikeikkoja.

Arvostetaanko perushoitoa esimiestasolla riittävästi? ▶ s. 43

Vaikea sanoa. Joskus tuntuu, että akuuteissa hoitoyksiköissä asia ehkä unohtuu tai sitä pidetään sivuseikkana. Kotihoitomme esimies arvostaa perus-

Jo 25 vuotta luottamusmiehenä ja 15 vuotta ammattiosastonsa puheenjohtajana toimineella Lapuan ammattiosaston puheenjohtajalla Armi Kangaskoskella on näkökulmaa nykyajan hoitotyöhön.

– Vaatimukset kasvavat koko ajan. 1980-luvulla työnteko oli jotenkin mukavampaa. Nykyään on kova kiire. On asetettu todella paljon haasteita. Hoitamisen taso on samalla tuki kehittynyt.

– Nyt viimeksi säikäyttivät nämä pakkolait, kun luvassa on palkanalennuksia ja yksityistämistä. Vähän pelottavaksi on touhu tullut. Mitä on edessä, en tiedä?

Kangaskoski kertoo, että ensimmäistä kertaa työurallaan hän on tullut siihen tilanteeseen, että miettii, milloin eläkepäivät koittavat.

– Kerkeääkö jaloista pois, kun koko ajan vain vaaditaan enemmän ja täysillä pitää paahata loppuun asti.

Kangaskoskesta tuli superilainen vuonna 1980. Hän on työskennellyt kotihoidossa vuodesta 1990. Ensi vuonna työssä otetaan uusi askel, kun käyttöön tulevat mobiililaitteet ja toiminnanohjausjärjestelmä.

2000-luvun alussa perustetussa Lapuan ammattiosastossa on 177 jäsentä, myös muutama yksityispuolen työntekijä, vaikka Seinäjoen alueella on yksityispuolelle oma osasto.

Lapualaiset ovat järjestäneet omia opintopäiviä ja seuraavaa suunnitellaan.

– Niiden järjestäminen on työlästä, mutta niistä ammattiosasto saa kaivattua rahaa toiminnalleen.

Osasto järjestää retkiä muun muassa Tallinnaan ja käy yhdessä teatterissa.

– Nuoria käy pikkujoulussa ja muissa tapahtumissa, mutta siinä on miettimistä, miten heidät saa innostumaan varsinaiseen ay-toimintaan mukaan. ■



Työpaikkojen homeongelmat ovat viime aikoina työllistäneet Armi Kangaskoskea.

hoitoa. Myös tehostetun palveluasumisen yksiköissä arvostus on suurta.

Minkälaisia juttuja haluaisit lukea SuPer-lehdestä? ▶ s. 53

En muuttaisi mitään. Nykylehdessä on kaikenlaista monipuolisesti. Kiva lukea henkilökohtaisia tarinoita ja asiajut-

tuja. Lehteä on aina kehattu ihan osastonhoitajienkin taholta.

Miten kuntoilet? ▶ s. 54

Yritän käydä lenkillä mahdollisimman usein. Joka viikko käyn pilateksessa, joka on hyvää selkäkipuihin. Joskus käyn uimassa ja kesällä pyöräilen.

JUKKA JÄRVELÄ

SUPERIN TOIMISTO

Ratamestarinkatu 12

00520 Helsinki

Puhelinvaihe 09 2727 910

Telefax 09 2727 9120

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

YLEISHALLINTO

- toiminnanjohtaja Arja Niittynen p. 09 2727 9123
- järjestöpäällikkö Satu Taiveaho p. 09 2727 9191 (hoitovapaalla)
- 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
- opiskelija-asiamies Tanja Oksanen p. 09 2727 9192
- opiskelija-asiamies Tico Svart p. 09 2727 9205
- koulutuskoordinaattori Marianne Ronkainen p. 09 2727 9124
- sihteeri Aira Silvasto p. 09 2727 9135

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 Henriikka Hakkala p. 09 2727 9177
- toimittaja Elina Kujala p. 09 2727 9219
- toimittaja Minna Lyhty p. 09 2727 9176
- toimittaja Marjo Sajantola p. 09 2727 9173
- super-lehti@superliitto.fi

TIEDOTUS:

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

KEHITTÄMISYKSIKKÖ

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

TIETOHALLINTA

- toiminnanjohtaja Arja Niittynen p. 09 2727 9123
- it-päällikkö Sakari Hulkkonen p. 09 2727 9145
- järjestelmäasiantuntija Irja Nevala p. 09 2727 9158
- järjestelmäasiantuntija Markus Österlund p. 09 2727 9210
- mikrotukihenkilö Mira Valtonen p. 09 2727 9206
- sihteeri Katriina Alfa p. 09 2727 9298
- atk-tuki: atk-tuki@superliitto.fi

SOPIMUSEDUNVALVONTA

- puhelinpalvelu 09 2727 9160 ma-pe klo 9-15
- edunvalvontajohtaja Anne Sainila-Vaarno p. 09 2727 9167
- työympäristöasiantuntija Eija Kemppainen p. 09 2727 9131
- sopimusasiantuntija Eila Koponen p. 09 2727 9132
- sopimusasiantuntija Anne Villman p. 09 2727 9196
- sopimusasiantuntija Mirja Juusola p. 09 2727 9185
- 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 Niina Poijärvi p. 09 2727 9165
- lakimies Riitta Saarikoski p. 09 2727 9114
- lakimies Sini Siikström p. 09 2727 9136
- koulutuskoordinaattori Tarja Sundqvist p. 09 2727 9164
- sihteeri Sirpa Lahtiluoma p. 09 2727 9182

YKSITYISSEKTORI:

- puhelinpalvelu 09 2727 9171 ma-pe klo 9-15
- 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
- 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
- asiakaspalvelusihiteeri Merja Poikselkä-Takala p. 09 2727 910
- 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 09 2727 9181
- laskentasihteeri Ronja Hasu p. 09 2727 9203
- taloussihteeri Mervi Härkönen p. 09 2727 9125
- taloussihteeri Maria Hietala p. 09 2727 9129
- toimistopalvelusihiteeri Tia Kahri-Tuononen p. 09 2727 9119
- toimistoapulainen Olli Hytönen p. 09 2727 9199

JÄSENYYSASIA

- puhelinpalvelu 09 2727 9140 ma-pe klo 9-13
- telefax 09 2727 9155
- palveleva sähköposti: jassenrekisteri@superliitto.fi
- postiosoite: PL 112 00521 Helsinki
- johtaja Anne Panttila p. 09 2727 9127
- jäsenyksikön päällikkö Sari Kainulainen p. 09 2727 9149
- jäsenihteerit Päivi Askolin, Rita Brand, Miia Heikkonen, Noora Mikkonen, Piia Partanen, Alisa Rosti, Katja Sirkiä, Salla Uusikangas ja Paula Wirén

TYÖTÖMYYSKASSA

- 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

SUPER MYÖS INTERNETISSÄ: WWW.SUPERLIITTO.FI

Sähköpostit: etunimi.sukunimi@superliitto.fi

SuPeridentiteten börjar med utbildningen

ORDFÖRANDE SILJA PAAVOLA

Utbildning är för oss alla superiter en verkligt viktig sak. Vi måste hålla fast vid nivån på utbildningen för att nya superiter ska kunna inleda sin karriär som kunniga yrkesmänniskor i det krävande arbetet.

Utbildningen och arbetslivet är i ett brytningskede som vi inte upplevt på länge. Frågan uppstår hur vi ska svara på det här. Utbildningen har genomgått reformer. Det innebär att de studerandes inläring i arbetet har förlängts, och det upplevs som ytterst utmanande på arbetsplatserna. För att ekvationen inte ska vara för enkel har utbildningsfinansieringen utsatts för betydande sparkrav, och man har bland annat frångått lämplighetstesten. Lämplighetstesten har emellertid alltid försvarat sin plats enligt både läroinrättningarna och arbetshandledarna. Besparingarna leder också till ett minskat antal närundervisningstimmar, och då blir, eller har inläringen i arbetet blivit en period av undervisning i arbetet.

Alla har samma mål: de yrkesutbildade superiterna är kunniga eftersom de i sitt arbete ansvarar för många saker. Det här uppnår vi när vi erkänner det faktum att en studerande håller på att lära sig sitt yrke. Den studerande är inte en arbetstagare, utan han eller hon ska ha en handledare som har tid att handleda. Ändå går det ofta så under inläringen i arbetet att handledaren får ännu flera att vårda ”när ni nu är två”. Ett riktigare sätt vore att åtminstone i början av handledningen minska antalet vårdade och låta handledaren koncentrera sig på att handleda.

Arbetsgivaren bör alltid se till att gö-

ra handledningen möjlig under inläringen i arbetet genom att ge tid för den. Nu verkar det här vara en verklig utmaning, när antalet vårdbehövande och klienter har ökat. Som handledare ska vi alltid minnas att superiterna har ett fint yrke. Det består av handledning, rådgivning, uppmuntran och vårdande – rehabilitering, där allt arbete har ett syfte och ett mål och människan står i centrum. På grund av denna mänsklighet är det viktigt att respektera yrkeskunnandet.

Naturligtvis har de studerande ansvar för sina egna studier och att de framskrider. Samtidigt måste man ändå också acceptera att de studerande är olika. Många kommer till inläringen i arbetet utan teorikunskaper, och då blir processen för arbetsplatshandledaren annorlunda än om den studerande behärskar teorin. Andra behöver djupare kunskaper i teorin för att kunna fungera i praktiken. Det går mer tid till handledningen om handledaren ingående måste berätta vad som görs och varför. För att den här handledningen ska ge resultat för både den studerande och handledaren måste arbetsplatshandledarna få tillgång till den utbildning som erbjuds av skolorna. Det här är av högsta vikt därför att också handledarna ska vara à jour med de begrepp som används inom undervisningen och med utvecklingen av innehållet.

Handledningen ökar rikedomerna i vårt arbete, om vi bara ger den tid och plats. Under inläringen i arbetet har också lärarna ett stort ansvar för vad de studerande ska lära sig under utbildningsperioden och hur den här kunskapen ska nå ut till arbetsplatserna. Vikten av det här samarbetet ska allt mer

framhållas för de studerande, för att både handledare och studerande ska vara medvetna om sina mål. Arbetet som arbetsplatshandledare är mycket ansvarsfullt. Därför måste man minnas att samarbetet mellan lärare och handledare är ytterst viktigt i handledningen av studerande.

Dessutom ska man minnas att utbildningen skapar yrkesmänniskor, men yrkesidentiteten skapas av en annan superit. ■

*En god början på det nya året,
Silja*



Kockar och fiffiga tips

LEENA LINDROOS

På tidningsomslaget steker Lea Hintikka en lövbiff av malet kött. Hennes recept är nr 45 i ordningen i vår serie om närmat Lähi- ja perusruokaa, som nu går på sitt femte år. Från början har vi sökt och presenterat superiter för vilka mat antingen är en hobby – eller absolut inte det. Vi har fått recept på nötköttstuvning, fläsksås och ”hapanlohko”, för att inte tala om exempelvis julkaka, modifierad wok och rabarbermjöd. Under matlagningen har kockarna berättat om sitt eget arbete och liv. Vi fortsätter på samma linje, anmäl dig och delta!

Ta gärna kontakt också om ett annat tema. På sidorna 44–45 i det här numret presenterar vi nattvårdsmeddelandet, som används inom hemvården i Kouvolan. Det inleder vår nya serie Meidän juttu. Idén i serien är att berätta om uppfinningar som underlättar det dagliga arbetet och som inte behöver och inte ska vara några stora projekt till omfattningen eller kostnaderna. Det kan räcka med en OBS-lapp på rätt ställe vid rätt tidpunkt. Alltså, vad finns det på er arbetsplats som ni är nöjda med och som kan vara till hjälp för att arbetet ska löpa smidigare och som kan vara till nytta även för andra? Berätta om det för oss på redaktionen.

Efter julpausen börjar vardagen igen. Vi kan vänta oss att arbetsmarknadsförhandlingarna återvänder till agendan och att utredningsarbetet för att grunda den nya centralorganisationen fortsätter. Vårdreformen med sin avgörande inverkan på superiternas arbetsliv framskrider. På förbundets medlemsidor under medlemskoden finns det frågor och svar om vårdreformen, sote, som regelbundet uppdateras. Det lönar sig att logga in där och kolla om just de frågor som mest sysselsätter den egna arbetsgemenskapen har hunnit få svar.

Häriifrån går vi vidare. ■

Ställ upp för att nå maktens kärna

I förbunds- och representantskapsvalen kan varje superit med rösträtt påverka valresultatet direkt. Ställ upp som kandidat själv eller ställ upp din kompis i SuPer och kom ihåg att berätta för andra om kandidaturen.

I mars-april i år röstar SuPers röstberättigade medlemmar på deltagare till sommarens förbunds- och på medlemmar till representantskapet som inleder sin mandatperiod nästa höst.

Om du känner någon superit inom din valkrets som har kurage nog att bli beslutsfattare ska du uppmuntra honom eller henne att kandidera. Om du själv vill kandidera ska du modigt be någon röstberättigad superit inom din egen valkrets att ställa upp dig.

GE DIG VINGAR TILL VALFRAMGÅNG

Det bästa sättet att främja din egen valframgång är att bilda ett valförbund med flera kandidater inom samma valkrets. Det lönar sig också att puffa din kandidatur exempelvis i sociala medier, på fackavdelningens webbplats och på jobbet.

Alla kandidater har också möjlighet att presentera sig med bild på förbundets webbplats. Anvisningar om hur man skickar in foton och information skickas till kandidaterna i slutet av februari.

LEDIGT OCH LÄTT ATT BLI KANDIDAT

De blanketter som behövs för att ställa upp i valen och för att bilda ett valförbund finns på valsidorna på SuPers webbplats. Det är lätt att fylla i dem och det finns en modell för ifyllandet på sidan 7, [Valguide för varje medlem](#). De ifyllda blanketterna ska postas till förbundets kansli senast den 12 februari.

Ta tillfället i akt! Du har nu maktens nycklar i dina händer. ■



Det finns många klimpar i sotesoppan

AVGÖR PENGARNA MÄNNISKOVÄRDET?

TEXT MARJO SAJANTOLA

Vårdreformen framskrider och målen för reformen är kända, men det är i stort sett allt. Superiterna diskuterar också saken på webben på SuPers webbplats.

Medierna informerar ganska mycket om vårdreformen, men all information fördunklas av att de slutliga lösningarna är så oklara. SuPers utvecklingsdirektör Jussi Salo bekymrar sig över om den nivå i det offentliga servicelöfte som skrivits in i regeringsprogrammet räcker till för att också garantera kvaliteten på tjänsterna, eller om man får kvalitet bara genom att köpa den. Han frågar vem eller vilka kretsar som slutligen fastställer miniminivån och servicen.

Hur definierar man i fortsättningen vad som sköts med offentliga medel och vad som inte sköts, om man med servicesedelsystemet vill garantera en viss miniminivå på vården? Syftet är att få seniorerna att hållas hemma allt längre. Det här i kombination med servicesedelsystemet kommer att öka den privata sektorns andel i serviceproduktionen. Om värdet på servicesedeln inte räcker till för att betala servicen måste en mindre bemedlad servicebehövan- de nöja sig med anspråkslösare tjänster.

PERSONALENS STÄLLNING

Intressebevakningsdirektören Anne Sainila-Vaarno följer noggrant hur vårdreformen påverkar personalens ställning och intressebevakning. Ären-

dena bereds i finansministeriets arbetsgrupp.

– För närvarande ser det ut som om social- och hälsovårdspersonalen övergår i de nya arbetsgivarnas tjänst enligt principerna för överlåtelse av rörelse, berättar Sainila-Vaarno.

Vårdpersonal behövs också i fortsättningen, men i fråga om den administrativa personalen och stödtjänstpersonalen är situationen inte så bra, eftersom tjänster slås ihop.

– De gällande kollektivavtalen iaktas så länge de är i kraft. För närvarande vet vi varken hur arbetsgivaren representeras i fortsättningen eller vilka kollektivavtal som iaktas. SuPer har föreslagit att man också i fortsättningen bör följa de avtal som baserar sig på de nuvarande kommunala avtalen.

Sainila-Vaarno fortsätter att riktlinjerna för pensionerna är att pensionskyddet inte får bli sämre för någon på grund av förändringarna inom vården. SuPer har föreslagit att de kommande självstyrelseområdena och de bolag de grundar ska omfattas av lagen om pensioner inom den offentliga sektorn och bli medlemssamfund i Kommunernas pensionsförsäkring.

DET FÖREBYGGANDE ARBETET FALLER PÅ KOMMUNERNA

Kommunerna ska ansvara för främjandet av hälsan och välfärden. Arbetet för att öka hälsan och välfärden bland kommuninvånarna är ytterst viktigt för

att vi ska kunna undvika tunga behandlingar som faller på vårdområdena. Utvecklingsdirektören Jussi Salo anser att vi knappast lyckas i det här arbetet utan sporrar. Att exempelvis avlöna en personlig assistent för ett barn som erhåller småbarnsfostran eller grundläggande utbildning på kommunens ansvar är en direkt extra utgift för kommunen. Om ett barn i behov av hjälp inte redan i ett tidigt skede får det stöd barnet behöver, kommer det att senare behöva betydligt dyrare korrigerande åtgärder, men de betalas av vårdområdet.

– Det här är ett alltför lockande alternativ för kommunerna, dunderar Salo.

Målet är att ansvaret för ordnandet av social- och hälsovårdstjänsterna överförs från kommunerna och samkommunerna till självstyrelseområden från början av 2019. Självstyrelseområdena beslutar om hur de producerar de social- och hälsovårdstjänster som behövs.

Finansministeriet anvisar anslag till självstyrelseområdena. Jussi Salo undrar vad som sker om anslagen inte räcker för hela året: Får områdena tilläggsanslag i slutet av året, eller ska de ta lån för att kunna fortsätta verksamheten?

– Och om självstyrelseområdena inte ges rätt till skuldsättning? Om verksamheten inte kan garanteras för hela året, utan man måste minska och permittera personalen och uttryckligen avstå från den förebyggande verksamheten, vad kommer då att hända? ■

SuPers ståndpunkt:

Nej till tvångslag

TEXT MINNA LYHTY

Tvångslagarna förbinder inte arbetstagarna till att förbättra konkurrenskraften och de är inte det rätta sättet att bygga samhället. Om de träder i kraft blir de största förlorarna de låg- och medelinkomsttagare inom den offentliga sektorn som producerar välfärdstjänster och som oftast är kvinnor.

Eftersom centralorganisationerna på arbetsmarknaden inte har hittat någon alternativ lösning till tvångslagarna i förhandlingarna fortsatte regeringen beredningen av tvångslagarna. Förslaget innehåller planer på att skära ned semesterpengen med 30 procent, att första sjukdagen ska vara utan lön, att man under de påföljande 2–9 sjukdagarna ska få 80 procent av lönen, att semestern ska vara högst 30 dagar och att trettondagen och Kristi himmelsfärdsdag ska vara lediga dagar utan lön.

Löntagarcentralorganisationerna har avvisat regeringens planerade tvångslagar, eftersom de avsevärt begränsar avtalsfriheten för arbets- och tjänstekollektivavtalsparterna. Tvångslagarna står också i konflikt med Finlands grundlag, EU-rätt-

en och de internationella konventioner som binder Finland.

Om tvångslagarna träder i kraft gräver regeringen i superiornas börs. Lönesänkningen blir upp till 2 000 euro och mer på årsnivå, bland annat beroende på hur många dagar man måste vara sjukledig under året.

SuPer kan inte godkänna att regeringens nedskärningar drabbar de kvinnodominerade yrkena inom den offentliga sektorn kraftigast. Deras löneutveckling släpar redan efter de övriga branschernas.

– Finland måste få en uppgång, men de lågavlönade producenterna av välfärdstjänster kan inte vara den största betalargruppen, mullrar ordförande Silja Paavola.

Att bestraffa för sjukdagar är helt orimligt. Arbetet inom vården är både fysiskt och psykiskt belastande. Tre av fyra anställda inom vården lider av problem i rörelseorganen. Kvinnornas inkomster minskar också av att barnen blir sjuka.

– Det är oftast mamman i familjen som stannar hemma med ett sjukt barn. Kvinnornas egna och barnens sjukdomar minskar lönen och den kommande pensionen. Det här duger inte alls för oss. ■

Vi behöver en ny centralorganisation

TEXT HENRIKKA HAKKALA

Den nya centralorganisationen som ska utredas kan representera den finländska löntagaren på ett flervärdigt sätt och bilda en för arbetsgivarsidan och statsmakten viktig förhandlingspart.

– Ett centralförbund som på bred bas representerar förbund inom olika sektorer skulle ha mycket att ge samhället, säger ordförande Silja Paavola.

En löntagare kan redan nu i sin karriär inkludera både lönearbete inom en sektor och verksamhet som egen företagare exempelvis under firmanamn eller i eget företag inom en annan sektor. Enligt Paavola lönar det sig att sträva efter en centralorganisation som representerar en växande mångfald.

Den oenighet mellan centralorganisationerna som har stötts och blöts i medierna under de senaste veckorna gör det svårare att omsorgsfullt ro

i land utredningsarbetet. Paavola medger dock att hon har en viss förståelse för de upphettade känslorna. Frågorna måste läggas fram på bordet under utredningsarbetet för att man ska kunna diskutera dem.

Nästa milstolpe för utredningsarbetet kring den nya centralorganisationen är den 2 mars. Då hålls ett gemensamt möte för de 49 förbund som deltar i arbetet. SuPers representantskap håller för sin del ett extra ordinarie möte den 27 maj, där man utifrån utredningsarbetet ska fatta beslut om huruvida SuPer ska ansluta sig till den nya centralorganisationen.

Superiornas situation är trygg, för frukterna av utredningsarbetet kring den nya centralorganisationen kan vid behov direkt användas till att utveckla den nuvarande centralorganisationen

FTFC (STTK) .

– Om det går så att man beslutar att inte grunda den nya centralorganisationen har vi i FTFC en stark och inflytelserik centralorganisation, som redan nu via sina medlemsförbund har en mycket vid utblick över det finländska arbetslivet.

Ordförande Paavola understryker att ett centralt syfte hos fackföreningsrörelsen i allt utvecklingsarbete är rättvisa vid förhandlingsbordet.

– Man kan ju också fundera på hur det skulle ha gått om vi redan hade en ny bredspektrig centralorganisation. Hade regeringen då ens börjat vifta med tvångslagsspöet? ■



BEKANTA DIG MED UTREDNINGSARBETET KRING DEN NYA CENTRALORGANISATIONEN VIA LÄNKEN HÄR