

SUPER

2/2017

*Ammatillisen
käytöksen etiketti*

KOSKEE KAIKKIA
TYÖPAIKALLA

Soveltavuuskokeet

TULEE PALAUTTAA
OPISKELIJAVALINTAAN

Työnohjaus

VAPAUTTAA VOIMIA
TYÖN TEKEMISEEN

Asiakkaan seksuaalisuus

ARKA, MUTTA TÄRKEÄ ASIA



Tarja Flenmark

*uudisti
kotihoiton
Kristiinan-
kaupungissa*

ANNIINA IJÄS
ON PELIVELHO



32 Superilaiset auttavat ratkomaan ristiriitoja Joensuun työpaikoilla.



61 Hanna Jokinen kirjoittaa palkatusta tappajasta.



10
Millainen on keskiverto-superilainen?



16
Minna Lindströmin työvuoro Hyvinkään sairaalassa.

helmikuu

3 Pääkirjoitus 4 Ajankohtaista 5 Puheenjohtajalta 6 Tarja Flenmark uudisti kotihoidon 8 Lakiluonnos valinnanvapaudesta 10 Keskiverto superilainen 11 Lähihoitajapäivä 2017 12 Helmikuun lyhyet 13 Näin vastattiin, Lehtikatsaus 14 Lähi- ja perusruokaa: Itsetehty tuoremehu 16 Minna Lindströmin työpäivä 21 Liitot toivovat soveltuvuuskokeiden palatusta 22 Sopimattomien hyväksyminen koulutukseen on epäeettistä 26 Ammatillisen työkäytön etiketti 28 Tukea tarvitsevat lähipäiväkotiin 29 Lääkehoito varhaiskasvatuksessa 30 Työnohjaus vapauttaa voimia 32 Työyhteisösovittelu palauttaa työrauhan 34 Sirkka-Liisa Kivelän kolumni 36 SuPerin kuntavaalisivut aukesivat 38 SuPer-iltojen aikataulu 40 Voimaa villivihanneksista -sarja alkaa 41 Villivihannekset 1/5: Nokkonen 42 SuNut risteilee ja sukeltaa! 44 Ohjeita seksuaalisuuden kohtaamiseen 46 Hyvä hoitaja ei saa olla ärrimurri 47 Palasia sieltä täältä 48 Meidän juttu: huomioivaa yhdessäoloa 51 Asiaa haamuvuoroista 52 Edunvalvontayksikkö tiedottaa: heikennyksiä työsuhteturvaan 54 Superristikko 55 Paras juttu **KANNESSA** 56 Anniina Ijäs on pelimaailmassa Anskui 60 Jäsenyksikön palvelukortti 61 Hanna Jokisen pakina 62 Työttömyyskassa tiedottaa 70 Superkulttuuria 71 Kuulumisia 73 Anna kiitos kollegalle 74 Luonnossa 75 P.S. Kannuksesta

SUPER

64. vuosikerta
Tilaushinta 56 €/vuosi
Aikakauslehtien Liiton jäsen

JULKAISIJA

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

PÄÄTOIMITTAJA

Leena Lindroos 09 2727 9174

TAITTAVA TOIMITTAJA

Jukka Järvelä 09 2727 9178

TOIMITTAJAT

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

VIERAILEVAT KIRJOITTAJAT

Antti Vanas

KANNEN KUVA

Anniina Ijäksen kuvasi
Marjo Koivumäki

ULKOASU

Eyekraft Oy ja Jukka Järvelä

PAINOS

93 500

ILMOITUKSET

Katriina Alfa 09 2727 9298

OSOITTEENMUUTOKSET

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

KIRJAPAINO

 punamusta

ISSN 0784-6975



EI ÄRRIMURREJA!

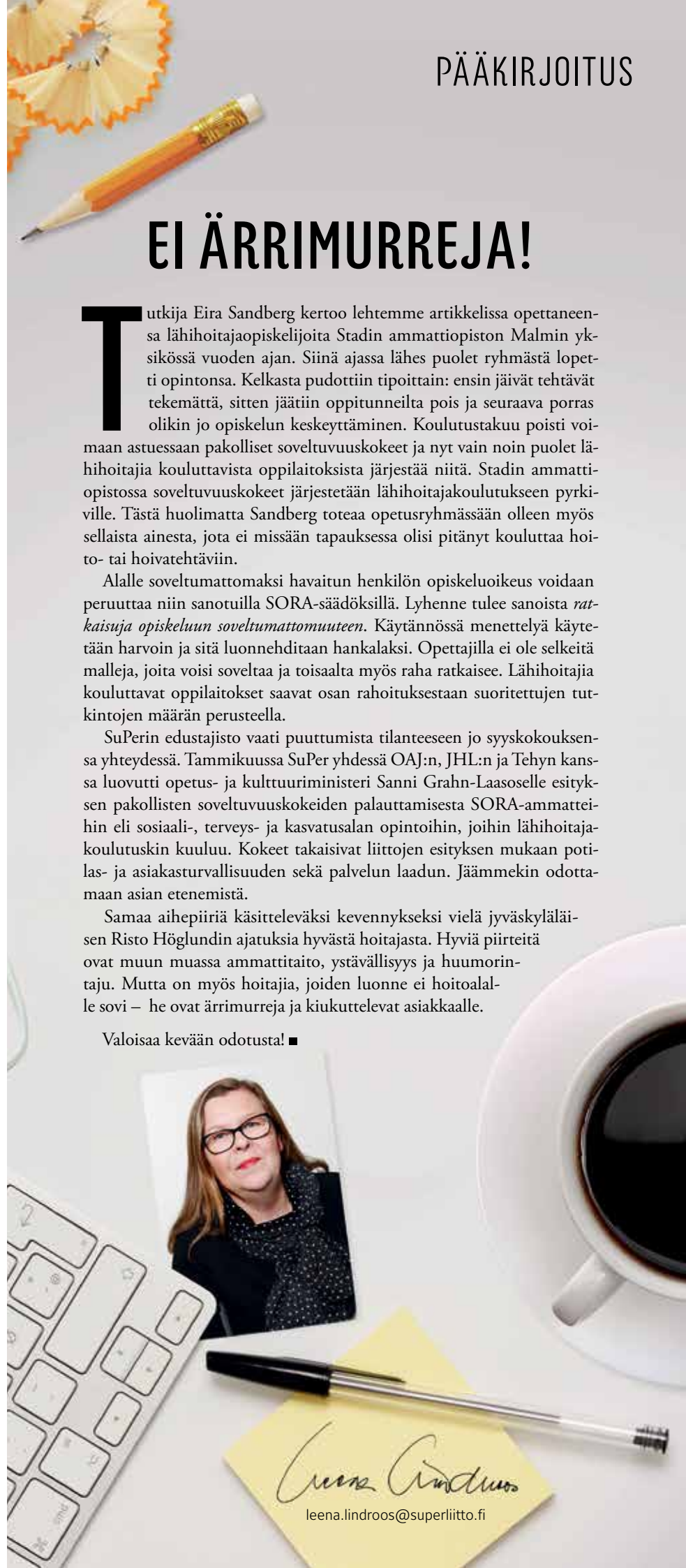
Tutkija Eira Sandberg kertoo lehtemme artikkelissa opettaneensa lähihoitajaopiskelijoita Stadin ammattiopiston Malmin yksikössä vuoden ajan. Siinä ajassa lähes puolet ryhmästä lopetti opintonsa. Kelkasta pudottiin tipoitain: ensin jäivät tehtävät tekemättä, sitten jäätiin oppitunneilta pois ja seuraava porras olikin jo opiskelun keskeyttäminen. Koulutustakuu poisti voimaan astuessaan pakolliset soveltuvuuskokeet ja nyt vain noin puolet lähihoitajia kouluttavista oppilaitoksista järjestää niitä. Stadin ammattiopistossa soveltuvuuskokeet järjestetään lähihoitajakoulutukseen pyrkiville. Tästä huolimatta Sandberg toteaa opetusryhmässään olleen myös sellaista ainesta, jota ei missään tapauksessa olisi pitänyt kouluttaa hoito- tai hoivatehtäviin.

Alalle soveltumattomaksi havaitun henkilön opiskeluoikeus voidaan peruuttaa niin sanotuilla SORA-säädöksillä. Lyhenne tulee sanoista *ratkaisuja opiskeluun soveltumattomuuteen*. Käytännössä menettelyä käytetään harvoin ja sitä luonnehditaan hankalaksi. Opettajilla ei ole selkeitä malleja, joita voisi soveltaa ja toisaalta myös raha ratkaisee. Lähihoitajia kouluttavat oppilaitokset saavat osan rahoituksestaan suoritettujen tutkintojen määrän perusteella.

SuPerin edustajisto vaati puuttumista tilanteeseen jo syyskokouksensa yhteydessä. Tammikuussa SuPer yhdessä OAJ:n, JHL:n ja Tehyn kanssa luovutti opetus- ja kulttuuriministeri Sanni Grahn-Laasoselle esityksen pakollisten soveltuvuuskokeiden palauttamisesta SORA-ammattihin eli sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan opintoihin, joihin lähihoitajakoulutuskin kuuluu. Kokeet takaisivat liittojen esityksen mukaan potilas- ja asiakasturvallisuuden sekä palvelun laadun. Jäämekin odottamaan asian etenemistä.

Samaa aihepiiriä käsitteleväksi kevennykseksi vielä jyvaskyläläisen Risto Höglundin ajatuksia hyvästä hoitajasta. Hyviä piirteitä ovat muun muassa ammattitaito, ystävällisyys ja huumorintaju. Mutta on myös hoitajia, joiden luonne ei hoitoalalle sovi – he ovat ärrimurreja ja kiukuttelevat asiakkaalle.

Valoisaa kevään odotusta! ■



leena.lindroos@superliitto.fi

Kalenteri

HELMIKUU

- 3.–5.2. Asta Rakentaja ja Sisustus 2017, Tampere
- 9.–10.2. Aktiivinen ammattiosasto I, Vantaa, SuPer
- 14.2. Kehittyvä vanhustyö, Helsinki
- 14.–15.2. SuPerin ammatilliset opintopäivät, Tampere
- 19.2. Hyvä Suomi! -lastenkonsertti, Tampere
- 21.2. Yhdysjäsen on ykkönen, Joensuu, SuPer
- 28.2.–1.3. Aktiivinen ammattiosasto I, Vantaa, SuPer

MAALISKUU

- 3.3. Yhdysjäsen on ykkönen -jatkot, Turku, SuPer
- 7.3. Ammattiosaston kotisivut kuntoon, Helsinki, SuPer
- 8.–9.3. Osaava sihteeri, Helsinki, SuPer
- 14.3. Kehittyvä Vanhustyö, Oulu
- 15.–16.3. Pätevä puheenjohtaja I, Helsinki, SuPer
- 16.3. Saattohoitokoulutus, Espoo, SuPer
- 25.3. Päijät-Hämeen Varhaiskasvattaja, Lahti
- 28.3. Tehoa taloudenhoitoon, Helsinki, SuPer



INGIMAGE

Superilainen, päivitä sähköpostiosoitteesi!



Tekeillä oleva sote-uudistus tuo muutoksia sosiaali- ja terveydenhuollon toimintatapoihin ja -järjestelmiin. Saadaksesi tiedot tulossa olevista muutoksista ja kaiken tarvitsemasi avun, yhteystietojesi tulee olla ajan tasalla.

Varmista nyt, että sinulla on SuPerin

jäsenrekisterissä toimiva ja käytössä oleva henkilökohtainen sähköpostiosoite tai matkapuhelinnumero. Niiden avulla liitosta saadaan välitettyä ajankoh- taista tietoa nopeasti ja luotettavas- ti. Näillä tunnuksillasi pääset kirjautu- maan myös myöhemmin keväällä uu- distuvaan sähköiseen jäsenpalvelun. ■

LUE LISÄÄ ILMOITUKSESTA SIVULTA 66.

SuPer vastustaa esitettyjä alkoholilain uudistuksia

SuPer on jättänyt lausuntonsa hallituk- sen esitykseen alkoholilain kokonais- uudistuksesta. SuPer vastustaa alkoho- lilain uudistuksia, jotka tutkimusten mukaan tulevat lisäämään kulutusta ja haittoja. Nykyinen alkoholipolitiikka on SuPerin mukaan perusteltua.

Esitetyn lain kokonaisuudistuksen kantavaksi periaatteeksi on asetettu al- koholihaittojen vähentäminen. Kui- tenkin esitys ottaa hyvin vähän kantaa siihen, miten tämä tapahtuu. Esitetyt muutokset ajavat ainoastaan alkoholin myyntiin ja anniskeluun liittyvän elin-

keinoelämän tavoitteita ja etuja, jolloin perheet, yksilöt, yhteiskunta ja työn- antajayritykset kantavat inhimillisen ja taloudellisen vastuun haittojen lisään- tymisen aiheuttamista kustannuksista.

Vaikka esityksen mukaan verotulot suurenevat yhtä paljon kuin haitoista arvioidaan tulevan lisäkustannuksia, niin todelliset ja pitkäaikaiset kustan- nukset yhteiskunnalle ja kansantervey- delle jäävät esityksessä riittävällä tark- kuudella erittelemättä. Muun muassa ylisukupolvista syrjäytymiskehitystä ei esityksessä ole arvioitu lainkaan. ■

NYT ON AIKA

- Ilmoittautua kevään kursseille -> www.superliitto.fi -> kirjaudu jäsensivuille.
- Tarkastaa jäsenmaksutietosi vuodelta 2016, jotta jäsenyys ja jäsen- edut pysyvät voimassa. Mene SuPerin verkkosivuille www.superliitto.fi ja kirjaudu jäsensivulle.
- Alkaa valmistella ao:n vuosikertomusta ja tilinpäätöstä vuodelta 2016.
- Täyttää SuPerin loma-asuntohakemus kesäajalle.
- Hakea Holiday Club -loma-asuntoja kesäajalle.
- Ilmoittautua saattohoitokoulutukseen 16.3. my.surveypal.com/saattoesop
- Osallistua Vanhustyön 14.3. ja Varhaiskasvatuksen 25.3. messuille.

Meitä tarvitaan aina

Nyt kun sote- ja kuntakeskustelut ovat vilkkaimmillaan, on parasta miettiä mitä tiedämme. Maakuntia on 18, joissa sote-palvelut tuotetaan. Tuottajina voivat olla maakunnan omat liikelaitokset, yritykset tai järjestöt. Kuntien ja kuntayhtymien henkilöstö tulee siirtymään uuteen järjestelmään vanhoina työntekijöinä liikkeenluovutuksen periaatteella. Yksityisellä sektorilla työskentelevät jatkavat samaan malliin kuin ennenkin. Kuntiin jää superilaisittain katsottuna varhaiskasvatus ja sivistystoimi, eli lähihoitajat päivähoidossa ja koulunkäyntiavustajat kouluissa. Valtiovarainministeriö antaa tähän rahat, mutta ne eivät ole korvamerkityjä. Kunnilla on verotusoikeus, mutta veroprosentti pienenee. Asian ydin onkin muissa asioissa eli siinä, mitä, missä ja kuka asioita määrittää ja miten. Se on politiikkaa, johon jokainen voi osallistua vaikuttaen.

Tulevaisuudessa kilpaillaan laadulla. Laadukas hoito on aina tavoiteltava asia, mutta kuka määrittää – ja miten laatu määritellään. Määritelläänkö laatu hoidettavan kokeman mukaan vai onko laadun tavoite hoidon vaikuttavuus? Suomessa on tehty työtä tuloksekkaan ja vaikuttavan hoidon määrittämiseksi. Potilaan kannalta tämä on ollut aina hyvä asia. Mutta miten nämä nivotaan yhteen, kun soten yksi tavoite on kolmen miljardin euron kustannuskehityssäästö? Varmasti on paljon kehitettävää, mutta hoitotyöhön tarvitaan ammattitaitoisia työntekijöitä. Palkkakustannusten alentaminen saattaa olla houkutteleva tapa säästää, mutta tulevaisuudessa se on kallista säästöä!

Päättäjien on muistettava, että hoi-

don kannalta päästään usein vaikuttavampaan ja tuloksellisempaan lopputulokseen, kun hoitajalla on aikaa neuvoa, sitouttaa ja opastaa. Ja vasta tarvittaessa tehdä puolesta. SuPerin monet selvitykset sekä monien asiantuntijoiden tutkimukset tukevat samaa. Sairaiden, vanhusten, vammaisten tai mielenterveys- ja päihdepotilaiden hoidossa oleellisinta on aina koulutettu hoitaja. Hän voi tukea ja hoitaa ja tarvittaessa konsultoida muutoksista, joita on huomannut. Joihinkin toimenpiteisiin tarvitaan sairaalaa, mutta ajoissa huomattu muutos, sen diagnoosi ja välittömästi annettu apu on huomattavasti inhimillisempää ja tuloksellisempaa. Tämä toimintatapa vaatii tiimityötä. Siinä jokaisen ammattitaito ja osaaminen tulee ottaa kokonaisvaltaisesti käyttöön, hukkaputkeen ei ole varaa.

Miten sitten superilainen itse voi vaikuttaa asiaan? Jokaisen meistä tulee muistaa, että koulutustasomme on hyvä. Juuri tutkinnon suorittanut on silti vasta noviisi alalla ja vaatii seniorin tukea. Tärkeintä on, että hoitaja saa tehdä koulutustaan eli tutkintoaan vastaavaa työtä. Moni työnantaja on vuosien ajan muuttanut lähi- ja perushoitajien työkuvaan työnantajalle sopivaksi. Eli kun tukipalvelutyöntekijöitä on vähennetty systemaattisesti, heidän töitään on siirretty superilaisten tehtäväksi. Tässä todellinen häviö on ollut hoidettava. Yksin ei muutosta tehdä vaan kaikkien on tähän ryhdyttävä. Meidän on aina muistettava, että me olemme hoidon, hoivan ja kasvatuksen ammattilaisia. Kuten olemme SuPerissa todenneet, sosiaali- ja terveysalan työ luo perustan yhteiskunnan toimivuudelle. Superilaiset tekevät työtä lähellä asiakkaita ja potilaita ja heidän työnsä näkyy ja tuntuu

ihmisten jokapäiväisessä elämässä.

Kaikkia ammattilaisia tarvitaan, mutta meidän työemme keskiössä tulee aina olla hoidettava, olkoon hän sitten lapsi tai aikuinen. Hyvä ja laadukas hoito ja hoiva ovat meidän suomalaisten perustuslaillinen oikeus ja se on hyvä muistaa, kun määritellään laatua. SuPerin omat eettiset ohjeet myös kiteyttävät asian hyvin. Eettiset ja moraaliset valinnat ovat läsnä joka hetki: jokainen teko tai tekemättä jättäminen on eettinen valinta. Tästä voi koitua jollekin eettinen kuorma, mutta muista silloin: maailmalle olet vain joku, mutta jollekin koko maailma. ■

Terveisin,

Silja



**MAAILMALLE OLET VAIN JOKU,
MUTTA JOLLEKIN KOKO MAAILMA.**



Kristiinankaupungin kotihoidossa lähi-, perus- ja kodinhoitajien ammattitaito otettiin käyttöön kokonaisuudessaan. Uudistushanketta vetänyt perushoitaja Tarja Flenmark uskoo, että se tekee kotihoidosta vetovoimaisemman työpaikan.

Kristiinankaupunki uudisti kotihoitonsa

TEKSTI MINNA LYHTY KUVA ESA JORMANAINEN

Kristiinankaupungin kotihoidon asiakasmäärä kasvoi noin 200:sta 280:een parissa vuodessa. Työntekijöitä ei palkattu lisää. Siitä huolimatta asiakkaille pystyttiin antamaan entistä enemmän aikaa.

Lähihoitaja ajoi syrjäkylälle vanhuksen kotiin auttamaan aamutoimissa. Parin tunnin kuluttua saman vanhuksen luotiin sairaanhoitaja, joka mittasi verenpaineen ja jakoi lääkkeitä dosettien. Tämä oli arkea Kristiinankaupungissa ennen kuin kotihoito uudistettiin.

Lähihoitajien ja sairaanhoitajien

työt olivat selkeästi erillään: lähihoitajat vastasivat perushoidosta, sairaanhoitajat sairaanhoidollisista toimenpiteistä. Kotipalvelu ja kotisairaanhoito yhdistettiin kotihoidoksi vuonna 2009, mutta se tapahtui vain teorialtasolla.

Perushoitaja Tarja Flenmarkia pyydettiin vetämään kotihoidon uudistushanketta. Tavoitteena oli, että mahdollisimman moni vanhus voisi asua kotona pitkään. Toimintoja pyrittiin järjestyttämään ja kustannuksia vähentämään. Flenmark halusi toteuttaa uudistuksen siten, ettei asiakkaalle annettavasta hoi-

dosta ja ajasta tingitä.

– Meillä oli osaavia lähihoitajia, mutta heidän koulutustaan ei hyödynnetty riittävästi. Toiminnot olivat päällekkäisiä ja hoitajien aika kului muuhun kuin hoitotehtäviin.

Flenmark on työskennellyt yli 30 vuotta vanhainkodissa, joka on muutettu palveluasumiseksi. Hän tottui työssään siihen, että lähihoitajat tekivät myös sairaanhoidollisia tehtäviä. Hän huomasi heti kotihoitoon siirryttyään, että työ tehostuu, kun sama hoitaja tekee kaikki tehtävät asiakkaan luona.

– Kartoitin lisäkoulutuksen tar-

peat. Hoitajille järjestettiin lähiopetusta muun muassa lääkehoitoon, haavanhoitoon, näytteidenottoon ja RAI-toimintakykymittarin käyttöön. Kun taidot olivat hallussa, heidän toimenkuvansa laajennettiin.

– Nyt lähihoitajat muun muassa vastaavat omien asiakkaiden lääkehoidosta sairaanhoitajan ohjeistamana. Lisäksi he ottavat seurantanäytteitä, esimerkiksi CRP:n, Hb:n ja INR-arvon. Marvanin jako-ohjeen antaa tiimin sairaanhoitaja. Tarvittaessa lähihoitajat myös katetroivat ja hoitavat haavoja. Sairanhoitajat ovat tiimiensä vetäjiä, jotka omien tehtäviensä lisäksi antavat perushoitoa.

JÄRKEVÄÄ SUUNNITTELUA

Kristiinankaupungin kotihoidossa on tehty toimenkuvien muuttamisen lisäksi lukuisia muitakin uudistuksia parin vuoden aikana.

– Laadimme kotihoidon myöntämiskriteerit. Kartoitimme kyselyllä asiakkaiden tarpeita. Loimme omahoitajajärjestelmän, teimme kaikille hoito- ja palvelusuunnitelmat ja tuotimme elämäntietomateriaalia. Lisäksi teimme asiakkaille kotiin hoitokansion, jossa on tärkeät dokumentit.

Kotihoidon asiakkaille hankittiin etälääkäripalvelut. Lääkäri tekee lähikierron kolmen kuukauden välein. Hoitajat katsovat ennakoon, kenen luona on tarpeellista käydä. Vähintään kerran vuodessa lääkäri käy jokaisen luona. Lääkäri on tavoitettavissa ympäri vuorokauden.

– Hoitaja voi ottaa kotikäynnillä esimerkiksi pika-CRP:n ja soittaa lääkärille, jolloin lääkitys voidaan aloittaa saman tien.

Kotihoidossa otettiin käyttöön myös optimointijärjestelmä. Ennen hoitajilta kului paljon aikaa, kun he suunnittelivat, minne kukakin menee. Optimointijärjestelmä vapautti aikaa asiakastyöhön.

Puoli vuotta optimointijärjestelmän käyttöönotosta hoitajat saivat älypuhelimet, joilla hoidetaan kirjaaminen asiakkaan kotona. Aiemmin toimistolla kirjaamiseen saattoi kulua jopa puolitoista tuntia.

Työtehtäviin kuului myös aterioiden

kuljettaminen vanhuksille. Flenmarkin mielestä ei ollut järkevää käyttää hoitajien ammattitaitoa kuljetuspalveluun. Palvelu ulkoistettiin, joten tehtävä siirtyi kokonaan hoitajilta pois.

Kotihoito oli hoitanut myös vanhusen kauppaostokset. Flenmark huomasi, että joskus kaupassa oli useita hoitajia yhtä aikaa.

– Sovimme kauppiaiden kanssa, että tuomme tilaukset ja he pakkaavat ostokset valmiiksi. Vastuu ostosten kuljetamisesta on jaettu kaupan, ateriakuljetuksen ja kotihoidon kesken.

Flenmark kertoo, että kehitystyö jatkuu edelleen.

– Tällä hetkellä työstämme lääkehoidosuunnitelmaa työryhmässä. Tehostamme ympärivuorokautista kotihoitoa, kotiuttamista ja kotikuntoutusta.

UUDISTUKSIA LUMIPALLO-EFEKTIN LAILLA

Kristiinankaupungin kotihoidossa on kolme tiimiä, joista yhdessä uudistukset on viety kaikkein pisimmälle. Tarja Flenmark kertoo, että isot muutokset ovat vaatineet hoitajilta paljon. Heidän piti luopua vanhoista rutiineista ja oppia valtavasti uutta lyhyessä ajassa työssä ohella.

– Olen kysellyt, haluaisivatko he palata vanhaan. Moni sanoo, ettei missään tapauksessa.

Hoitajat ovat tehneet kotihoidosta asiakaslähtöisen ja kustannustehokkaan. Samalla henkilökuntamäärällä huolehditaan useammasta asiakkaasta ja jopa pystytään antamaan heille ennistä enemmän aikaa. Keskimääräisen asiakaskäynnin pituus on noussut 24 minuutista 28 minuuttiin.

– Jos emme olisi tehneet mitään, kustannukset olisivat nousseet ja niistä olisi leikattu. Silloin vanhukset olisivat joutuneet sijaiskärsijöiksi.

Kristiinankaupungin perusturvajohdaja Christian Lindedahl on tyytyväinen kotihoidon uudistuksiin.

– Kotihoidossa on syntynyt lumipalloeefekti, kehitystyö on laajentunut koko ajan. Lyhyessä ajassa on saatu paljon aikaan. Kotihoito on tuotu nykyaikaan, mikä toivottavasti lisää kiinnostusta haakeutua sinne töihin. Haluamme olla esimerkinä myös muille kunnille. ■

Suomeen perustetaan kansallinen syöpäkeskus

Kansallinen syöpäkeskus FICAN perustetaan Suomeen vuoden 2018 loppuun mennessä. Se koostuu viidestä alueellisesta syöpäkeskuksesta, jotka kootaan nykyisten erä-alueiden ja yliopistollisten sairaaloiden ympärille. Niiden lisäksi perustetaan kansallinen koordinoitua keskus Helsingin alueellisen keskuksen yhteyteen. Suomi on yksi syövän hoidon kärkimaista. Ymmärrys syövän biologiasta tarkentuu jatkuvasti ja sen myötä syöpähoitot kehittyvät yhä yksilöllisemmiksi. Tavoitteena on, että hoitotulokset pysyvät hyvinä myös 2020-luvulla.



Vuorotyö ei altista rintasyövälle

Vuorotyön on pelätty suurentavan naisten riskiä sairastua rintasyöpään, mutta tuoreen ja kattavan selvityksen perusteella pelko on ollut turha. Jos jokin riski on, se ovat pieniä ja tuskin käytännössä merkittäviä. Selvitys perustuu yli 1,4 miljoonan naisen monikymmenvuotisiin seurantatietoihin, ja niiden mukaan rintasyöpäriski ei suurene edes yli 30 vuoden vuorotyön jälkeen. Käsitys vuorotyön ja rintasyövän yhteydestä on perustunut pitkälti eläinkokeisiin, mutta ihmisiä koskevat tutkimustulokset ovat olleet vähäisempiä. Nyt julkaistu tutkimus perustuu laajempaan ja laadukkaampaan aineistoon kuin aikaisemmat selvitykset.

Kallista ovenavauspalvelua ei saa maksattaa hoitajilla

TEKSTI MINNA SEPPÄ

Sote-uudistuksesta on tulossa kallis ovenavauspalvelu yksityisfirmojen lääkärien vastaanotoille, SuPer katsoo.

– Sote-uudistuksen alkuperäiset tavoitteet, yhdenvertaiset julkiset palvelut, joita yksityinen sektori täydentää, voi unohtaa. Nyt mennään nykyhallituksen ideologian mukaan, SuPerin puheenjohtaja Silja Paavola kommentoi joulun alla julkistettua luonnosta hallituksen valinnanvapauslakiesitykseksi.

Paavolan mukaan on hyvinvointivaltioajattelun vastaista, että maan hallitus yhtäältä kehottaa yksilöitä ottamaan entistä isompaa vastuuta itsestään ja toisaalta antaa sosiaali- ja terveydenhuollon yritysten myyntivaltiksi.

Paavola luonnehtii sotea kalliiksi ovenavauspalveluksi.

– Terveysasemien jonojen purku on hyvä tavoite, mutta voidaan toteuttaa edullisemminkin.

Paavolaa huolestuttaa se, että uudistuksen seurauksena kasvavat terveydenhuoltomenot yritetään suitsia vähentämällä työntekijöitä ja heikentämällä heidän työehtojaan.

– Valtiovarainministeriön ja hallituksen suurin tavoite tässä uudistuksessa on kolmen miljardin kustannussäästö, joka on monien muidenkin asian tuntijoiden mukaan epärealistinen.

– Liittomme 90 000 jäsentä tekevät arvokasta työtä suomalaisen yhteiskunnan eteen. Heitä ei voida ajatella yksinomaan resurssina, jonka määrää voidaan tarpeen mukaan leikata.

YHTEISKUNNAN VASTUUTA EI VOI ULKOISTAA YKSILÖLLE

Paavola näkee sosiaali- ja terveydenhuollon laajassa mitassa bisnekseen soveltumattomana: monimutkaiset pro-



LAKILUONNOS VALINNANVAPAudesta

Hallitus julkisti joulukuussa lakiluonnoksen asiakkaan valinnanvapaudesta sosiaali- ja terveyspalveluissa sekä syksyn lausuntokierroksen jälkeen tehdyt muutokset maakunta- ja sote-lakiluonnoksiin.

Mallissa sosiaali- ja terveydenhuollon järjestää 18 maakuntaa. Niiden alaisuudessa toimii liikelaitoksia, ei siis palvelulaitoksia, kuten aiemmissa luonnoksissa. Liikelaitokset tuottavat erikoistason palveluita, kuten erikoissairaanhoidon, joka ei ole 1.1.2019 voimaan tulevan laajan valinnanvapauden piirissä. Maakunta voi myöntää erikoistason palveluiden ostoon asiakasasetteita ja vanhus- tai vammaispalveluiden asiakkaalle henkilökohtaisen budjetin.

Asiakas voi vuoden 2019 alusta lähtien valita, mistä hankkii tietyn määritellyn joukon perustason sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita. Niistä osan tuottavat maakunnan liikelaitosten tytäryhtiöt, osan taas yhtiömuotoiset sote-keskukset, jotka voivat olla maakunnan liikelaitoksen, yrityksen tai järjestön omistamia. Sote-keskus voi myöntää yksityisen sektorin asiointiin mahdollistavan maksusetelin.

sessit taipuvat huonosti tuotteistukseen, jota valinnanvapaus ja palveluiden myynti edellyttävät. Tulossa on myös palveluseteli, jonka arvo on määriteltävä. Kokonaisuuden hahmottaminen on vaikeaa.

– Esimerkiksi polvileikkaus on kompakti tuote. Entä, kun jotain menee pieleen, ja leikkaus komplisoituu?

– Vaikka lakiin kirjoitetaan, että tuottajan on hoidettava kaikki, niin pelkona on, ettei tämä toteudu. Julkinen puoli on kuitenkin se, joka loppupelissä maksaa kaiken, olipa olemassa millaisia sopimuksia tahansa.

Toinen haastava kokonaisuus on henkilökohtainen budjetti.

– Ihminen voi olla kyvytön valitsemaan joko ikänsä, terveydentilansa tai vammansa vuoksi. Laajemmin on kyse siitä, että hyvinvointiyhteiskunnan vastuuta ei voida ulkoistaa yksilölle.

Paavola muistuttaa, että bisnesmahdollisuuksien lisääminen voi hyvinkin olla ristiriidassa myös sote-uudistuksen tavoitteisiin kuuluneen hoitoketjujen ylläpitämisen ja kehittämisen kanssa. Riskinä on, että toiminta pirstaloituu.

SuPer ei kannata myöskään 18 maakunnalle rakentuvaa mallia, sillä näkee sen lisäävän kansalaisten eriarvoisuutta.

VALINNANVAPAAUS VIE PALVELUJA ENITEN TARVITSEVILTA

Valinnanvapausmalli heikentää Paavolan mukaan niiden ihmisten palveluja, jotka sosiaali- ja terveydenhuoltoa eniten tarvitsevat.

– Niin sanottua maksuseteliä tarjotaan vanhuksille ja vammaisille, jotka hyödyntävät esimerkiksi kotihoitoa. Setelin arvoa ei saa määrittellä niin alhaiseksi, että asiakkaan on maksettava osa minipalvelustakin.

– Kotihoito ei sovi kaikkiin tilanteisiin. Jos annettava palvelu on riittämätöntä, saadaan vain lisää kallishoitoisia sänkypotilaita.

LIIKELAITOKSEN ROOLI VAATII TÄSMENTÄMISTÄ

SuPerin edunvalvontajohtaja Anne Sainila-Vaarno pitää valinnanvapauslakiluonnosta keskeneräisenä.

– Liikelaitoksen rooli vaatii vielä

JULKINEN PUOLI ON KUITENKIN SE, JOKA LOPPUPELISSÄ MAKSAA KAIKEN.

täsmentämistä esimerkiksi sen suhteen, onko liikelaitos oikeushenkilö vai ei.

Sainila-Vaarno toteaa edunvalvonnan tilanteen olevan haastava.

– Tällä hetkellä emme vielä tiedä, missä kaikkialla jäsenemme tulevat jatkossa työskentelemään. Tavoitteemme on, että mahdollisimman monen nykyisen kuntasektorilla työskentelevän lähihoitajan työnantaja kuuluu maakuntakonserniin, eli on maakunta, sen tytäryhtiö tai muu julkisomisteinen yhtiö.

– Myöskään sovellettavat työehtosopimukset eivät ole vielä tiedossa.

UHKANA LIIKKEENLUOVUTUSTEN VIIVÄSTYMINEN

Julkisella puolella SuPerin neuvottelukumppanina on Kuntatyönantajat KT, jolla on jatkossa omat kunta-, maakunta- ja valtiojaostonsa. Lainsäädäntövalmistelussa suurimpiin kysymyksiin kuuluu se, miten henkilöstön käy, jos lakiesitykseen sisältyvä liikkeenluovutusten kahden vuoden määräaika ei prosessin viivästymisen vuoksi pidäkään. Lakiesitysten mukaan sote-henkilöstö siirtyy maakuntien palvelukseen liikkeenluovutuksin vuosina 2019–2020.

– Täytyy myös muistaa, että liikkeenluovutus ei turvaa henkilöstöä kuin toteuttamishetkellään. Henkilöstövähennyksiä voi siis myöhemmin tapahtua.

Uudistuksen valmistelu etenee usealla eri rintamalla. Virkamiestyöryhmä työstää esitystä siitä, että työntekijät kuuluisivat seitsemän vuotta, vuoden 2025 loppuun, siihen eläkejärjestelmään, johon he kuuluvat vuoden 2018 lopussa. Henkilöstöpoliittisia linjauksia käsitellään edelleen henkilöstötyöryhmässä. Keskustelu näistä teemoista jatkuu myös kuntatyönantajan kanssa. ■

Yli 1 500 lääkkeen hinta halventunut tänä vuonna

Yli 1 500 lääkepakkauksen hinta on nyt halvempi kuin viime joulukuussa. Suurimmat hinnanalennukset ovat jopa satoja euroja, 20–50 prosenttia. Enemmän kuin 10 euroa on laskenut 90 lääkepakkauksen hinta ja 1–10 euroa reilusti yli tuhannen pakkauksen hinta. Pääasiallisena syynä hintojen laskuun on reseptilääkkeiden hintakilpailu ja sen lisääminen. Tämä on yksi keino hallitusohjelmassa päätettyjen 150 miljoonan euron lääkekorvaussäästöjen tavoittelussa. Vuodenvaihteessa rinnakaistuntuilääkkeet sisällytettiin lääkkeiden viitehintajärjestelmän piiriin ja epilepsialääkkeet tulivat mukaan apteekin lääkevaihtoon silloin, kun niitä määrätään muihin käyttöaiheisiin kuin epilepsiaan.

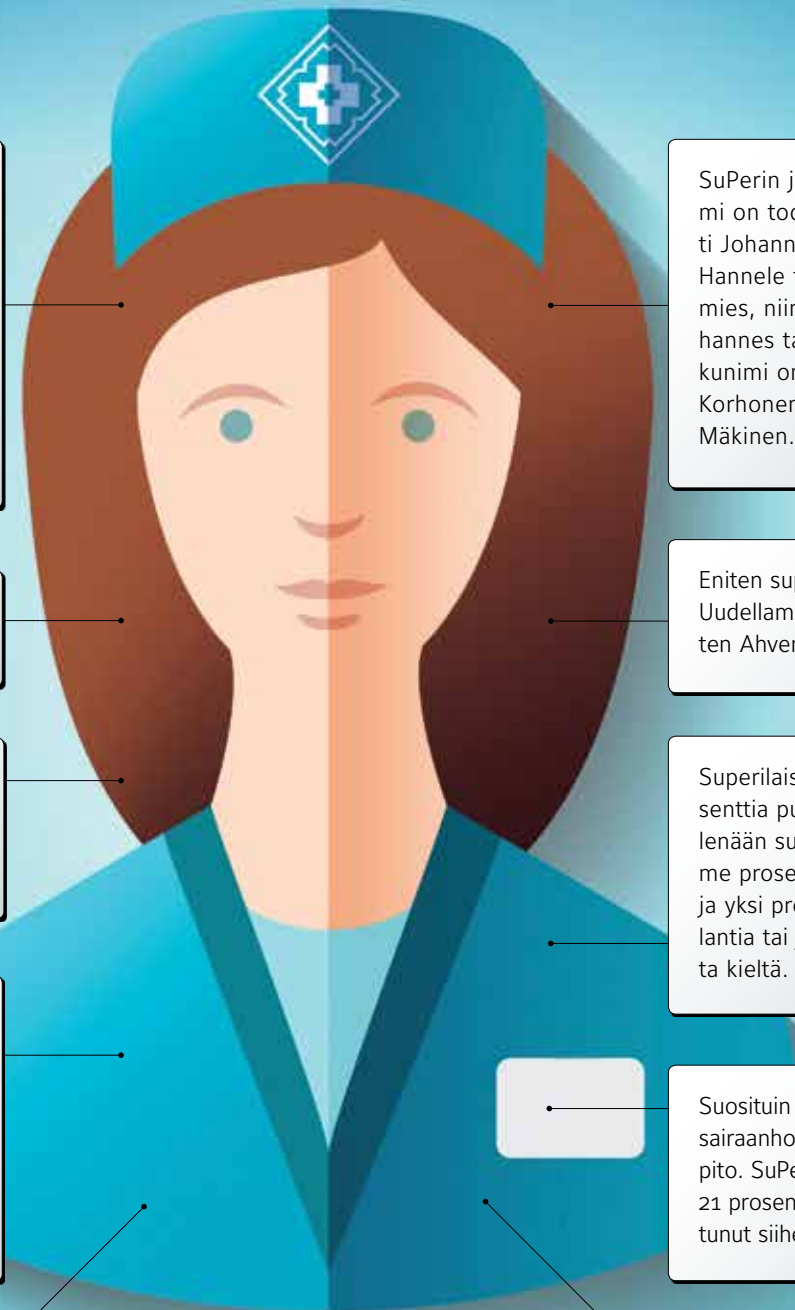


Maahanmuuttajalapsilla ei juuri ole harvinaisia tauteja

Suomessa harvinaisia tauteja ilmenee maahanmuuttajalapsilla harvoin. Suomeen saapuvat lapset sairastavat enimäkseen flunssaa ja korvatulehdusta. Vuonna 2015 saapuneista turvapaikanhakijoista noin neljäsosa oli alle 18-vuotiaita. Esimerkiksi tuberkuloosia pelätään, mutta vuoden 2015 turvapaikanhakijoilla todettujen tapausten määrä on alle 40. – Mitä nopeammin maahanmuuttajalapsen pääsevät suomalaisen terveyspalvelujärjestelmän piiriin, sitä parempi sekä kantaväestön että maahanmuuttajien kannalta, kertoo lastentautien ja lasten infektiosairauksien erikoislääkäri Eeva Salo HYKS Lastenklinalta.

SUPERILAINEN — TÄLLAINEN HÄN ON

TEKSTI ELINA KUJALA



Keskivertosuperilainen työskentelee kuntasektorilla Kunnallisen virka- ja työehtosopimuksen eli KVTES:n piirissä. Yleisin työnantaja on kaupunki. Jäsenistä 18 prosenttia työskentelee Uudenmaan maakunnassa.

Superilaisten keski-ikä on 43 vuotta.

SuPerissa on 90 000 jäsentä. Heistä naisia on 94 prosenttia ja miehiä 6 prosenttia.

Tyypillinen superilainen tekee vuorotyötä, työskentelee kokoaikaisesti ja hänellä on vakain työsuhte. Vuonna 2015 keskivertosuperilainen ansaitsi 2359 euroa kuukaudessa.

Vanhustyöhön on erikoistunut 13 prosenttia, ja lapsiin ja nuoriin 10 prosenttia SuPerin jäsenistä. Suun terveydenhoitoon on erikoistunut 0,2 prosenttia superilaisista. Suuntautumisaloista jalkojenhoito on uusin.

SuPerin jäsenen etunimi on todennäköisesti Johanna, Maarit tai Hannele tai jos hän on mies, niin Juhani, Johannes tai Tapani. Sukunimi on luultavasti Korhonen, Virtanen tai Mäkinen.

Eniten superilaisia asuu Uudellamaalla ja vähiten Ahvenanmaalla.

Superilaisista 96 prosenttia puhuu äidinkielenään suomea, kolme prosenttia ruotsia ja yksi prosentti englantia tai jotakin muuta kieltä.

Suosituin osaamisala on sairaanhoito- ja huolenpito. SuPerin jäsenistä 21 prosenttia on erikoistunut siihen.

80 prosenttia on koulutukseltaan lähihoitajia. Perushoitajia tai apuhoitajia on jäsenistöstä 15 prosenttia. Superilaisten joukkoon kuuluu myös esimerkiksi sairaanhoitajia, sosionomeja, merkonomeja, farmanomeja, lastenohjaajia sekä hieroja.



SuPerin Peijaksen ammattiosaston hallituksen järjestäytymiskokouksessa suunniteltiin lähihoitajapäivän toteuttamista. Yksikkö vei noin 15 työyksikköön SuPer-tietoutta sekä päivitetty luottamusmiesten ja uuden puheenjohtajan yhteystiedot. Ammattiosasto tarjosi samalla herkuteltavaa työyksiköiden kahvipöytiin. Innolla uusissa tomissaan aloittivat puheenjohtaja Anne-Maarit Ahlroth ja sihteeri Marita Manninen.



Lähihoitajapäivää vietettiin koko viikko

TEKSTI JUKKA JÄRVELÄ KUVA SATU KERVINEN

Perinteinen kansallinen lähihoitajapäivä venyi koko viikon mittaiseksi tempaukseksi tammikuun lopussa.

Lähihoitajapäivä pidettiin perjantaina 27. tammikuuta, mutta juhlaa ja tärkeän tiedon jakamista riitti koko viikoksi eri puolilla maata. SuPer järjesti tuolla viikolla rekrytointitapahtumia ja teki tunnetuksi superilaisia ammatteja.

Lähihoitajapäivän teemana oli *SuPer-ammattilainen tekee hyvää*. Liitto levitti tietoa siitä, miksi juuri SuPer on paras edunvalvontaliitto toisen asteen ammattitutkinnon suorittaneille hoitajille. Työpaikkojen ilmoitustauluille ja kahvihuoneisiin ilmestyi monessa paikassa SuPerin kampanjamateriaalia juuri lähihoitajapäivän merkeissä.

TEMPAUKSIA TURUILLA JA TOREILLA

Ammattiosastot tulivat lähihoitajapäivän ja viikon aikana ihmisten ilmoille tuoden tietoa muun muassa siitä, kuinka monessa paikassa superilaisia on töissä. Toreilla, kauppakeskuksissa tai vaikka jääkiekko-ottelussa saattoi kohdata superilaisia värejä.

Joissakin työyksiköissä valittiin vuoden hoitaja juhlahetkenä. Toiset ammattiosastot muistivat vanhoja ja uusia jäseniään pikkulahjoilla. Myös elokuvissa käytiin.

Myös Opot olivat näyttävästi asialla vierailemalla yli 50 oppilaitoksella kertomassa, mikä on lähihoitajien ainoa oikea liitto. SuPer-tietoa jaettiin koulujen aulatiloihin. Myös kilpailuja ja toiminnallisia rasteja järjestettiin muun toiminnan ohessa.

LÄHIHOITAJASTA ON MONEKSI

Lähihoitajapäivän tärkein teema on korostaa ammatin merkitystä ja laajuutta. Yksi muistettavista asioista on se, että lähihoitaja on myös lääkehoidon osaaja.

Lähihoitajakoulutuksessa osaamisaloja on kymmenen. Niinpä lähihoitajan voi kohdata vaikka suunhoidossa, kuntoutuksessa, mielenterveys- ja päihdetyössä tai sairaanhoidollisissa tehtävissä esimerkiksi varhaiskasvatuksessa.

Kaikilla valmistuneilla lähihoitajilla on – erikoisosaamisalastaan riippumatta – ammatilliset valmiudet työskennellä koko sosiaali- ja terveysalalla, varhaiskasvatuksessa, koulunkäynninohjaajana sekä yrittäjänä. ■

LISÄÄ KUVIA LÄHIHOITAJAPÄIVÄN TAPAHTUMISTA LÖYTYY MUUN MUASSA INSTAGRAMISTA #LÄHIHOITAJAPÄIVÄ



KATSO LÄHIHOITAJAPÄIVÄN VIDEO



Puudutus, sokeri vai käsikapalo?

Paikallispuudutus näyttäisi olevan tehokkain tapa lievittää pikkuvauvojen kipua rokotusten yhteydessä, ainakin, jos vauvalle annetaan lisäksi sokeria. Asia selviää kanadalais-tutkimuksesta. Suomessa vauvojen kivunlievitykseen käytetään usein sokeriliuosta, mutta etenkin keskosvauvat hyötyvät myös vanhempien käsikapalosta, joka on suomalaistutkimuksessa todettu yhtä tehokkaaksi kuin paljon käytetty glukosiliuos. Keskosille ja pienille vauvoille sylihoito on turvallisin, sillä keskosvauvat eivät usein pysty nielemään kunnolla. Vaikka rokotuksiin ja pistoksiin liittyvä kipu on lyhyt ja ohimenevä, tutkijat uskovat vauvojen kivunlievityksen kannattavan.

DUODECIM

Verenpainelääkkeet estävät syövän leviämistä

Turun yliopiston tutkijat ovat löytäneet uuden tavan estää syövän leviämistä laboratoriokokeissa. Jo potilaskäytössä olevat verenpainelääkkeet estävät syöpäsolujen liikkumista. Näillä verenpainelääkkeillä on aiemmin tuntematon kyky estää rinta- ja haimasyöpäsolujen kulkua. Kalsiumkanavia salpaavat verenpainelääkkeet estävät tehokkaasti aggressiivisten syöpäsolujen liikkeen. Syövän tekee tappavaksi sen kyky levitä elimistössä hallitsemattomasti ympäröiviin kudoksiin ja muihin elimiin.

TURUN YLIOPISTO



Optimistinen elää pitempään

Positiivinen elämänsäsenne voi pidentää naisen elinikää. Positiivisen ja optimistisen elämäntavan omaksumisen riski menehtyä on noin kolmanneksen pienempi kuin naisten, jotka ovat vähiten optimistisia. Tulokset osoittavat optimistien todennäköisesti elävän muita pitempään, ja luultavimmin tämä johtuu elintavoista: tulevaisuutensa valoisana näkevät pitävät itsestään huolta paremmin kuin synkemmin elämään suhtautuvat.

DUODECIM

Vesi ei pidennä ikää

Veden ylimääräinen juominen ei pidennä ikää. Päivittäin suositellaan juomaan 1–2 litraa vettä. Tutkijat seurasivat 25 000 henkilöä 11 vuoden ajan. Seurannan päättyessä tutkijat eivät löytäneet viitteitä siitä, että paljon vettä juovien kuolleisuus olisi ollut vähäisempää kuin muiden. Vaikutusta ei ollut myöskään sillä, saiko vetensä tavallisesta juomavedestä, muista juomista vai ruokien mukana. Eniten vettä juovien naisten kuolleisuus saattoi jopa olla hieman suurempaa kuin muiden, mutta tämä saattoi johtua myös sattumasta.

DUODECIM



TAMMIKUUN KYSYMYS OLI:

Seuraatko SuPer-Ruutua?

KYLLÄ
57%

- Ajankohtainen ja mielenkiintoinen.
- Helppo seurata.
- Kyllä SuPermies on ihan paras!
- Ruudussa on ajankohtaisia asioita. Edunvalvontajutut ovat todella hyviä ja ne on tehty ymmärrettävään muotoon. Virkistystä vaikka väkisin on aivan huippu! Näitä jaksaa katsoa useampaankin kertaan.
- Siellä on ajankohtaisia asioita.
- Josko olisi jotain uutta opittavaa.
- Kätevää ja helppoa sohvalta käsin tabletti käsissä.
- Ajankohtaiset asiat kiinnostavat.
- No siksi kun olen superilainen ja se kiinnostaa.

EI
43%

- En ole tiennyt sellaista olevankaan.
- En ole vielä perehtynyt.
- En hirveesti oo netissä. Vois varmaan tutustua!
- Ei ole aikaa.
- En ole moisesta kuullutkaan. Mikä se on?
- Käyn harvoin netissä.
- En vielä, mutta ehkä jatkossa.
- Uusi juttu. Korjaan asian.

HELMIKUUN KYSYMYS LÖYTYY SUPERIN NETTISIVUILTA KOHDASTA SUPER-LEHTI. KAIKKIEN HELMIKUUN 13. PÄIVÄÄN MENNESSÄ VASTANNEIDEN KESKEN ARVOTAAN SUPER-LEHDEN KÄTEVÄ AAMIASTARJOTIN. TAMMIKUUSSA SEN VOITTI HANNA KÄRKKÄINEN VARKAUDESTA. ONNITTELUT!



MUUT LEHDET

/// Kentälle säilytetään mielestäni nykyisin liikaa opettamista. Me olemme päiväkodissa lapsia varten, emmekä siksi, että ohjaamme koko ajan opiskelijoita ja uusia työntekijöitä."

LASTENHOITAJA
MARJA-LEENA VARHO
SLALLI 1/2017

/// En ole joutunut vihapuheen kohteeksi juuri ollenkaan, luultavasti siksi, että en ole nainen. Homoteltakin on tavallaan pohja pois, sillä olen puhunut seksuaalisuudestani avoimesti; jos joku katsoo asiakseen ilmoittaa minulle, että olen homo, hän voi sen tehdä."

NÄYTTELIJÄ-KIRJAILIJA
ANTTI HOLMA
RAUHAN PUOLESTA 6/2016

30 VUOTTA SITTEN



Lehti esitteli ensimmäiset perushoitajat, jotka valmistuivat Turun ja Pohjois-Karjalan sairaanhoito-opilaitoksista. Valmis-

tuneita perushoitajia oli yhteensä 42. Virallisesti perushoitajakoulutus alkoi koko maassa vasta vuoden 1987 alussa. Sen rinnalla jatkui yhä apuhoitajakoulutusta. Perushoitajakoulutus kesti 2,5 vuotta, johon kuului 1,5 vuoden erikoistumisjakso.

"Uudessa koulutuksessa korostetaan erityisesti kokonaisvaltaisesti hoitokeskeisyyttä entisen tautikeskeisyyden asemesta."

PERUSHOITAJA 2/1987

Boostia päivään

Itsetehdystä tuoremehusta

TEKSTI JA KUVAT MARJO SAJANTOLA

Lähihoitaja Maija Mäkisaloon taikajuoma torjuu flunssaa, lievittää nivelvaivoja ja auttaa jaksamaan arjen haasteissa.

Maija Mäkisalo terästää porkkanoista, varsisellereistä ja omenasta koostuvan juoman tuoreella inkiväärillä ja kurkumalla. Mehustukseen hän mieltyi viime marraskuussa, mutta jo aikaisemminkin hän on nauttinut raakaravintoa smoothienä.

– Mehulingossa tulos on nestemäistä, ja juonkin sitä aamupalan lisukkeena. Blenderillä tehty smoothie on mehua soseisempaa ja käy hyvin välipalaksikin. Toisaalta esimerkiksi porkkana on liian kova blenderiin, mutta siitä puristuu hyvää mehua.

Tärkeiden vitamiinien ja kivennäisaineiden saannin lisäksi Maija on huomannut juomasta olevan apua myös flunssan sekä fibromyalgian aiheuttamien särkyjen ja vaivojen torjunnassa.

– Inkivääriä on käytetty jo kauan nivelvaivoihin, ja nykyisin kurkuman terveysvaikutuksia mainostetaan runsaasti. Sitä käytetään esimerkiksi ehkäisemään flunssaa. Periaatteessa, jos mehuun voi lisätä mitä vain, vaikka pinaattia.

Vuonna 2006 Maija valmistui lähihoitajaksi ja on siitä lähtien työskennellyt Tampereen kaupungille, ensin kahdeksan vuotta Koukkuniemen vanhainkodissa ja nykyisin Pispan tehostetussa palveluasumisessa. Terveellisestä mehusta hän saa potkua niin lähihoitajan vaatimaan työhön kuin ammattiosaston luottamustehtävien hoitoon.

SuPerin toiminta kiinnosti Maijaa jo opiskeluaikana. Valmistuttuaan hän osallistui innokkaasti Tampereen seudun SuPer-Nuorten toimintaan ja tuota pikaa pääsi jäseneksi sen suunnitteluryhmään.

– Suunnittelemme nuorten toimintaa yhdessä seudun ammattiosastojen kanssa. Meillä onkin ollut vaikka mitä toimintaa, esimerkiksi Himoksen festarit, ilmajoogaa ja tankotanssia. Lisäksi teemme yhteistoimintaa Raksaliiton nuorten

kanssa. Olemme käyneet muun muassa keilaamassa ja selviytymässä ulos pakohuoneista.

Tämän vuoden alusta Maija Mäkisalo aloitti SuPerin Tampereen kaupungin ammattiosaston varapuheenjohtajana ja jo toisen kautensa sihteerinä. Yhdysjäsenen ja opiskelijavastaavan tehtävissä hän on ollut jo kuusi vuotta ja webmasterinakin vuoden.

– Minulla ei ole perhettä, joten siinä mielessä jää aikaa harrastaa kaikenlaista. Lisäksi työvuoroautonomia helpottaa ajankäytön suunnittelua. Kuitenkin kieltäydyin raskain sydämin, kun minulle ehdotettiin valtakunnallista SuNu-työryhmää. On mietittävä järjellä, paljonko hommia ottaa vastaan, että niistä myös selviää.

Kaikki SuPer-toiminta, mutta etenkin SuPer-Opo-työ, on Maijan mielestä tärkeää. Oppilaitoskäynnit hän hoitaa vaikka sairaana, jos tuuraajaa ei siihen hätään löydy. Hänestä on todella mukavaa kohdata opiskelijoita.

– Ensimmäinen esiintyminen luokan edessä oli minulle ihan kaikista kamalin kokemus. Jännitin sitä hirveästi. Mutta kun selvisin siitä hengissä, koin sen erittäin palkitsevaksi ja koen edelleen, vaikka olen jo terveellisellä tavalla tottunutkin siihen, tämä selviytyjä nauraa.

Ja Maija Mäkisalo on selviytynyt kaikista ensiesiintymisen jälkeen tehtävissä eteen tulleista haasteista. Hän kiittää siitä SuPerin tarjoamaa koulutusta ja etenkin ammattiosastonsa hallituksen jäseniä heidän antamastaan tuesta.

– Oppia ikä kaikki. Eikä näitä töitä yksin tarvitse tehdä, joten rohkeasti mukaan vain ammattiosaston toimintaan, hän kannustaa.

Vastaleivottu varapuheenjohtaja kehottaa myös opiskelijoita osallistumaan kaikkeen SuPerin ammattiosastojen tarjoamaan toimintaan. Hän toivoo, että ammattiosastot kutsuisivat opiskelijoita jäseniltoihin ja muihinkin tapahtumiinsa. ■

**EI NÄITÄ
TÖITÄ YKSIN
TARVITSE TEHDÄ.**



Maijan tehomehu

2 annosta

- 4 isohkoa kuorittua porkkanaa
- 2–3 sellerinvartta
- puolikas tai kokonainen omena
- peukalonpään kokoinen pala tuoretta inkivääriä ja hieman pienempi pala kurkumaa.

Mehusta ainekset mehulingossa.

Säilyy jääkaapissa pari päivää.



SEURAA MEHUN VALMISTUSTA

Plastiikkakirurgiset potilaat tarvitsevat

HAAVAN HOITOA JA HYVÄÄ ASEPTIIKKA

TEKSTI JA KUVAT MARJO SAJANTOLA

Lähihoitaja Minna Lindströmillä voi olla työvuorossa hoidettavana potilaita seitsemän – tai kaksi, jos haavahoito on suuritoista. Plastiikkakirurgisen solun potilaat vaihtuvat tiuhaan ja heidän hoidontarpeensa on monimuotoista.

Hyvinkään sairaalassa on unenomainen rauha vielä varttia vaille seitsemän, kun lähihoitaja Minna Lindström astuu aulaan ja suuntaa pukuhuoneeseen. Lyhyessä ajassa koko sairaala herää uuteen päivään. Työasuun vaihtanut lähihoitaja nousee hissillä neljänteen kerrokseen kirurgian vuodeosastolle ja

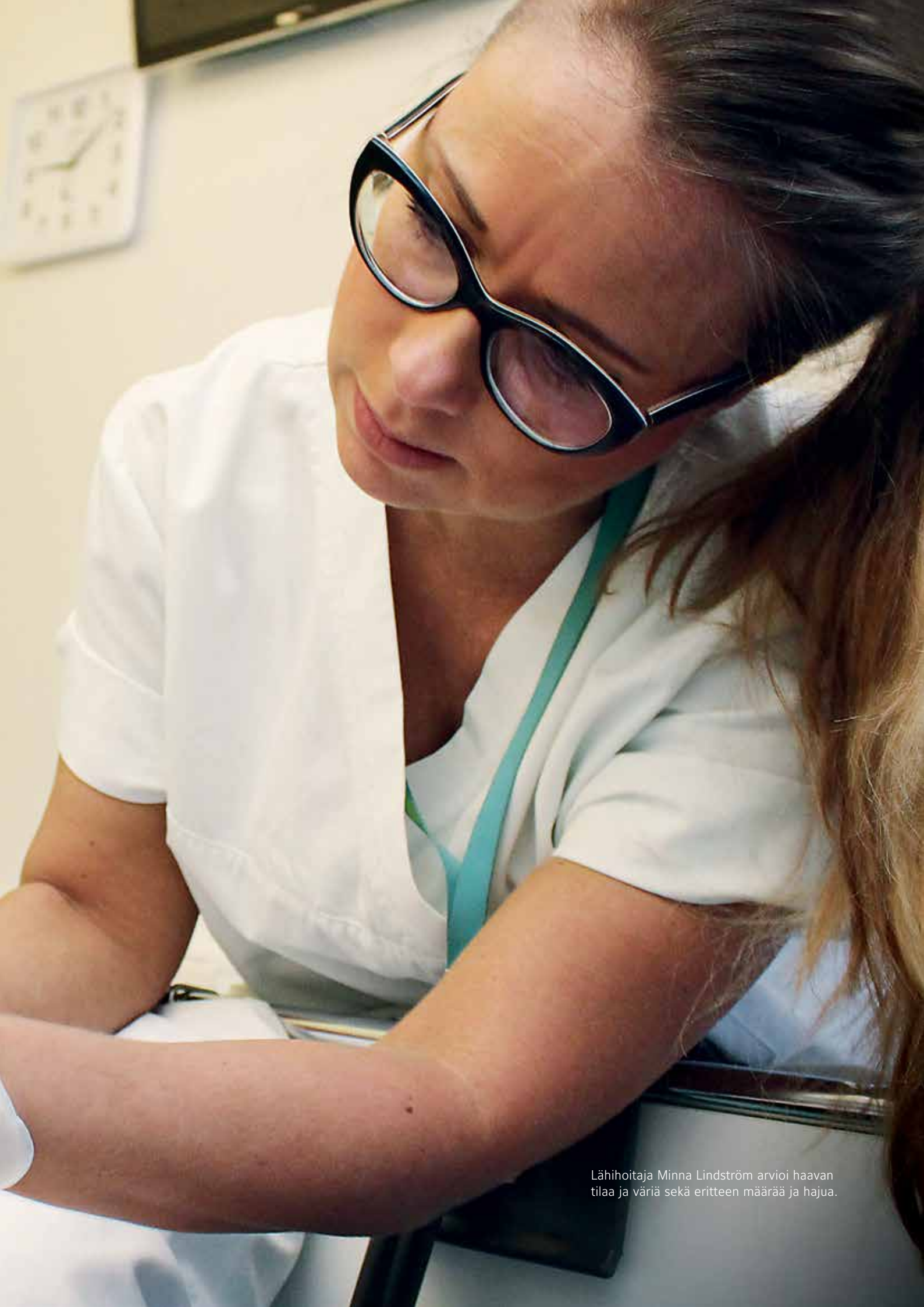
leimaa itsensä kulunvalvontalaitteella paikallaolevaksi.

Osastolla on vuodepaikat 65 potilaalle, jotka tarvitsevat gastroenterologian, urologian, ortopedian ja plastiikkakirurgian erikoissairaanhoitoa. Osasto on jaettu neljään soluun. Suunniteltujen leikkauspotilaiden lisäksi täällä hoidetaan päivystyksestä tulevia potilaita ja neljällä paikalla myös sisätautipotilaita.

Koska Minna on ollut vapaalla, hän silmäilee resurssitautua. Osastolla pyritään tehostamaan toimintaa Lean-ajattelun keinoin. Tauluun kirjataan päivittäin potilaspaikkatilanne sekä aamu- ja iltavuoron henkilöstömäärät soluittain. Myös mahdolliset eristysuonepotilaat on merkitty.

Osastolla on käytössä hiljainen raportti, joten saavuttuaan omaan työpisteeseensä plastiikkakirurgian soluun Minna printtaa tiedot hoidettavista potilaista. Yleensä täällä ollaan ►





Lähihoitaja Minna Lindström arvioi haavan tilaa ja väriä sekä eritteen määrää ja hajua.

hoidossa vuorokaudesta kolmeen, mutta ihosiirrepotilaat vähintään viisi vuorokautta. Infektiopotilaiden hoidon pituus vaihtelee henkilöstä, haavasta ja tulehduksesta riippuen paljonkin.

– Potilaat jaetaan työvuorossa olevien kesken. Joskus on hoidettavana vain kaksi potilasta, joille tehdään aikaa vieviä isoja haavahoitoja. Joskus minulla on ollut seitsemänkin ja jokainen on tarvinnut monenlaista hoitoa ja apua.

Yökön antaman lyhyen selostuksen jälkeen työparit ovat valmiina ensimmäiselle kierrolle. Tänään Minna saa pariaksi sairaanhoitaja Kati Lietttilän ja hoidettavaksi kolmen huoneen potilaat. Yksi potilaista kotiutetaan mahdollisesti lääkärikierron jälkeen, yksi pitää avustaa kardiologiselle poliklinikalle tutkimuksiin, kahdelle on tehtävä haavahoito ja yksi on sänkyyn hoidettavassa kunnossa. Arviolta puolen päivän jälkeen on osastolle lisäksi tulossa leikkaussalista potilas.

AAMUTOIMISSA EI AIKAILLA

Minna ja Kati aloittavat työt eri huoneissa toivotellen hyviä huomenia potilaille ja auttaen tarvittaessa heitä istu-

ma-asentoon. Laitoshuoltaja on tuonut ruokakärryn aulan kuumennustelakalta käytävälle, ja hoitajat osallistuvat ruuanjakoon. Viimeisenä Minna vie tarjotimen Marjatta Yliselle, joka on ollut osastolla jo pari viikkoa.

Kun potilas on mieluisassa asennossa ja aamiainen pöytälevyllä hänen ulottuvissaan, Minna kyselee vielä muita toiveita.

– Kun tuo käsi on tuommoinen, minä tarvitsen sen nokkamukin ja olen siitä sanonutkin, Marjatta muistuttaa.

Minna lupaa hoitaa asian ja kysyy vielä suihkusta ja hampaidenpesusta. Suihkua ei vielä tänään ja hampaat pestään illalla, kiitos vain.

Käytävällä on suihkuun menossa potilas, joka tänään lähtee mahdollisesti kotiin. Minna ja Kati pohtivat, jaksako hän matkustaa taksilla, koska hänet tuotiin ambulanssilla vain pari päivää sitten. Yksi ratkaisu on paritaksi, mutta asia päätetään, kun sen aika on.

Nyt on Sami Järvisen aika lähteä kardiologian poliklinikalle tutkimuksiin. Hän sanoo jaksavansa itsekin rullailla pyörätuolilla, mutta Minnan mielestä on parempi lähteä potilaan mu-

kaan. Reitti on vaikea selostaa, ja matka on niin pitkä, että mahtavatko potilaan voimat kuitenkaan riittää perille asti.

Poliklinikan odotusaulassa potilas ja hoitaja pääsevät yhteisymmärrykseen siitä, että potilas pärjää hyvin yksin ja jaksaa rullata takaisinkin. Minna palaa soluun.

OSASTOTUNTI

Torstaisin lääkärikierto alkaa vasta kello yhdeksän ja hoitajilla on osastotunti ennen sitä. Osastonhoitaja Rauni Koistinen käy läpi työolobarometrin tuloksia todeten, ettei niissä ole mitään suuria muutoksia edelliseen vuoteen verrattuna.

– Ergonomia ja työyksikön toimivuus ovat selvästi kohentuneet, mutta työn haasteellisuus on kasvanut. Viime vuoden ylikuormitus tuntui kaikessa työssä. Nyt kysyn teiltä, mitä tilanteelle voisi tehdä.

Henkilöstö alkaa avata ongelmaa neljässä ryhmässä. He pohtivat, mistä ylikuormitus johtuu ja mitä jatkuvasta ylikuormituksesta seuraa. Lopuksi pienryhmät antavat parannusehdotuksensa.

Suullinen purku paljastaa muun muassa, että osaston potilasaines on entistä monisairaampaa ja vaativampaa hoitoa tarvitsevaa. Henkilöstön vaihtuvuus kuormittaa myös. Kun työntekijät ovat väsyneitä, tulee sanottua kaikenlaista, mitä ei tarvitsisi. Tilannetta helpottaisi esimerkiksi työhön perehdytyksen parantaminen ja sairauspoissaolojen tehokkaampi sijaistaminen.

– Entiseen malliin työryhmä kokoa nämä. Sen jälkeen nimetään vastuuhenkilöt, määritellään aikataulut ja etsitään keinot. Samalla tavalla saimme kohennettua ergonomiamme, osastonhoitaja muistuttaa.

LÄÄKÄRIKIERTO

Minna Lindström seurasi osastotuntin aikana sivusilmällä potilaskutsuja, joita ei kuitenkaan tullut. Lääkärit ovat aloittamassa juuri kiertoaan, joten pikainen silmäys potilashuoneisiin voisi olla paikallaan.

– Yleensä sairaanhoitaja kiertää lääkäreiden kanssa, mutta täällä voi olla kaksikin lääkärikiertoa yhtä aikaa. Silloin minä kuljen toisen kierron mukana.

Minnan pari Kati Lietttilä on toisessa potilashuoneessa, joten Minna me-



Sami Järvinen lähtee tutkimuksiin kardiologian poliklinikalle.



Marjatta Ylinen ratkoo mielellään ristikoita ja haluaa pöydän sopivaan asentoon.

ERGONOMIA JA TYÖYKSIKÖN TOIMIVUUS OVAT SELVÄSTI KOHENTUNEET, MUTTA TYÖN HAASTEELLISUUS ON KASVANUT.

nee lääkärin pyynnöstä avaamaan potilaan siteet ja kuuntelemaan paisehaavan jatkohoito-ohjeet. Kun lääkärit poistuvat huoneesta, Minna kertoo potilaalle aloittavansa haavan hoidon heti, kun kipupiikin vaikutus alkaa tuntua ja poistuu huoneesta.

Hän kohtaa Katin käytävällä ja tehtävät päivitetään pikaisesti. Kati käy pistämässä kipulääkkeen Minnan äskeiselle potilaalle ja lähtee sen jälkeen lääkäreiden matkaan. Lääkkeen vaikutusta odoteltaessa Minna ehtii pestä pesulapulla vuoteessa hoidettavan potilaan ja auttaa tälle puhtaat vaatteet päälle. Vielä veritulppia ehkäisevä pistos vatsanahkaan ja potilas voi jatkaa lepäilyä.

Minna käy pikaisesti kirjaamassa aamutoimet. Sen jälkeen onkin aika mennä tarvikevarastoon noutamaan haavanhoitotuotteet ja aloittaa haavanhoidot.

HAAVANHOITOA

Tulehtuneesta paiseesta kärsivä nuorimies katselee rauhallisena aamutelevisi-

on tarjontaa. Kipupiikki on ehtinyt vaikuttaa parikymmentä minuuttia. Potilas vitsailee, että nyt tuli vähän pakkolepoa kiireiden keskelle. Hänen vasempaan reiteensä ilmestynyt paise puhkaistiin. Märkäinen erite on valunut jo hyvin pois, mutta haavanhoidot jatkuvat vielä.

Minna asettelee tarvikkeet valmiiksi. Hän kertoo potilaalle koko ajan, mitä hän tekee. Ensin haavasta pitää poistaa Sorbact-nauha. Jos se on kuivunut kiinni, se täytyy liottaa. Nauha lähtee kuitenkin vetämällä.

Tämän jälkeen Minna tutkii sondilla onkalon muotoa ja syvyyttä. Hän kysyy potilaalta, sattuuuko ja tämä myöntää, että jonkin verran, mutta hän sanoo kestävänsä. Huuhdeltuaan haavan hyvin Minna työntää onkaloon tarpeellisen määrän uutta nauhaa ja sitoo haavan. Urhea nuorimies kiittää ja jää tuijottamaan televisiota lasittunein silmin.

Toinenkin potilas tarvitsee haavanhoitoa, joten Minna käy katsomassa, mitä tarvikkeita tämän pöydällä jo on ja hakee täydennystä. Kyseessä on syvän pai-

nehaavan hoito ja sidoksen vaihtaminen.

– Sidoksen vaihtoväliin vaikuttavat haavan tila, eritteen määrä ja haavan puhtausaste sekä haavahoitotuote. Jokaisella hoitokerralla on arvioitava myös haavan tilaa ja väriä sekä eritteen määrää ja hajua. Haavan koko mitataan paperisella senttimetallalla. Nämä tiedot myös kirjataan.

Kati ehtii Minnan avuksi kääntämään potilasta toiseen asentoon. Yhdessä he tutkivat haavaa. Se näyttää siistiltä, mutta sen reunat ovat hieman maseroituneet.

– Suojaan ihon voiteella ja peitän haavan puhdistavalla hopeahaavasidoksella. Sen päälle laitan imevän sidoksen ja kiinnitän kaikki kierresiteellä, Minna kertoo potilaalle.

Haavahoidon jälkeen potilas saa jalkaansa vielä kantapään keventäjän, eli ilmataskuisen tossun.

HYVÄ ASEPTIIKKA ON YKKÖSASIA

Joka kerta, kun Minna menee potilashuoneeseen ja lähtee sieltä, hän desinfioi kätensä. Liike on niin automaattinen, että toinen käsi on jo annostelutelineessä, kun toinen käsi on vielä kiinni ovesta. Hoitotilanteessa käytetään hanskoja tarpeen mukaan.

– Meillä on ehdoton sääntö, että hanskat kädessä ei tulla potilashuoneesta ulos. Toinen on aseptinen työ- ►

järjestys, jossa viimeiseksi hoidetaan infektiot ja ihan viimeisinä eristysuonepotilaat.

Minna ja Kati etsivät varastosta pieniä muovilaatikoita, joita osastolle on tilattu. Kun potilas on hoidettavana vähän pitempään, hänen pöydälleen alkaa kertyä erilaisia haavahoitotarvikkeita.

– Kun tarvikkeet ovat laatikossa, ne eivät putoa lattialle. Hoitaja näkee, mitä tuotteita on ja mitä tarvitaan. Näin uutta tuotetta ei oteta käyttöön turhaan. Potilaan kotiutuessa kaikki käyttämättä jääneet heitetään pois hygieniasyistä.

TILANTEET MUUTTUVAT YLLÄTTÄEN

Hoitajapari vuorottelee ruokailussa. Tänään ensimmäisenä ruokailemaan lähtee Minna. Hyvinkään sairaalan henkilökuntaravintolassa on tarjolla lohilasagnea ja mustikkakukkoa. Ruokatauon jälkeen onkin taas aika käydä potilaiden luona, mitata verenpaineita ja tyhjentää katetripusseja.

Sami Järvinen kutsuu. Antibioottipullo on tyhjä, ja Minnaa tarvitaan. Hän lähtee heti potilaan luo, huuhtelee ja korkkaa kanyylin keittosuolaliuoksella.

Joka päivä työntekijät kirjaavat hoidettavistaan Miranda hoitokertomukseen monenlaisia tietoja. Joitakin kirjataan potilaan tullessa ja lähtiessä tai vain viikoittain, joitakin joka päivä. Esimerkiksi potilaalla jo saapuessa olevat painehaavat merkitään painehaavojen ehkäisymittariin. Hänen lähtiessään tarkistetaan, miten haavat ovat parantuneet tai onko syntynyt uusia. Päivittäin seurataan muun muassa ravitsemushoidon toteutumista ja potilaiden hoitoisuutta Rafaela-hoitoi-

suusjärjestelmän kautta. Järjestelmä kerää tietoa potilaan yksilöllisen hoitotyön tarpeesta ja yksikössä tehdystä työstä sekä hoitajaresursseista.

– Koko HUS:n piirissä käytetään monenlaisia mittareita, joilla varmistetaan hoitotyön laatua ja etsitään keinoja tehostaa työtä, Minna kertoo kirjaamisen ohessa.

Tänään on ollut hänen mielestään kevyt työpäivä. Melkein kaikki potilaat ovat kohtalaisen hyväkuntoisia ja omatoimisia. Näin ei ole kuitenkaan aina. Tilanne voi muuttua hetkessä niin työssä kuin henkilökohtaisessa elämässä.

Minna oli viime vuonna HUS:n pääluottamusmiehen sijaisena. Tänä vuonna hän on ehtinyt tehdä töitä vuodeosastolla kolme viikkoa ja nyt häntä tarvitaan yllättäen toisen pääluottamusmiehen sijaiseksi. Työt vuodeosastolla päättyvät kahden päivän päästä.

– Ihan rehellisesti. Minusta oli ihana tulla tekemään hoitotyötä! Itse asiassa oli vähän vaikeakin valita, kumpaa työtä tekisin. Toisaalta olen ollut hoitoalalla kauan, ja pääluottamusmiehen tehtävä antaa aivan uusia haasteita.

Kohta leikkaussalin heräämöstä soitetaan, että potilaan voisi noutaa osastolle. Laitoshuoltaja on siivonnut ja sijannut Minnan kotiutuneen potilaan paikan. Tähän hän saa aivan uuden potilaan sisätautiosastolta, jossa on paikoista pula. Minna on valmis vastaamaan uusiin haasteisiin. ■



KATSO HAAVANHOITOA VIDEOLTA

Tänään töissä

KUKA

41-vuotias lähihoitaja Minna Lindström.

TYÖURA

Kotiäitinä lastensa koulunkäynnin aloitukseen asti. Sen jälkeen opinnot ja valmistui lähihoitajaksi vuonna 2003. Vähän ennen valmistumista palkattiin Hyvinkään sairaalan varahenkilöstöön, sittemmin työura jatkui kirurgian vuodeosastolla. Viime vuonna HUS:n päätoimisen pääluottamusmiehen sijaisena.

PERHE

Kaksi aikuista lasta, jotka asuvat omillaan.

HARRASTUKSET

Järjestötoiminta. SuPerin Hyvinkään sairaanhoitoalueen ammatti-

osaston puheenjohtaja. Lisäksi pitää käsitöistä, lukemisesta ja ryhmälukunnasta sekä matkustelusta.

HAASTAVINTA TÖISSÄ

Työ on hektistä, potilaat vaihtuvat tiuhaan ja työkavereita on liki sata. Eri työparien kanssa erilaiset työtavat.

PARASTA TYÖSSÄ

Koska potilasaines on erittäin vaihtelevaa, oppii koko ajan uutta. Työstä ei tule rutiinia. Pääluottamus-tehtävässä on oltava jatkuvasti ajan hermoilla.





Opetus- ja kulttuuriministeri Sanni Grahn-Laasonen, keskellä, vastaanotti neljän ammattiliiton puheenjohtajan toiveet soveltuvuuskokeista. Vasemmalta Olli Luukkainen OAJ, Päivi Niemi-Laine JHL, Silja Paavola SuPer ja Rauno Vesivalo Tehy.

MINISTERILLE ESITYS SOVELTUVUUSKOEISTA

TEKSTI JA KUVA JUKKA JÄRVELÄ

SuPer ja kolme muuta ammattiliittoa ovat jättäneet ministeri Sanni Grahn-Laasoselle esityksen, jossa liitot toivovat soveltuvuuskokeiden palauttamista muun muassa lähihoitajaopintoihin.

SuPer haluaa palauttaa soveltuvuuskokeet niiden alojen opiskelijoille, jossa työntekijä vastaa toisen henkilön terveydestä tai turvallisuudesta. Lähihoitajaopinnoista soveltuvuuskoe poistettiin muutama vuosi sitten. Nykylainsäädäntökin mahdollistaa kokeet, mutta liian työläänä niitä ei useimmiten järjestetä. Jotkut oppilaitokset kertovat pärjäävänsä hyvin ilman kokeitakin.

SuPerin puheenjohtaja Silja Paavola kertoi ministerille, että puhuminen säästöistä soveltuvuuskokeiden poisjättämisen yhteydessä on kaksipiippuinen juttu. Kuluja ja hankaluuksia riittää,

kun hoitoalan ensin aloittaa ja sitten keskeyttää sille soveltumaton henkilö. Lisäksi nykylainsäädännöllä harvoin evätään opiskeluoikeus alalle soveltumattomalta eli seula on liian harva.

– Lähihoitajaopiskelun keskeyttäneiden prosentti on nykyään liian korkea. Soveltuvuuskokeet on saatava pakollisiksi, ja mukana niiden laatimisessa on oltava koulutuksen järjestäjien lisäksi myös psykologeja ja työnantajia.

Ministeri Grahn-Laasonen mukaan asiasta on esitetty useita näkemyksiä. Aikanaan löytyi perusteluita siihen, miksi nykytilanteeseen on päädytty. Ministeri kuitenkin myönsi, että koulutuksessa menee nykyään voimavaroja hukkaan ja myös sen, että voimassa olevaa alalle soveltumattomia karsivaa lainsäädäntöä on käytetty vain vähän.

– Olen avoin soveltuvuuskokeille ja uskon, että tähän löytyy ratkaisu. Pi-

dän mahdollisena kokeiden palauttamista, mutta se vaatii vielä keskustelua ja pohtimista, että missä muodossa.

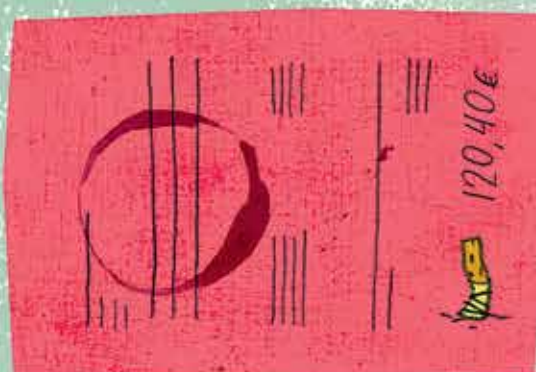
Silja Paavola oli suhteellisen tyytyväinen ministerin ensikommentteihin.

– Hän suhtautui viestiimme aika positiivisesti. Joudumme kuitenkin tekemään vielä paljon töitä, jotta koulutus saadaan pysymään tasokkaana ja että työssä olevat hoitajat eivät joudu opettajiksi vaan pysyvät työpaikkaohjaajina.

Soveltuvuuskokeet halutaan palauttaa SORA-ammatteihin eli sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan opintoihin. Liitot katsovat, että kokeet eivät lisäisi kokonaiskustannuksia verrattuna nykyiseen järjestelmään. Kokeet takaisivat potilas- ja asiakasturvallisuuden sekä palvelun laadun. ►



LUE SUPERIN TIEDOTE



Nuorisotakuu laski
koulutusriman vaarallisen alas

KOULUTUSPOLITIikka VAARANTAA KOTIRAUHAN

TEKSTI ANTTI VANAS KUVITUS SALLA PYYKÖLÄ

Mitä tekemistä koulutus- ja työvoimapolitiikalla on kotiapua
kiikkustuolissaan luottavaisin mielin odottelevan vanhuksen kanssa?
Ei mitään, kuuluisi hyvä, mutta valitettavasti väärä vastaus.

Muutama vuosi sitten nuorisotakuun osana voimaan tullut koulutustakuu tähtää siihen, ettei yksikään peruskoulusta valmistunut jäisi vaille jatkokoulutuspaikkaa. Takuun myötä soveltuvuuskokeiden järjestäminen muun muassa lähihoitajakoulutukseen muuttui vapaaehtoiseksi ja karsivien soveltuvuuskokeiden järjestäminen kiellettiin.

Jos opisto päättää järjestää soveltuvuuskokeet edelleen, se maksaa laskun itse. Tällä hetkellä suunnilleen puolet lähihoitajien kouluttajista toimii näin. Ne opistot, jotka haluavat säästää rahansa tärkeimpiin tarkoituksiin, vetoavat usein opintojen aikaisen asioihin puuttumisen mahdollistaviin SORA-lakeihin.

Vuonna 2012 voimaan tulleilla SORA-säädöksillä pyritään parantamaan opiskelijoiden, työntekijöiden ja asiakkaiden turvallisuutta koulutuksen aikana ja valmistumisen jälkeen. Säädösten kattamat tutkinnot johtavat ammatteihin, joissa työskennellään haavoittuvassa asemassa olevien ihmisten parissa ja kodeissa.

Ankarimmillaan SORA-menettelyllä voidaan peruuttaa alalle sopimattomaksi osoittautuneen henkilön opiskeluoikeus. Käytännössä menettely on osoittautunut niin hankalaksi, että siihen turvaudutaan ani harvoin.

SORA EI TOIMI – SOVELTUVUUSKOE VUOTAA

Tutkija Erja Sandberg opetti lähihoitajiksi opiskelevia nuoria vuoden ajan Stadin ammattiopiston Malmin yksikössä. Ryhmän opiskelijoista lähes puolet lopetti opinnot ensimmäisen opiskeluvuoden aikana.

– Kyydistä pudotaan vähitellen. Ensin jäävät tehtävät tekemättä, sitten aletaan jättää väliin tiettyjä tunteja. Lopulta koulu keskeytetään.

Sandberg sanoo koulutustakuun tuovan lähihoitajakoulutukseen paljon nuoria, joilla ei ole valmiuksia selvittää omatoimisesta opiskelusta.

Peruskoulussa nuoret ovat opiskelleet pienissä ryhmissä, erityisopettajat tarpeen tullen tukena. Ammattioppilaitoksissa ryhmät ovat suuria ja erityisopettajia on hyvin vähän. Kukaan ei ole jatkuvasti auttamassa ja katsomassa nuoren perään.

– Opettamieni nuorten joukossa oli myös aggressiivisia, traumatisoituneita ja terapiassa käyviä nuoria – ainesta, jota ei missään tapauksessa olisi pitänyt kouluttaa hoito- tai hoivatehtäviin.

Stadin ammattiopiston lähihoitajakoulutukseen pyrkivät joutuvat opiston nettisivulta löytyvän tiedon mukaan soveltuvuuskokeeseen. Sandbergin kertomasta päätellen kokeella ei ►



kuitenkaan ole juurikaan käytännön merkitystä. Sama näyttää pätevän SORA-lakeihin.

– SORA-säädökset mahdollistaisivat alalle sopimattomien opintojen keskeyttämisen. Malmin yksikössä tähän menettelyyn ei turvauduttu viime vuoden aikana kertaakaan.

Yksikkönsä apulaisrehtorilta Sandberg sai kuulla SORA-menettelyn vaativan niin paljon todistelua ja dokumentointia, ettei siihen kannata ryhtyä.

– Opiskelijan oikeusturva ja nuorisotakuu selättävät SORA:n ja terveen järjen. SORA-säädöksiä ei myöskään osata soveltaa.

Opettajilta puuttuvat selkeät mallit, joiden mukaan alalle sopimattoman opiskelijan kohdalla tulisi edetä.

RAHAA TULEE, MAINE MENE

Kyse on Sandbergin mukaan myös rahasta: jokainen keskeyttänyt on pois budjetin tulopuolelta, sillä lähihoitajia koulutavat oppilaitokset saavat osan rahoituksestaan suoritettujen tutkintojen määrän perusteella.

Karsivan sopivuuskokeen ohella Sandberg kaipaakin lähihoitajaopintojen portinvartijaksi kielitaitotestiä. Maahanmuuttajataustaisille aikuisopiskelijoille sellaiset järjestetäänkin, mutta peruskoulusta tulevien kielitaitoa ei tarkisteta.

– Maahanmuuttajataustaisen nuoren peruskouluvuosina hankkima kielitaito riittää ehkä arjen tarpeisiin, mutta ammattikieli anatomian ja biologian käsitteineen osoittautuu usein ylivoimaiseksi. Muuan opiskelijoistani ei tiennyt, mitä kasvatus tarkoittaa.

Alalle selvästi sopimattomien tai kielitaitovaatimukset alitavien hyväksyminen on Sandbergin mielestä epäeettistä. Lisäksi se on omiaan mustaamaan oppilaitoksen maineen.

– Osalle työnantajista eivät Malmin yksiköstä tulevat harjoittelijat enää kelvanneet. Opisto vastasi tilanteeseen vaatimalla opettajia etsimään entistä uutterammin opiskelijoille uusia työssäoppimispaikkoja. Apulaisrehtorin mielestä meidän piti ymmärtää opiskelijoita ja tarpeen tullen laskea tavoitetasoa.

Sandberg ei odota tilanteen muuttavan lähiaikoina parempaan suuntaan, sillä tekeillä oleva ammatillisen koulutuksen reformi lisää opiskelijan oikeuksia entisestään. Samalla opettajia vähennetään ja opintojen painopistettä siirretään työssäoppimisen suuntaan eli oppilaitoksista työpaikoille.

KOULUTUSTAKUU TUOTTAA PAKKOHOITAJIA

Tutkija Jari Pirhonen pitää soveltuvuuskokeita sinänsä tarpeellisena mutta liian rajoittuneena tapana selvittää, kuka sopii lähihoitajaksi ja kuka ei. Tärkeintä on motivaatio, ja siitä soveltuvuustestit kertovat hyvin vähän.

– Lähihoitajakoulutus ei ole vain koulutusta hyvin vaativalle alalle. Valitettavasti se on myös nuoriso- ja työvoimapolitiikkaa. Koulutukseen tulee peruskoulunsa päättäneitä nuoria ja työttömiä pelkästään siksi, että heidät on siihen pakotettu. Näissä tapauksissa asiat ovat alusta lähtien väärällä raiteella,



eivätkä soveltuvuustestit tilannetta muuksi muuta.

Norminpurkutalkoot tekevät Pirhosen mukaan vanhushuollossa pahaa jälkeä ilman pakkohoitajiakin: ensin tingitään määrästä muuttamalla henkilöstömitoituksia, ja sitten tingitään laadusta keventämällä koulutusta lähihoitajasta hoiva-avustajaksi.

– Vanhushuollossa jokainen vanhus tulee nähdä yksilönä, omana persoonana. Tätä voidaan opettaa, jos kurssiohjelma sen sallii. Hoitamisen lisäksi pitää siis opettaa hoitamisen filosofiaa ja harjoittaa eettistä ajattelua. Hoiva-avustajakoulutuksessa näin tuskin tapahtuu.

VANHAT NUORIA EMPAATTISEMPIÄ

Hoito- ja hoivatyön käyttäminen nuoriso- ja työvoimapolitiikan välineenä saa alalla aikaan pahaa jälkeä. Pirhonen kertoo tavanneensa vanhushuollossa työntekijöitä, jotka eivät osaa pitää huolta itsestäänkään.

– Jos työntekijä ei saa pidetyksi näppejään erossa vanhusten rahoista ja lääkkeistä, hänen työuransa on todennäköisesti hyvin lyhyt, mutta mainetappio alalle on sitäkin suurempi. Näiden tapausten karsimiseen tarvitaan soveltuvuustestejä.

Ovatko motivaatioon ja asenteisiin liittyvät ongelmat erityisesti nuorten työntekijöiden ongelmia? Vanhusten kohtelua tutkineella Pirhosella on sellainen tuntuma, että hoitajan ikä vaikuttaa jonkin verran työotteeseen: vanhemmat hoitajat ovat nuoria empaattisempia.

– Vanhemmat työntekijät osaavat nuoria paremmin suhtautua hoidettaviin persoonina, juuri niinä tiettyinä seppoi-



na, tiinoina ja marjattoina. Nuorella vanhuksen persoona jää helpommin piiloon työn raskauden ja vanhuksen joskus hankalan käytöksen taakse.

Nuoret ovat Pirhosen mukaan kasvaneet sisään kulttuuriin, joka opettaa luottamaan vain itseensä. Tällainen perusasenne ei välttämättä suosi vanhustyön edellyttämää empatiaa.

– Myös palkka vaikuttaa motivaatioon, sillä se kertoo työn yhteiskunnallisesta arvostuksesta. Lähihoitajan keskikukauspalkka on 1500 euroa pienempi kuin suomalaisten keskipalkka. Se ei paljon motivoi. ■

Oulussa ei rötöstellä

Oulussa lähihoitajaopinnot sujuvat opintopäällikkö Minna Lintulahden kuvauksen perusteella huomattavasti rauhallisemmissa merkeissä kuin Helsingin Malmilla.

Yksi syy saattaa olla se, että Oulun seudun ammattiopiston (OSAO) Kontinkankaan yksikössä opiskelupaikkojen kysyntä ylittää tarjonnan. Tässä tilanteessa soveltuvuuskokeesta saaduilla pisteillä saattaa olla karsiva vaikutus.

Tai sitten Oulussa vain osataan tehdä jotkut asiat paremmin kuin Helsingissä.

Varsinaisiin rikkeisiin opiskelijat syyllistyvät hyvin harvoin. Esimerkiksi työssäoppimisjaksolla tehtyjä lääkemarkkinoita Lintulahti ei muista ainutkseen niiden 15 vuoden ajalta, jotka hän on OSAO:n eri tehtävissä toiminut.

– Työnantajiltakaan ei ole tullut tietoa meiltä valmistuneiden lähihoitajien

tekemistä varkauksista. Päihdeongelmia on joitakin tapauksia ollut.

Työssäoppimisen opiskelijat suorittavat aina työpaikkaohjaajan ohjauksessa. Esimerkiksi vanhusten koteihin heitä ei päästetä yksin.

– Koulutuksessa tai työssäoppimisessa ilmenneisiin ongelmiin reagoidaan sen mukaan, liittyvätkö ne terveyteen vai turvallisuuteen. Joko tarjotaan tukea, tai tarvittaessa otetaan yhteys viranomaisiin. Puuttumiskeinot määräytyvät ohjeiden ja muun muassa SORA-säännösten mukaan. Viimesijainen keino on opiskeluoikeuden peruuttaminen.

Kontinkankaalla on reilut 1400 opiskelijaa, joista noin 800 opiskelee lähihoitajaksi. Yksikköön tulee joka syyskuu 250 uutta opiskelijaa.

Lintulahden mukaan valtaosa tuloista tietää mitä haluaa ja millaiselle alalle on lähdessä. Epävarmojakin toki löytyy.

– Osalla nuorista on arjen hallintaan liittyviä haasteita. Henkilökohtaiset opiskelu- ja työllistymissuunnitelmat tehdään heti opintojen alussa. Niihin sitoutumisessa voi osalla olla vaikeuksia.

Oppilaitoksen tarjoamalta tuelta vaaditaan paljon, jotta suunta ja sitoutuminen löytyvät.

– Osa valmistuu nopeasti, osa hitaammin. Molemmille pitää löytää koulutuksesta omat reitit. Tarvittaessa opintoja voidaan hidastaa ja niihin voidaan tarjota erityistukea.

Pyrkijöille järjestettävä soveltuvuuskoee kestää koko päivän: aamulla tehdään kirjallinen osa, iltapäivällä käydään keskustelut. Koe toteutetaan yhteistyössä Suomen psykologikeskuksen kanssa.

– Testattavia asioita ovat oppimisen valmiudet, kouluttautumismotivaatio, alalle orientoituminen, voimavarat ja valmiudet alalla työskentelyyn, Lintulahti luettelee. ■

20 ASIAA,

jotka fiksut ihmiset tekevät töissä

TEKSTI ELINA KUJALA

Ammatillisen käytöksen etiketti koskee yhtä lailla juuri alalle tulleita nuoria kuin vuosikymmenet talossa olleita konkareita. Ihan tavallisilla käytöstavoilla pääsee jo pitkälle.

SITOUUDU SÄÄNTÖIHIN

- 1 Hymyillen vai kiroillen – Millä mielellä sinä tulit tänään töihin? Hyvä työilmapiiri ei synny tyhjästä. Jokainen rakentaa omalla käytöksellään työpaikan ilmapiiriä ja kulttuuria.
- 2 Kaikilla on joskus huono päivä. On parempi sanoa se ääneen kuin tiuskaa ja murjottaa epätietoisille työkavereille.
- 3 Pidä kiinni yhteisistä säännöistä ja sitoudu niihin. Jos työvuoro alkaa seitsemältä, se tarkoittaa, että seitsemältä ollaan valmiina kuulemaan rapsa ja aloittamaan työt, ei vasta tuulikaapissa tulossa.
- 4 Hoitaja puhuu työpäivänsä aikana kollegoiden, asiakkaiden, asiakkaiden, läheisten, kunnan virkailijoiden ja monien muiden yhteistyötahojen kanssa. Opettele palaverikäytännöt. Kuuntele. Hoitajilla on yleensä hyvä pelisilmä ja hyvät sosiaaliset taidot. Ole niistä ylpeä.
- 5 Huomenta! Kiitos! Anteeksi. Mitäs sulle tänään? Joskus pieni juttu, vaikka työkaverin iloinen tervehdys, saattaa olla se päivän paras asia.

TEHDÄÄN YHDESSÄ

- 6 Hyvä nuori, älä suhtaudu vanhempien kollegoiden neuvoihin ylimielisesti. Katso, kuuntele ja ota oppia. Ime itseesi hiljaista tietoa. Kaikki taito ei löydy koulunpenlanteissa, osaaminen kasvaa työelämän tositi-
- 7 Ja sinä kokenut konkari, älä latista nuorten hoitajien innostusta sanomalla, että sinua-kin se arki vielä opettaa ja näin tehdään, koska on aina ennenkin tehty. Nuoret tuovat työpaikalle mukanaan alan uusimman tiedon ja taidon. Hyödynnä ne.
- 8 Sukupuoli ei saa määrittää osaamista. Mieshoitajat saavat usein automaattisesti tehtäväkseen raskaat työt ja hoidettavakseen hankalat asiakkaat, vaikka mies voi olla hintelä tai hoitajana nuori ja epävarma, nainen taas fyysisesti voimakas ja ammatillisesti kokeneempi. Uskalla kyseenalaistaa työpaikan luutuneet sukupuoliroolit.
- 9 Älä käytä ikääsi tai sukupuoltasi tekosyynä tehdä tai jättää tekemättä työtehtäviä.

YSTÄVIÄ VAI KOLLEGOITA?

10

Työyhteisöstä löytyy aina joku, jonka kanssa synkkaa erityisen hyvin ja joku, jonka kanssa ei. Kaikkien kollegan kanssa ystävystyä, mutta jokaisen kollegan kanssa on tultava toimeen ja pystyttävä tekemään töitä. Se on tiimipelaamisen perusta.

11

Töissä syntyy syviä ihmissuhteita ja joskus omasta tiimistä löytyy paras ystävä. Se on onni, mutta ei saa häiritä työn sujumista tai muun työyhteisön arkea. Parityöskentelyyn täytyy kyetä muidenkin kuin lempi-ihmissä kanssa, eikä työvuoroja voi autonomisessa suunnittelussakaan tehdä niin, että ystävyykset olisivat aina samassa vuorossa.

12

Varo kuppikuntia. Ota kaikki mukaan, juttele jokaiselle, pyydä tauolle mukaan muutakin kuin vanhoja tuttuja. Joskus tekee hyvää miettiä, miltä oma työyhteisö näyttäisi uuden työntekijän silmin. Vieläkö muistat, miltä tuntui itse olla ensimmäistä päivää töissä?

SIISTISTI SOMESSA

13

Puhelimen näpelöinti ei kuulu työaikaan, jos tehtävänäsi ei ole sosiaalisen median päivittäminen. Tauoilla voi hoitaa omia asioitasi.

14

Työ määrittää työpäivän kulkua. Asiakas on silloin etusijalla. Hoitaja, joka työntää ulkona pyörätuolissa istuvaa vanhusta ja puhuu samalla omaa puheluaan kännykkään, ei tee työtään hyvin. Hoitajat tietävät, että läsnäolo on usein tärkein työväline.

15

Muista vaitiolovelvollisuus. Älä kirjoita tai valokuvaa sosiaaliseen mediaan mitään sellaista, mistä voisi päätellä asiakkaan henkilöllisyyden. Älä arvostele työnantajaa, esimiestä tai työkavereita. Huonon työpäivän paineet puretaan muualla kuin Facebookissa.

TUNNE OIKEUTESI!

16

Maksetaanko sinulle varmasti kaikki kuuluvat lisät, kertyykö loma kuten kuuluukin, ovatko työvälineet ajan tasalla? Ota selvää, kuka työpaikallasi on luottamusmies ja millaista toimintaa ammattiosasto järjestää alueellasi. Luottamusmieheltä ja liitosta saat apua, kun jokin asia mietityttää.

17

Sano oma mielipiteesi ääneen silloin, kun asiaa käsitellään esimerkiksi tiimipalaverissa. Esimiehen kanssa saa olla eri mieltä. Asiat riittelevät, kukaan ei saa mennä henkilökohtaisuuksiin.

18

Älä puhu takanapäin, älä mustamaalaa, äläkä panettele.

19

Kysy, jos et tiedä. Pyydä ja tarjoa apua muille.

20

Uskalla innostua, heittäytyä ja nauttia omasta työstäsi!

KAIKILLA ON OIKEUS LÄHIPÄIVÄKOTIIN

TEKSTI MINNA SEPPÄ

Tukea tarvitsevia lapsia hoidetaan yhä useammin tavallisessa päiväkotiryhmässä. Kyse on etiikasta ja tasa-arvosta, lehtori Riitta Viitala sanoo.

Ollaan isossa päiväkotiryhmässä. Joukossa on yksi muita vilkkaampi poika. Kun poika ei saa aikuisilta tarvitsemaansa aikaa, hän ottaa sen: puree yhtä tarhakaveria ja vetää toista tukasta. Toimintamalleja kehitellään, palavereja pidetään. Tyyppillistä arkea? Monessa päiväkodissa on.

– Tukea tarvitsevien lasten varhaiskasvatuksen organisointia on muutettu viimeisten 10–15 vuoden aikana niin, että heistä yhä useampi hoidetaan tavallisessa päiväkotiryhmässä, lehtori, kasvatustieteiden tohtori Riitta Viitala Jyväskylän yliopistosta sanoo.

Kehitykselle on nimikin. Se on inklusio.

– Tukea saavia lapsia on hoidettu Suomessa jo pitkään integroiduissa päiväkotiryhmissä, joihin kuuluu myös niin sanottuja tavallisia lapsia.

– Moni kunta on 2000-luvulta lähtien siirtynyt inklusiviseen malliin, jossa tukea tarvitsevat lapset sijoitetaan lähipäiväkotiensa tavallisiin päiväkotiryhmiin. Niihin myös tarjotaan heidän käyttämänsä terapeutti- ja kuntoutuspalvelut.

Viitalan mukaan työotteet eroavat toisistaan merkittävästi.

– Kun käytetään integroituja ryhmiä, oletetaan, että tukea tarvitsevat lapset ovat niissä väliaikaisesti, ja siirtyvät tietyn taitotason saavutettuaan tavalliseen ryhmään.

– Inklusiossa erilaisuus hyväksytään: kaikki kuuluvat yhteen ja samaan päiväkotiryhmään, jonka toiminta mukauteen lapsiryhmän tarpeisiin.

LAPSI OPII NOPEIMMIN VERTAISILTAAN

Viitala pitää inklusion käyttöönottoa hyvänä.

– Näen tämän eettisenä ja tasa-arvoon liittyvänä kysymyksenä. Lapsella on oikeus saada laadukasta varhaiskasvatusta lähipäiväkodissaan.

– Myös oppiminen on tehokkaampaa, sillä lapsi oppii nopeimmin vertaisiltaan. Kolmas tekijä ovat sosiaaliset suhteet: inklusio tarjoaa tukea saaville lapsille parhaimmat mahdollisuudet kontaktien solmimiseen.

Päiväkotien henkilöstön suhtautumista inklusioon on kartoitettu opinnäytetyissä, ja havaittu, että moni kokee lähestymistavan alkumyllerryksen jälkeen mielekkäänä. Viitala muistuttaa haasteitakin olevan.

– Jos asiat tehdään väärin, henkilökunta voi oikeutetustiakin kokea inklusion lähinnä säästökeinona.

Kun tukea tarvitsevia lapsia aletaan hoitaa tavallisessa päi-

MUISTILISTA INKLUSIOMALLIIN

- Esteettömyys ja saavutettavuus: pyörätuolilla pääsee joka paikkaan, ja esimerkiksi lelut ovat yhtä helposti kaikkien saavutettavissa.
- Vuorovaikutus ja puhe: suositetaan selkeitä, lyhyitä lauseita. Asioita kerrataan ja havainnollistetaan. Käytetään vaihtoehtoisia kommunikaatiomenetelmiä, kuten kuvia ja tulkkipalvelua.
- Pienryhmien hyödyntäminen: kaikkiin ryhmiin sijoitetaan sekä tukea tarvitsevia että niin sanottuja tavallisia lapsia.
- Kaikki kasvattajat kasvattavat kaikkia lapsia.
- Sosiaalisten suhteiden ohjaamiseen resursoidaan tavanomaista enemmän aikaa, ja kasvattajat osallistuvat lasten leikkiin aina tarvittaessa.
- Tehdään yhteistyötä muiden asiantuntijoiden ja vanhempien kanssa.
- Hyvään pedagogiikkaan panostetaan: ei käy, että katsellaan, miten menee.

LÄHTEET:

RIITTA VIITALAN HAASTATTELU.

RAIJA RONKAISEN JA ULLA TUOMISEN OPINNÄYTETYÖ
PÄIVÄKOTITYÖNTEKIJÖIDEN KOKEMUKSIA INKLUSIOSTA
HEIDÄN VARHAISKASVATUSTYÖSSÄÄN. OULUN AMK 2016.

väkotiryhmässä, kyseessä on muutos, johon niin työntekijöiden kuin päättäjienkin tulee sitoutua.

– Ryhmissä on oltava riittävästi työntekijöitä, ja heidät on koulutettava uuteen toimintamalliin.

– Jokaiselle työntekijälle pitää tarjota koulutusta ja tukea paitsi toimintaa käynnistettäessä, myös pitkin matkaa. Työntekijöille tulee lisäksi kertoa, mistä ja millaista apua he saavat.

Inklusio muuttaa myös Viitalan kouluttamien varhaiskasvatuksen erityisopettajien, eltojen, työnkuvaa.

– Kun tukea tarvitsevia lapsia hoidetaan tavallisissa ryhmissä, varhaiskasvatuksen erityisopettajien tulisi saada työskennellä niissä lasten kanssa riittävän usein. Ei riitä, että kiertävä varhaiskasvatuksen erityisopettaja käy kerran kuussa ja muutoin konsultoi työntekijöitä. ■

Lähihoitaja on

Lääkehoidon ammattilainen varhaiskasvatuksessa

TEKSTI MINNA LYHTY

Joka viidennellä lapsella ja nuorella on jokin pitkäaikaissairaus. Päiväkodin henkilökunnasta lähihoitaja on pätevin huolehtimaan lapsen lääkityksestä hoitopäivän aikana.

Kolmivuotias tyttö antaa leikisti astmalääkkeen nallelle. ”Hienosti meni”, hän sanoo nallelle. Sitten on tytön vuoro ottaa lääke babyhalerilla. Lähihoitaja auttaa ja muistaa kehua tyttöä, joka jaksoi keskittyä lääkkeen ottamiseen. Tällaiset tilanteet ovat monessa päiväkodissa arkipäiväisiä.

Kaikissa päiväkodeissa lasten lääkeshoidosta huolehtiminen ei ole itsestään selvyyttä. SuPerin tietoon on tullut tapauksia, joissa johtaja on ilmoittanut vanhemmille, etteivät päiväkodin työntekijät anna lapselle hoitopäivän aikana mitään lääkkeitä. Johtaja on perustellut sitä sillä, ettei päiväkodissa ole osaamista lääkeshoittoon.

– Johtaja ei voi sanoa näin. Lääkärin määräämät lääkkeet tulee antaa hoitopäivän aikana. Lähihoitajilla on terveydenhuoltoalan koulutus, joten heillä on pätevyys lääkeshoittoon, SuPerin asiantuntija Johanna Pérez painottaa.

– Terveysteen liittyvät asiat eivät saa muodostua esteeksi osallistua varhaiskasvatukseen. Lääkitystä tarvitsevien lasten vanhempien pitää pystyä käymään töissä tai opiskelemassa, Pérez jatkaa.

Pääsääntöisesti lapselle annetaan hoitopäivän aikana vain välttämättömät, lääkärin määräämät lääkkeet. Esimerkiksi vanhemman mukanaan tuomia särkylääkkeitä hoitajan ei tule antaa lapselle. Reseptilääkkeet on tuotava päiväkotiiin alkuperäispakkauksissa, joista ilmenee annostus.

Pérez korostaa sitä, että päiväkodissa pitää olla lääkeshoitosuunnitelma jo ennen kuin hoitoon tulee pitkäaikaista lääkitystä tarvitseva lapsi.

– Liian usein käy niin, että päiväkotiiin tulee esimerkiksi diabeetikkolapsi, eikä päiväkodissa ole yhteneväistä suunnitelmaa lääkeshoidolle. Parasta on olla askeleen edellä ja miettiä ennakoon, miten toimitaan, jos hoitoon tulee sairas lapsi.

Lääkeshoitosuunnitelmasta tulee ilmetä, kuka toteuttaa lääkeshoittoa käytännössä. Päiväkodin henkilökunnasta pätevin tehtävään on lähihoitaja, koska hän on terveydenhuollon ammattihenkilö. Lastentarhanopettajakin voi antaa lääkkeitä, jos hän on saanut siihen perehdytyksen.

– Lääkeshoitosuunnitelmasta on käytävä ilmi myös se, mihin kirjataan ja ilmoitetaan, jos tulee lääkeshoitokeima, esimerkiksi lääkettä ei muisteta antaa. Tämä asia on itsestään selvyyttä terveydenhuollossa, mutta päiväkodit ovat epätyypillisiä paikkoja toteuttaa lääkeshoittoa.

Lääkitystä tarvitsevalle lapselle pitää laatia myös henkilökohtainen lääkeshoitosuunnitelma, joka on osa hänen varhaiskasvatussuunnitelmaansa. Lapsen lääkeshoidosta vastaavat päiväkodin työntekijät tekevät lää-

kehitoisuunnitelman yhdessä vanhempien kanssa. Lääkeshoitosuunnitelmaan kirjataan, miten lääkeshoitto toteutetaan, kuka antaa lääkkeen ja kuka on varahenkilö tehtävään.

Pérez painottaa sitä, että päiväkodissa työskentelevien lähihoitajien on päästävä säännöllisesti terveydenhuollon koulutuksiin. Lähihoitajalla on velvollisuus ylläpitää ammattitaitoaan.

– Esimerkiksi diabeteksen hoito kehittyy nopeasti. Tietoja sen hoidosta olisi tärkeää päästä päivittämään säännöllisesti.

SuPer suosittelee lääkeshoidon tenttiä kaikille varhaiskasvatuksessa työskenteleville lähihoitajille. Se voi olla suppeampi kuin terveydenhuollossa työskenteleville hoitajille. ■

 TUTUSTU LÄÄKESHOITO VARHAISKASVATUKSESSA -OPPAASEEN





Työnohjaus vapauttaa voimia työhön

TEKSTI MINNA LYHTY

Työnohjaaja kutsutaan usein paikalle vasta sitten, kun työpaikan ongelmat ovat ehtineet kärjistyä. Paras hyöty työnohjauksesta saadaan, jos työnantaja järjestää sitä ennaltaehkäisevästi.

– Metsuri ei kaada puita tylsällä sahalla. Terä täytyy teroittaa välillä. Sama koskee hoitajia. Työnohjaus on kuin terän teroitusta, jotta työ sujuu paremmin, kertoo työnohjaaja, psykiatrinen sairaanhoitaja Anita Kaunismaa, joka on pitänyt hoitajille työnohjausta lähes kaksikymmentä vuotta.

Kaunismaan mukaan työnohjaus on lisääntynyt hänen uransa aikana, mutta sitä ei vielä kukaan käytetä riittävästi. Oltiin tärkeää, että hoitoalan työntekijät pääsisivät välillä pohtimaan työssään ja työyhteisössään tapahtuvia asioita. Parhaimmil-

laan työnohjaus kasvattaa työntekijän voimavaroja, selkeyttää työyhteisön tehtäviä ja tavoitteita sekä kehittää johtamista.

Työntekijöiden kannattaa pyytää työnohjausta työnantajalta, jos tuntuu, että siihen on tarvetta. Työnohjauksesta on hyötyä erityisesti muutostilanteissa.

– Kun on tulossa kuntaliitos, kaksi osastoa yhdistyy tai esimies vaihtuu, työnohjaus helpottaa muutokseen sopeutumista. Sote-uudistus varmasti lisää työnohjauksen tarvetta.

– Istunnoissa voidaan purkaa muutoksen herättämiä tun-

temuksia ja sopia yhteisistä tavoitteista ja käytänteistä. Jos tähän ei ole mahdollisuutta, riskinä on se, että muutos vie kohtuuttomasti voimavaroja perustyön tekemiseltä.

Kaunismaa painottaa sitä, että työn ohjausta kannattaa järjestää työn kehittämiseksi, ennen kuin asiat kriisiytyvät ja työntekijät uupuvat. Pitkät uupumuksesta johtuvat sairauslomaut aiheuttavat inhimillistä kärsimystä ja tulevat työnantajalle kalliimmaksi kuin työnohjaus. Kaunismaan mukaan työnohjaus on ennaltaehkäisevää terveydenhoitoa parhaimmillaan.

– Istunto kestää vain tunnista pariin tuntiin, mutta se voi käynnistää ajattelun muutosprosessin. Suurin työ tehdään istuntojen välissä.

JÄRKYTETÄÄN LUUTUNEITA RAKENTEITA

Työnohjausta järjestetään yksittäisille työntekijöille ja ryhmille. Yksilötyönohjaus sopii itsenäistä työtä tekeville. Heille voidaan järjestää myös ryhmätyönohjausta, jos saman tyyppistä työtä tekevät kootaan yhteen.

– Se toimii hyvin. He voivat peilata: teen näin tässä tapauksessa, miten tekinne vastaavassa tilanteessa.

Ryhmätyönohjauksessa suositeltava osallistujamäärä on 3–6 henkilöä. Tämän kokoisissa ryhmissä kaikki pääsevät ääneen. Toisinaan työnohjausta annetaan koko työyhteisölle. Anita Kaunismaa tietää tapauksen, jossa osaston kaikki työntekijät, lähtöpuolisesta lääkäriin, osallistuivat ohjaukseen.

– Jos käytäntöjä halutaan muuttaa, koko työyhteisön pitää olla mukana koko prosessin ajan.

Työnohjausta suunnitellessa kannattaa miettiä, mitä siltä halutaan. Etuna on se, jos työnohjaaja tuntee sosiaali- ja terveysalan. Useilla työnohjaajilla onkin jokin hoitoalan koulutus.

Työnohjaajan kanssa on järkevintä sopia ensin muutamasta tapaamiskerrasta ja katsoa, miten yhteistyö alkaa sujua. Jos se ei suju, Kaunismaan mukaan ideaa työnohjauksesta ei pidä kuitenkaan hyllyttää, vaan kannattaa kokeilla ohjausta toisen ohjaajan kanssa. Kaunismaa sopii yleensä kol-

me tapaamiskertaa ennen kuin jatkosta päätetään.

– Ryhmä päättää, haluaako se jatkaa minun kanssani työskentelyä. Myös minä pohdin, onko minulla annettavaa ryhmälle. Joskus joku ryhmän jäsenistä tarvitsee terapiaa, mutta se ei kuitenkaan tarkoita, etteikö ryhmän työnohjausta voida aloittaa. Työnohjauksessa tärkeintä on työ ja sen tutkiminen.

Kaunismaan mukaan ihanteellinen väli istunnoille on kolme viikkoa. Jos väli on sitä pitempi, on vaikeaa muistaa, mistä edellisellä kerralla puhuttiin. Joskus riittää, että työnohjausta on muutamia kertoja, mutta toisinaan sitä on tarpeen jatkaa jopa usean vuoden ajan.

Kaunismaa suosittelee, että työnohjauksen pitopaikka mietitään tarkkaan.

– Työntekijät istuvat yleensä samassa paikassa palaverissa. Jos työnohjaajana sitten istun esimiehen paikalle, uutta ajattelua ei synny. Työntekijän oma rooli pysyy liian vahvana. Luutunutta rakennetta muutetaan ja etäisyyttä asioihin otetaan jo pelkästään sillä, että työnohjaus pidetään jossakin muualla kuin omassa yksikössä.

TYÖYHTEISÖ LÖYTÄÄ RATKAISUT

Anita Kaunismaa on huomannut, että vasta vähän aikaa hoitajina työskennelleet haluavat puhua työnohjauksessa perustyöhön liittyvistä asioista, esimerkiksi miten pärjätää vaikeissa potilas- tai asiakastilanteissa. Hoitajat, joilla on jo vuosien kokemus, purkavat mieluiten tuntojaan työyhteisöstä ja sen käytänteistä.

Työnohjaaja ei anna ohjattaville valmiita ratkaisuja.

– Joskus aavistan nopeasti, mikä työyhteisössä on ongelmana, mutta en sano sitä ääneen. Työyhteisön on etsit-

tävä itse ratkaisunsa. Olen auttamassa tässä tehtävässä.

Tavallinen pulma on se, että työntekijät ovat unohtaneet, mikä on heidän perustehtävänsä. He keskittyvät liian paljon muihin asioihin.

Toinen tavallinen ongelma on hoitajien liiallinen kiltteys. Siksi työnohjauksessa saatetaan opetella rajojen laittamista.

– Kun eräs hoitaja oli vatsataudissa, hän ilmoitti siitä töihin. Siellä sanottiin, että hanki itsellesi sijainen, koska esimies ei ehdi soittaa sijaiselle. Teimme työnohjauksessa tästä tilanteesta sosiodraaman, jossa hoitaja istui pytyllä ja soitteli sijaisille. Silloin työntekijät tajusivat, että tilanne oli järjetön ja ettei noin voi toimia. Jos tällaisiin asioihin suostuu kerran, siitä tulee helposti työpaikan käytäntö.

Joissakin työyhteisöissä ongelmia aiheuttaa heikko johtajuus. Silloin joku työntekijöistä saattaa ottaa ohjat käsiinsä ja hoitaa pomon tehtäviä.

– Työnohjauksessa tavoitteena on tukea johtajuutta, vaikka esimies ei olisi itse paikalla. Yhdessä ryhmässä alaiset kritisoivat kovasti esimiestä. Kirjoitimme ylös kaikki esimiehen työt ja kävi ilmi, että esimiehen tehtävät olivat vain pieni osa hänen nykyistä toimenkuvaansa. Silloin työntekijät ymmärsivät, että he olivat vaatineet esimieheltään liian paljon.

Entä tarvitseeko työnohjaaja itse työnohjausta?

– Kyllä tarvitsee. Olen valmistunut sairaanhoitajaksi vuonna 1980 ja haikunut työnohjaukseen melkein koko työurani ajan. Kun teen työtä yksin, työnohjauksen merkitys korostuu. ►



TYÖNOHJAAJAIN YHTEYSTIETOJA

TAVALLINEN PULMA ON SE, ETTÄ TYÖNTEKIJÄT OVAT UNOHTANEET, MIKÄ ON HEIDÄN PERUSTEHTÄVÄNSÄ.



Tavoitteena työrauha

TEKSTI JA KUVA MARJO SAJANTOLA

Kun työpaikan ihmissuhteet tulehtuvat, työhyvinvointi sekä työn laatu ja tuloksellisuus vaarantuvat. Työyhteisösovittelussa etsitään keinoja palauttaa työyhteisöön sopu ja työrauha.

Superilaiset työsuojeluvaltuutetut Eeva Heiskanen ja Saara Sorsa sekä pääluottamusmies Minna Kummunmäki ovat saaneet koulutuksen työyhteisösovittelijan tehtävään. He auttavat työpaikoilla henkilökuntaa löytämään ratkaisuja erilaisiin ihmissuhteita hiertäviin ongelmiin, sopimaan käytännöistä ja myös noudattamaan niitä. Sovittelijoiden mielestä tehtävä sopii luontevasti henkilöstöedustajan tehtäviin tuoden niihin aivan uusia haasteita ja vastuualueita.

Joensuun kaupunki on luonut työyhteisösovittelusta oman mallinsa. Aikaisemmin työyhteisöjen ongelmiin pureuduttiin ulkopuolisten asiantuntijoiden avulla, mutta nykyinen malli on työyhteisösovittelijoiden mielestä kattavampi. Vuodesta 2013 alkaneeseen toimintaan on kaupunki kouluttanut omia työntekijöitä 16 ja heistä tällä hetkellä yhdeksän tekee sovittelijan työtä.

Työyhteisösovittelijoiden mielestä Joensuun malli on hyvä keino päästä ongelmiin kiinni.

JOENSUUN MALLI

Eeva Heiskanen on ollut jo vuosia työsuojeluvaltuutetun tehtävässä. Hän kertoo, että aikaisemmin työyhteisön ristiriidat työllistivät enemmän esimiehiä, henkilöstöyksikköä, työsuojelua ja luottamusmiehiä, koska käytössä ei ollut selkeää toimintamallia.

Työyhteisösovittelu alkaa usein työntekijän, esimiehen tai työsuojelun yhteydenotosta työhyvinvointipäällikköön, joka valitsee sovittelijat. Tämän jälkeen työstäminen aloitetaan yhteisellä infolla, missä kerrotaan sovitteluprosessin kulusta. Sen jälkeen sovittelijat käyvät kahdenkeskiset keskustelut jokaisen työntekijän kanssa.

– Aikaa on tunti. Ensimmäinen puolikas menee usein tunteiden tuulettamiseen, mutta loppuaika käytetään ratkaisujen etsimiseen, Heiskanen jatkaa.

Haastattelujen jälkeen on yhteistapaamisen aika, jossa jokainen työntekijä tuo esille asioita mitä haluavat yhdessä sopia. Tämän jälkeen laaditaan sopimus, jonka kaikki työnteki-

jät allekirjoittavat. Sopimus on sitova. Työyhteisösovittelijat tekevät kolmen kuukauden jälkeen seurantakäynnin. Mikäli työpaikalla ei ole noudatettu sopimusta, on työnantajalla mahdollisuus ryhtyä työnjohdollisiin toimenpiteisiin.

– Tärkeintä työssämme on ratkaisukeskeisyys ja hyvän ilmapiirin saaminen työpaikoille.

HENKILÖKEMIAT HIERTÄVÄT

Työyhteisösovittelija ei voi mennä sovitlemaan omalle työpaikalleen, eikä sellaiselle, missä hänellä on hyviä ystäviä. Saara Sorsan mielestä sovittelutehtävä aivan vieraassa työyhteisössä ja uudessa ympäristössä on mukavan haastavaa. Lisäksi ulkopuolinen voi tuoda aivan uusia näkemyksiä työpaikan asioihin.

Työpaikoilla kitkaa aiheuttavat tehtäväkohtaiset ja henkilökohtaiset tekijät sekä ongelmat vuorovaikutuksessa. Vuorovaikutusongelmat ovatkin Sorsan mielestä haastavia tilanteita, vaikka joskus syynä voi olla ihan väärinkäsitys.

Hän kertoo, että ongelma voi koskea koko työyhteisöä, mutta se voi olla ihan kahden ihmisenkin keskeinen asia. Jokainen asia on kuitenkin henkilökoh-

tainen kokemus, ja parasta olisi selvittää se välittömästi.

– Jos esimerkiksi loukkaantuu toisen sanomisesta, on uskallettava heti kysyä, mitä tarkoittit. Muuten se jää kaivertamaan ja sitten seuraa mykkäkoulua, jopa vuosia kestävä.

Hänen mielestään hoitoalalla yksi ongelmien aiheuttaja on henkilöstön fyysinen ja psyykkinen väsyminen.

Jos on huono päivä, siitä pitää voida kertoa työkavereille.

– Toisaalta on myös ihmisiä, joilla on aina huono päivä. Ihminen on kokonaisuus, johon vaikuttavat niin monet asiat.

TYÖYHTEISÖN PELISÄÄNNÖT KUNTOON

Pääluottamusmies Minna Kummunmäki haluaisi, että työpaikan pelisäännöt ovat kaikilla tiedossa. Kun tulee uusi työntekijä, hyvä perehdytys on olennaisen tärkeää. Esimiehen rooli on tärkeä. Jos tämä ei ole läsnä, joku työyhteisössä ottaa pomon paikan.

– Työpaikoilla käytäydytään epäasiallisesti, työkaveria ei arvosteta eikä tähän luoteta, mollataan ja puhutaan selän takana. Vahvat persoonat keräävät

hovia ja muodostetaan kuppikuntia. Työkäytänteissä on epäselvyyttä, työkaveria ei auteta, mutta asioista ei uskalleta edes puhua, Kummunmäki luettelee.

Kummunmäki opiskelee paraikaa Aktiivi-instituutissa työmarkkinakonsultiksi ja tekee opintojensa hanketyön Joensuun kaupungin työyhteisösovittelusta. Työhön keräämänsä aineiston pohjalta hän pystyy jo nyt osoittamaan sovittelun positiivisia vaikutuksia muun muassa sairauspoissaoloihin.

– Autamme sopimuksen teossa ja meihin voi ottaa yhteyttä, jos joku rikkoo sitä. Haluan itsekin löytää konkreettisia keinoja parantamaan työpaikkojen hyvinvointia. Myös pääluottamusmiehen tehtävän kannalta sovittelu on hyvä työväline.

Hän jatkaa, että työpaikoilla on tärkeää pystyä puhumaan vaikeistakin asioista ja keskustelemaan avoimesti hyvässä hengessä menemättä henkilökohtaisuuksiin. Noudatetaan työyhteisösovittelun kehittäjä ja kouluttaja Timo Pehrmanin kolmen K:n ohjetta, eli kohdataan, keskustellaan ja korjataan. ■



TUTUSTU MINNA KUMMUNMÄEN HANKETYÖHÖN TÄSTÄ



Saara Sorsa, Eeva Heiskanen ja Minna Kummunmäki sovittavat niin koko työyhteisön kuin kahden henkilön välisiä ongelmia.

ELÄMÄN LAAJENEVA KEHÄ



Ihon ryppyisyys, kumara ryhti, lihaksiston heikkeneminen ja kävelyn ja toiminnan hidastuminen kuvastavat ulkopuolisille sitä, että ihminen on vanha. Nuoremmat vertaavat mielessään vanhuksen toimintakykyä omaan suoriutumiseensa ja näkevät iäkkäässä vain puutteita. Vanhan elämästä piirtyy melko kielteinen kuva. Fyysisen ikääntyminen on hidas alamäki.

Fyysiset muutokset on helppo nähdä. Missä liikkuvat iäkkäiden ajatukset ja pohdinnat? Mitä psyykkisiä muutoksia ikääntymiseen liittyy? Niiden selvittäminen vaatii vanhenevien ja vanhojen kertoman kuuntelemista. Aito kuuntelemisen ja kuulemisen taito saattaa kuitenkin unohtua kiireisessä elämässä.

Kullakin ikäkaudella on omat psyykkisen kasvun tehtävät. Lapsen on opittava valtava määrä uusia asioita, tietoja ja taitoja. Ajatukset liikkuvat omien kykyjen oppimisessa. Kasvu nuoruuteen ja aikuisuuteen ja taitojen karttuminen siirtävät pohdintoja laajempiin kehiin. Nuoret ihmettelevät elämän tarkoitusta. Keski-ikäiset ajattelevat perheen, työyhteisön ja yhteiskunnan tapahtumia ja niiden merkitystä. Tulevaisuuden pohdinnat ovat tavallisia näinä ikäkausina. Elämä nykyisyydessä voi jopa unohtua. Sitten kun -elämä näyttää yleistyneen siinä määrin, että tässä ja nyt elämiseen valmentamisesta on tullut muoti-ilmiö.

Ikääntyvien ja vanhojen ajatukset seikkailevat menneisyydessä, nykypäivässä ja tulevaisuudessa. Menneitä tapahtumia on paljon. Eletyn merkitys on ymmärrettävä, ja muistelemisen auttaa siinä. Tulevaisuutta on yhä vähemmän. Siihen kohdistuvien toiveiden aikaperspektiivi on lyhentynyt. Kokemukset ovat muuttaneet haaveet realistisiksi. Ajankohtainen elämä on tullut tärkeäksi. Tavalliset tapahtumat ja lyhyet mukavat tuokiot ilahduttavat. Filosofiset ja uskonnolliset pohdiskelut pulppuavat mieleen. Toiveet maailman rauhas-ta tulevaisuudessa ovat yleisiä. Mielikuvissa luodaan käsitystä kuoleman merkityksestä. Kokemukset kuolleiden omaisten läheisyydestä ja kohtaamisista eivät ole harvinaisia. Ikääntyessä on siirrytty yhä laajeneviin näköaloihin.

Psyykkisestä eli ajatusten ja pohdiskelujen näkökulmasta elämä on kuin Tapio Wirkkalan kantarellimaljakko. Kasvu ja kehittyminen aloitetaan maljakon kapeasta kannasta. Iän myötä perspektiivit laajenevat. Siirrytään maljakon ylempiin osiin ja vanhana hetkeksi jopa yläosan ulokkeisiin tapaamaan kuolleita omaisia. Iän myötä laajenevat psyykkisen ulottuvuuden viivat kuvastavat ikääntymistä fyysisten toimintojen alevan käyrän lisäksi.

Vanhojen ihmisten arvo nousisi, jos fyysisten seikkojen lisäksi nähtäisiin elämän eri vaiheiden psyykkiset muutokset. Iäkkäiden pohdintojen pitäisi piirtyä heidän päänsä yläpuolelle samalla tavalla kuin puhetta kuvaavat tekstit sarjakuvissa. Psyykkisten muutosten konkreettinen havaitseminen toisi uuden ulottuvuuden ihmisten arvostukseen tässä fyysisessä nopeutta ja taloudellisia arvoja korostavassa yhteiskunnassa. Vanhuuden hienoutta voi kuitenkin oppia ymmärtämään kuuntelemalla iäkkäiden kertomaa. Taidamme tarvita pysähtymisen ja aidon kuulemisen valmentajia. ■

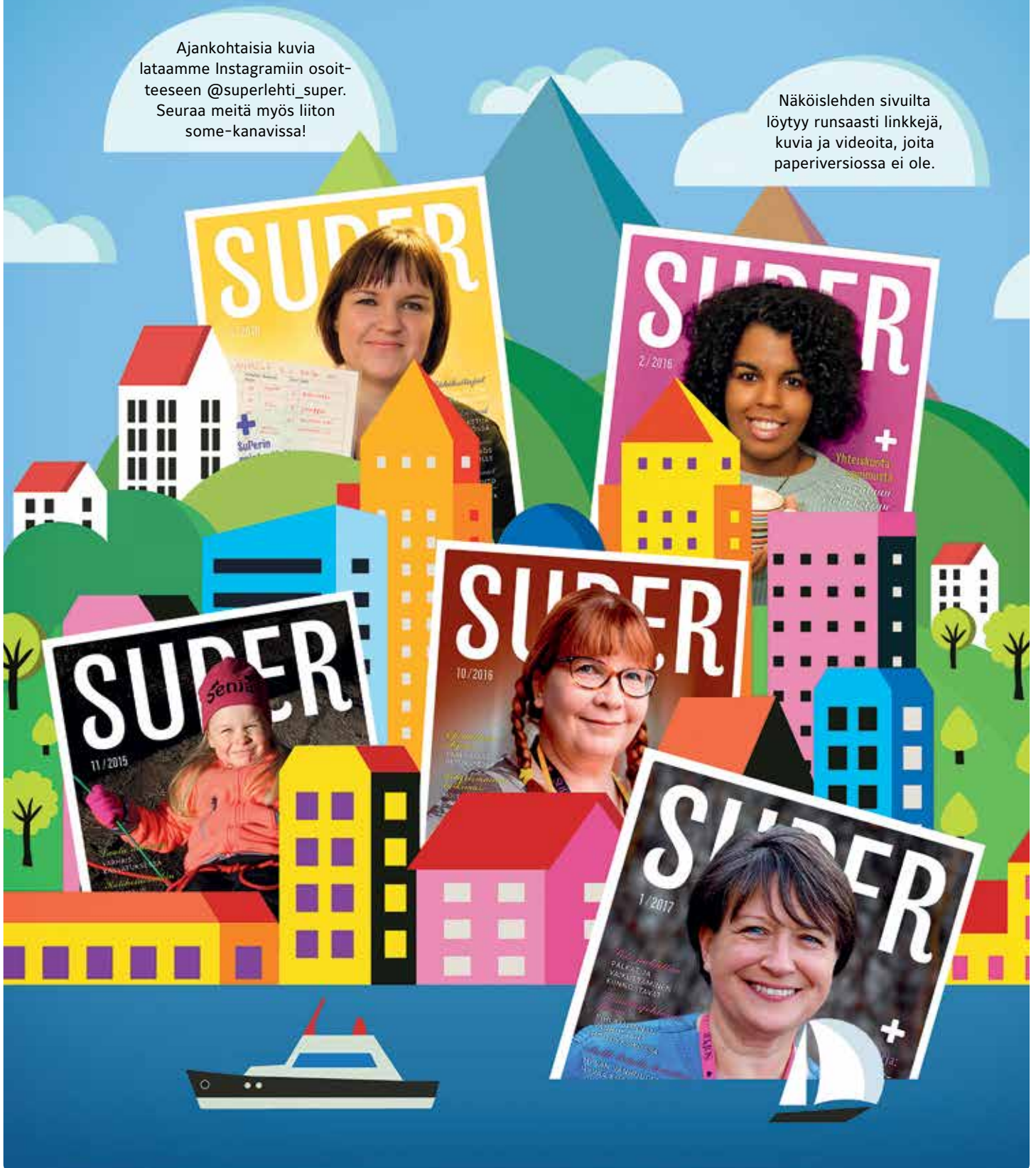


JOKO LUET SÄHKÖISTÄ SUPER-LEHTEÄ?

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

Ajankohtaisia kuvia
lataamme Instagramiin osoit-
teeseen @superlehti_super.
Seuraa meitä myös liiton
some-kanavissa!

Näköislehden sivuilta
löytyy runsaasti linkkejä,
kuvia ja videoita, joita
paperiversiossa ei ole.



Meneekö Suomi päin Pässinperää?

SUPER KERTOO, MIKÄ KUNTAVAALEISSA ON TÄRKEÄÄ

TEKSTI JA KUVA JUKKA JÄRVELÄ

SuPer kampanjoi näyttävästi tulevien kuntavaalien alla. Huhtikuisten vaalien tuloksella on merkitystä jokaisen superilaisen tulevaisuudelle ja työpaikalle. Jos haluat äänestää oikein, kannattaa seurata liiton viestejä ja tiedotuskanavia.

Vastuuta ei voi ulkoistaa – käytä ääntäsi ja valtaasi. Ennaltaehkäisyillä SuPerhyviä säästöjä.

SuPer lähtee liittona mukaan kuntavaaleihin muun muassa kahdella edellä mainitulla iskulauseella. Liitto haluaa korostaa sekä äänestäjille että etenkin kuntavaaliehdokkaille, että juuri terveys- ja sosiaalipuolella tehdyillä järkevillä päätöksillä voi vaikuttaa kuntien taloustilanteisiin myönteisesti.

ÄÄNESTÄ!

Puheenjohtaja Silja Paavolalla on selkeä viesti äänestäjille ja ehdokkaille.



SuPer antaa vinkkejä tuleville päättäjille ja äänestäjille omalla esitteellään, joka löytyy laajennettuna ja tuoreilla päivityksillä varustettuna liiton verkkosivulta.

– Äänestäjä muista, että vaikka et olisi koskaan ennen äänestänyt, niin nyt kannattaa. Voi olla, että äänestät omas-
ta työpaikastasi. Käytä äänioikeuttasi ja valitse itsellesi pa-
ras ehdokas!

– Ehdokkaiden kannattaa miettiä, että nyt äänestetään sii-
tä, miten Suomi käyttää verorahojaan ja siitä, kuinka kauan
ihmiset ovat halukkaita maksamaan veroja. Kansalaisoikeuk-
siimme on tähän saakka kuulunut sosiaali- ja terveydenhoi-
topalvelut sekä koulutus. Poliitikkojen tehtävä on huolehtia,
että yhteiskunnan kansalaisilleen lupaamat palvelut ovat py-
syviä.

ENNAKOIVAA SÄÄSTÄMISTÄ

Kehittämisjohtaja Jussi Salo muistuttaa, että järkevästi suun-
niteltu hoito vaikuttaa koko kunnan talouteen myönteisesti.

– Liitto haluaa antaa kunnallisvaaliehdokkaille vinkke-
jä järkevästä rahankäytöstä, että sitä rahaa riittäisi oleellisiin
asioihin.

– Jos esimerkiksi kotihoidossa säästetään henkilöstöku-
luista, hoidettavat lopulta hoidetaan kalliimmilla paikoilla tai
ambulanssirumba lisääntyy.

Salon luettelee asioita, joiden kuntoon laittaminen vaikut-
taa suoraan talouteen säästöinä: henkilöstömitoitus, jaksami-
nen, osaamisen käyttö, ryhmäkoot, sisäilma ja terveellinen
työympäristö.

ENNALTAEHKÄISEVÄÄ HOITOA

Liitto on mukana kuntavaaleissa monipuolisella tarjonnal-
la videoista esitteisiin. Mukana on kovia hoitotyötä koskevia
faktoja, jotka liitossa tiedetään, mutta päättäjät vielä empivät.
Asioita valaistaan myös huumorin keinoin.

Tarkoituksena on kertoa ehdokkaille ja äänestäjille, että se-
kä väärässä kohdassa tehty säästöpäätös että vastaavasti oikeas-
sa paikassa tehty ennakkoiva panostus voivat vaikuttaa ratkai-
sevasti kunnan talouteen.

SuPer kysyy muun muassa, säästääkö kunta oikeasti, jos
se käyttää kouluttamatonta tai alikoulutettua henkilökuntaa
hoitotyössä. Entä kertyykö veronmaksajan kukkaraan lopul-
ta säästöjä, jos yhden kotihoitajan kontolle kerrytetään niin
paljon käyntejä, ettei hän ehdi kunnolla perehtyä hoidetta-



SuPerin humoristisella vaalivideolla on esillä kauhuskenaario, jonka ei toivota toteutuvan missään: Pässinperän kunnanhallitus valmistautuu tekemään säästöjä kotihoidosta. Kunnanjohtajana Jussi Salo ja kunnanhallituksen puheenjohtajana Elina Kiuru.

van tilanteeseen.

SuPerin tavoitteista on tehty esite ja julkaistu nettisivu, jonka osoitteen löydät tämän jutun lopusta.

SETELINIPUSTA SÄÄSTÖÄ

SuPer-seteli on rahanarvoista tavaraa kuntapäättäjille. SuPer on omalla setelillään mukana Yksi elämä -terveystalkoissa, joissa useat järjestöt ja liitot kertovat setelirahan näköisillä lentolehdistillä, kuinka oikeilla terveys- ja sosiaali-investoinneilla säästetään rahaa ja samalla edistetään terveyttä.

Setelinipun julkaisusta vastaavat Aivoliitto, Diabetesliitto ja Sydänliitto. Heitä tukevat SuPer, Tehy, Lääkäriliitto ja

Hammaslääkäriliitto. Setelien toivotaan ajautuvan mahdollisimman monen vaaliehdokkaan ja lopulta päättäjän käsiin.

SuPer kehottaa omassa setelissään klikkaamaan liiton nettisivuille, joissa päättäjille kerrotaan SuPerin ajamat eli hyvää hoitoa ja säästöjä tuovat sosiaali- ja terveysfaktat.

NETTI JA VIDEOT

Liitto on avannut verkkosivut kuntavaalien ajaksi. Ne löytyvät myös liiton omilta sivuilta www.superliitto.fi.

Kylmien faktojen lisäksi SuPer haluaa levittää sanomaansa myös videoiden keinoin äänestäjille ja ehdokkaille. Esille pääsevät kuvitteellisen Pässinperän kunnan päättäjät, jotka hakevat säästöjä hoitajien selkänahasta.

Pässinperä-videolla kerrotaan ironisesti, miten kunnissa ei tulisi ratkaista asioita. Kotihoidossa näyttäisi löytyvän säästöjä henkilöstömenoja kutistamalla, lomautuksilla, palkanalennuksilla ja laajennetulla sijaiskiellolla. Lisäksi Pässinperän kunta luottaa röyhkeästi siihen, että tunnolliset hoitajat tulevat sairaanakin töihin. Myös ilmaisia opiskelijoita aiotaan hyödyntää Pässinperän kunnan hoito-organisaatiossa. Pelastajaksi videolla saapuu kuitenkin vanha tuttu SuPer-mies timanttisine neuvoineen. ■

SUPER-SÄÄSTÖJÄ KUNTASI TALOUTEEN

Katso:
www.superliitto.fi

SuPer-setelin toivotaan ajautuvan mahdollisimman monen ehdokkaan ja äänestäjän käsiin. Seteli neuvoo liiton verkkosivulle, jossa kerrotaan ytimekkäästi, miten kuntataloudessa kerrytetään säästöjä, mutta samalla parannetaan hoitoa.



**SUPERIN VIDEO PÄSSINPERÄN
KUNNASTA KANNATTAA KATSOA**

SuPer-illat keväällä 2017

Tule ja tuo supertuttusi keskustelemaan ja verkostoitumaan SuPer-iltaan. Iltapalatarjoilu alkaa kello 17.00 ja jäsenilta kello 18.00, ellei toisin ole mainittu. Tervetuloa!

Paikkakunta	Päivä	Liittohallituksen jäsen, jäsenet / SuPerin toimihenkilö	Jäseniltilapaikka	Kellonaika	Sitovat ilmoittautumiset
Harjavalta	ti 7.3.	Helena Heljakka	Hotelli Hiittenharju, Hiittenharjuntie 1	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 27.2. helena.heljakka@superliitto.fi tai puh. 040 512 6816
Helsinki	ke 5.4.	Päivi Salmén / Satu Kervinen	Sokos Hotel Presidentti, Eteläinen Rautatiekatu 4	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 22.3. satu.kervinen@superliitto.fi
Hämeenlinna, yksityissektori	to 9.3.	Ulla Tanttu	Sokos Hotel Vaakuna, Possentie 7	16.00–17.00	Ilm. viimeistään 2.3. ulla.tanttu@superliitto.fi tai puh. 040 748 0063
Hämeenlinna, kuntasektori	to 9.3.	Ulla Tanttu / Marjut Hakala	Sokos Hotel Vaakuna, Possentie 7	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 2.3. ulla.tanttu@superliitto.fi tai puh. 040 748 0063
Iisalmi	ti 21.3.	Merja Ohvo	Hotelli Iisalmen Seurahuone, Savonkatu 24	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 7.3. merja.ohvo@superliitto.fi
Ivalo	ma 20.3.	Piiju Leppänen	Hotelli Ivalo, Ivalontie 34	17.15–20.30	Ilm. viimeistään 12.3. piiju.leppanen@superliitto.fi
Joensuu	pe 17.3.	Merja Ohvo	Sokos Hotel Kimmel, Itäranta 1	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 3.3. merja.ohvo@superliitto.fi
Jyväskylä	ma 13.3.	Satu Landström / Sari Erkkilä	Sokos Hotel Alexandra, Hannikaisenkatu 35	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 6.3. satu.landstrom@superliitto.fi tai puh. 050 400 6622
Järvenpää	ma 20.3.	Päivi Salmén / Satu Kervinen	Scandic Järvenpää, Asema-aukio	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 13.3. satu.kervinen@superliitto.fi
Kajaani	to 6.4.	Mervi Lesonen	Sokos Hotel Valjus, Kauppakatu 20	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 30.3. mervi.lesonen@superliitto.fi
Kankaanpää	ke 8.3.	Helena Heljakka	Sport Hotel Kantri, Linnankatu 2	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 1.3. helena.heljakka@superliitto.fi tai puh. 040 512 6816
Karstula	ti 14.3.	Satu Landström / Sari Erkkilä	Wanhat Wehkeet, Erämäentie 368	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 7.3. satu.landstrom@superliitto.fi tai puh. 050 400 6622
Kemi	ti 14.3.	Piiju Leppänen	Pohjanranta, Pohjantie 23	17.15–20.30	Ilm. viimeistään 6.3. piiju.leppanen@superliitto.fi
Kemijärvi	ma 13.3.	Piiju Leppänen	AnnaBriitta, Kirkkokatu 3	17.15–20.30	Ilm. viimeistään 5.3. piiju.leppanen@superliitto.fi
Kokkola	ti 21.3.	Merja Puuskamäki	Sokos Hotel Kaarle, Kauppatori 4	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 14.3. merja.puuskamaki@superliitto.fi tai puh. 050 463 9546
Kouvola	to 16.3.	Sanna Puhakainen	Sokos Hotel Vaakuna, Hovioikeudenkatu 2	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 9.3. sanna.puhakainen@superliitto.fi
Kuopio	ke 29.3.	Merja Ohvo	Sokos Hotel Puijonsarvi, Minna Canthin katu 16	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 15.3. merja.ohvo@superliitto.fi
Kuusamo	to 30.3.	Mervi Lesonen	Sokos Hotel Kuusamo, Kirkkotie 23	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 23.3. mervi.lesonen@superliitto.fi
Lahti, Yksityissektori	ti 28.3.	Ulla Tanttu	Scandic Lahti, Vesijärvenkatu 1	16.00–17.00	Ilm. viimeistään 21.3. marjut.hakala@superliitto.fi tai puh. 0500 846 381

Paikkakunta	Päivä	Liittohallituksen jäsen, jäsenet / SuPerin toimihenkilö	Jäseniltilapaikka	Kellonaika	Sitovat ilmoittautumiset
Lahti, Kuntasektori	ti 28.3.	Marjut Hakala	Scandic Lahti, Vesijärvenkatu 1	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 21.3. marjut.hakala@superliitto.fi tai puh. 0500 846 381
Lappeenranta	ti 14.3.	Sanna Puhakainen	Sokos Hotel Lappee, Brahenkatu 1	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 7.3. sanna.puhakainen@superliitto.fi
Levi	ti 21.3.	Piiju Leppänen	Sokos Hotel Levi, Tähtitie 4	17.15–20.30	Ilm. viimeistään 13.3. piiju.leppanen@superliitto.fi
Lohja	to 30.3.	Päivi Salmén / Satu Kervinen	Gasthaus Lohja, Laurinkatu 1	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 23.3. paivi.salmen@superliitto.fi
Loimaa	ti 21.3.	Jaana Rönnholm / Sari Erkkilä, Jaana Dalén	Loimaan Seurahuone, Satakunnantie 26	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 14.3. jaana.ronnholm@superliitto.fi
Mariehamn svenskspråkig	to 30.3.	Maj-Britt Skogberg	Hotel Arkipelag, Strandgatan 35	17.00–20.30	Anmäla senast 22.3. maj-britt.skogberg@superliitto.fi Titta på svenskspråkiga www-sidor
Mikkeli	ti 28.3.	Sanna Puhakainen	Sokos Hotel Vaakuna, Porrassalmekatu 9	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 21.3. sanna.puhakainen@superliitto.fi
Oulu	ma 20.3.	Mervi Lesonen	Sokos Hotel Arina, Kauppakeskus Valkea Isokatu 24, 4. krs	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 6.3. mervi.lesonen@superliitto.fi
Pargas svenskspråkig	ti 28.3.	Maj-Britt Skogberg	Hotel Kalkstrand, Rantatie 1	17.00–20.30	Anmäla senast 20.3. maj-britt.skogberg@superliitto.fi Titta på svenskspråkiga www-sidor
Pello	to 16.3.	Piiju Leppänen	Ravintola Granni, Kolarintie 9 A	17.15–20.30	Ilm. viimeistään 8.3. piiju.leppanen@superliitto.fi
Pori	ke 5.4.	Helena Heljakka	Sokos Hotel Vaakuna, Gallen-Kallelankatu 7	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 27.3. helena.heljakka@superliitto.fi tai puh. 040 512 6816
Porvoo	to 16.3.	Päivi Salmén / Satu Kervinen	Ravintola Seireeni, Linnankoskenkatu 45	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 9.3. paivi.salmen@superliitto.fi
Rauma	to 6.4.	Helena Heljakka	Hotelli Cumulus Rauma, Aittakarinkatu 9	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 28.3. helena.heljakka@superliitto.fi tai puh. 040 512 6816
Rovaniemi	ke 15.3.	Piiju Leppänen	Sokos Hotel Vaakuna, Koskikatu 4	17.15–20.30	Ilm. viimeistään 7.3. piiju.leppanen@superliitto.fi
Salo	ma 13.3.	Jaana Rönnholm / Jaana Dalén	Sokos Hotel Rikala, Asemakatu 15	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 6.3. jaana.ronnholm@superliitto.fi
Savonlinna	to 30.3.	Sanna Puhakainen	Sokos Hotel Seurahuone, Kauppatori 4-6	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 22.3. sanna.puhakainen@superliitto.fi
Seinäjoki	ma 20.3.	Merja Puuskamäki	Sokos Hotel Lakeus, Torikatu 2	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 12.3. merja.puuskamaki@superliitto.fi tai puh. 050 463 9546
Tampere Kuntasektori	ti 21.3.	Juha Kataja	Scandic Tampere City, Hämeenkatu 1	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 13.3. juha.kataja@superliitto.fi tai puh. 040 701 5736
Tampere Yksityissektori	ti 21.3.	Ulla Tanttu	Scandic Tampere City, Hämeenkatu 1	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 13.3. ulla.tanttu@superliitto.fi tai puh. 040 748 0063
Turku, Yksityissektori	ma 3.4.	Jaana Rönnholm / Jaana Dalén	Sokos Hotel Hamburger Börs, Kauppiaskatu 6	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 20.3. jaana.ronnholm@superliitto.fi
Turku, Kuntasektori	ma 20.3.	Jaana Rönnholm / Jaana Dalén	Sokos Hotel Hamburger Börs, Kauppiaskatu 6	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 6.3. jaana.ronnholm@superliitto.fi
Vasa svenskspråkig	ti 11.4.	Maj-Britt Skogberg	Sokos Hotel Royal Vaasa, Hovrättsesplanaden 18	17.00–20.30	Anmäla senast 3.4. maj-britt.skogberg@superliitto.fi Titta på svenskspråkiga www-sidor
Ylivieska	ti 28.3.	Mervi Lesonen	Ravintola Pikkuveli, Lintutie 1	17.00–20.30	Ilm. viimeistään 20.3. mervi.lesonen@superliitto.fi

Voimaa villivihanneksista!

TEKSTI MAARIT MÄKINEN

Varhaisesta keväästä pitkälle syksyyn voimme syödä täällä Pohjolassa herkulista lähiruokaa. Villivihanneksia löytyy usein jo kotipihasta tai sen lähiympäristöstä. Luontomme on vielä puhdas, eikä tämä lähiruoka maksa mitään. Rohdoksi tai mausteeksi kelpaavia

MUISTA

- yrttiutteet ja yrtit on otettava eri aikaan kuin lääkkeit
- ole varovainen, jos olet allerginen esimerkiksi pujolle, ristikukkaisille, sienille tai pakurille
- ole varovainen myös, jos sinulla on krooninen sairaus, esimerkiksi Marevan-hoito tai heikentynyt terveydentila
- varmista uutteen, yrtin ja villivihanneksen sopivuus lääkäriltä, jos olet raskaana tai imetät
- oksaalihappoa sisältäviä vihaneksia ei suositella munuaisvaivoista kärsiville

VINKKI: www.suomenluonto.fi -sivuilta voi ladata mobiilisovelluksen villivihanneksista 2,99 euron hintaan. Sen avulla pystyt tunnistamaan kasvin, käyttötavat sekä voit saada vinkkejä vihannesten hyödyntämiseen keittiössä. Lisäksi Teija Saarinen on tehnyt e-kirjan Villivihannekset – aloittelijan opas, Kvaliteetti 2014. Sen avulla voi opetella tunnistamaan kasveja.

villiyrttejä ja vihannes- eli hortakasveja tunnetaan Etelä-Suomessa 380 eri lajia.

Hortoilu, villivihannesten keruu, tarkoittaa luonnossa villinä kasvavien syötävien kasvien keräämistä, kokkaamista, säilömistä ja syömistä. Sana horta on kreikkaa. Se tarkoittaa kaikkea kasvipöytästä, villiä syötävää.

Villivihannesten käyttö on muissa maissa Suomea paljon yleisempää, vaikka jo 1700-luvulla Elias Lönnrot tiesi luonnonyrttien arvon. Pula-aikana jouduttiinkin käyttämään villivihanneksia hätäravintona. Viimeisten vuosikymmenten aikana kiinnostus on pikkuhiljaa uudelleen noussut. Nyt villivihannekset ovat gourmetruokaa, jota tarjoillaan huippuravintoloissa.

Villivihanneksien käytössä on monia arvokkaita ominaisuuksia:

EKOLOGISUUS. Ilmastonmuutos jatkuu. Villivihannesten hiilijalanjälki on maailmalla pieni. Esimerkiksi vuohenputkimunakas maksaa vain noin 50 senttiä per henkilö.

RAVINTOPITOISUUS. Villivihanneksissa on usein voimakas maku, joka kertoo niiden hyödyllisten ainesosien määräästä. Niissä onkin valtavasti vitamiineja, kivennäisaineita, entsyymejä, orgaanisia happoja, kasvihormoneja, antioksidantteja, rasvahappoja, fenoleja, bioaktiivisia aineita sekä terveydelle hyödyllisiä puolustusmolekyylejä.

KERÄÄMINEN. Villivihannesten kerääminen kuuluu marjojen ja sienten tapaan jokamiehenoikeuksiin joitakin poikkeuksia lukuun ottamatta. Kaupalliseen keruuseen tulee aina pyytää lupa. Muun

muassa kuusenkerkkien, koivunlehtien, tuohen, petun, jäkälän, juurien, varpujen, turpeen, mahan ja pakurin keräämiseen tarvitaan aina maanomistajan lupa. Tiettyt lajit ovat rauhoitettuja.

Kerää villivihanneksia puhtailta paikoilta, kaukana teistä ja laiturista. Kerää juurakostastakin vain enintään puolet kerrallaan, jottei kasvi häviä. Kerää kasvit kuivalla ilmalla ilmavaan koriin tai paperipussiin. Juuret pestään aina, kasvit tarvittaessa.

KÄYTTÖ. Villivihannesten käytön perusidea on, että opetellaan lisäämään niitä omaan ruokavalioon ja perusruokiin. Niitä kannattaa lisätä sekä suolaisiin että makeisiin taikinoihin. Villivihanneksista voi myös valmistaa juomia, kuten simaa, tee- ja kahvikuoret sekä siirappia. Maitohorsman kukkia voi pakastaa jääpaloihin.

Moni villivihannes on voimakas detox-kasvi, joka laittaa suolen toimimaan ja nesteet liikkeelle. Aloita siis käyttö varovasti.

TUNNISTA. Poimi vain tunnistamiasi kasveja. Kasvilaji kannattaa tarvittaessa varmistaa asiantuntijalta tai kasvikirjoista. Luonnossa on myös myrkyllisiä kasveja, kuten hukanputki, jonka helposti sekoittaa vuohenputkeen. ■

LÄHTEITÄ JA LINKKEJÄ

SINIKKA PIIPPO. VILLIVIHANNEKSET. MINERVA KUSTANNUS OY 2016

RAIJA KIVIMETSÄ. VILLIINNY VILLIVIHANNEKSIIN. ELINVOIMAA JA ENERGIAA LUONNOSTA. KIRJAPAJA 2016

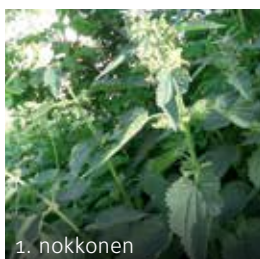
WWW.SUOMENLUONTO.FI

MYRKYTYSTIETOKESKUS, PUHELIN 09 471 977.

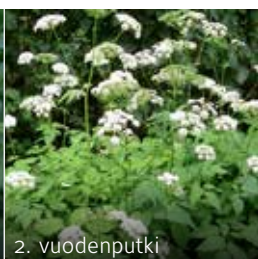


**TIEDOT MOBIILISOVELLUKSESTA
NÄET TÄÄLTÄ**

Viisiosaisessa villivihannesarjassamme esitellään nämä kasvit:



1. nokkonen



2. vuodenputki



3. poimulehti



4. siänkärsämä



5. keto-orvokki

Nokkonen

Nokkonen on ykkönen – monipuolisempaa ja ravinteikkaampaa kasvia saa hakea.

Polttava nokkonen (*Urtica dioica*) on helppo tunnistaa. Nokkosesta voidaan käyttää koko kasvi siemenineen ja juurineen. Niittämällä saat nokkosesta useamman sadon keväästä aina myöhään syksyyn. Erityisen hyviä ovat keväiset versot sekä myöhemmin latvaversot.

RAVINTOARVO. Nokkosessa on seitsemän kertaa enemmän rautaa kuin pinaatissa. Se sisältääkin runsaasti muun muassa kalsiumia, magnesiumia, piitä, mangaania, seleeniä, sinkkiä, beetakaroteenia, foolihappoa, klorofylliä, ubikinonia sekä C-, B-, K- ja D-vitamiineja. Nokkosen siemenet sisältävät rasvahappoja ja E-vitamiinia. Juuressa on karotenoideja ja beetasitosterolia.

KÄYTTÖ. Nokkosta kannattaa ennen kaikkea opetella lisäämään perusruokiin, suolaisiin ja makeisiin taikinoihin, munavoihin, pestoon, jogurttiin, rahkaan, smoothieen, puuroihin, myslisiin, siis lähes mihin tahansa. Siitä voi myös tehdä viherjauhetta teholeikkurin terällä.

Älä heitä nokkosen ryöppäysvettä pois. Sen voi käyttää hiustenhuuhteluvetenä, kirvojen torjumiseen sekä kasvien luomulannoitevetenä.

KUIVAUSOHJE. Huuhtelee kasvit kylmällä vedellä, jos niissä on epäpuhtauksia. Kuivaa pyyhkeellä. Helppointa on ripustaa nokkonen roikkumaan kimppuina tai levittää nokkosen lehdet sanomalehtien päälle huoneenlämpöön, esimerkiksi keittiön kaappien päälle, auringonvalolta ja pölyltä suojaan. Myös kuivuria tai puoliavointa uunia voi käyttää, lämpötila vihreille kasvinosille on 30–35 astetta. Juuret kuivataan 50 asteessa. Laita kuivatut kasvinosat tummiin lasipurkkeihin, kansi päälle ja kaappiin valolta suojaan.

NOKKOSEN RYÖPPÄYS. Kiehauta reilu kattilallinen vettä, jossa on hieman suolaa. Upota nokkoset veteen 30–60 sekunniksi. Kaada keitos lävikköön ja huuhtaise nopeasti kylmällä vedellä. Myös ennen pakastamista nokkonen kannattaa ryöpätä. Kun nokkosen ryöppää, muurahaishappo poistuu ja kasvista tulee syöntikelpoinen. Veteen kuitenkin poistuu myös arvokkaita ravintoaineita.

Nokkosta voi säilöä myös muilla menetelmillä kuten umpi-oimalla, hapattamalla tai käyttämällä etikka- ja sokerisäilöntää.

Yleensä myös murskaus poistaa polton. Tuoreita nokkosia voi siis käyttää, kunhan murskaamisen tekee tehokkaalla tehosekoittimen terällä. Maista aluksi varovasti!

VAROITUKSET. Alle vuoden ikäisille lapsille ei pidä antaa nokkosruokia. Älä juo nokkosteetä, jos sinulla on munuaisten tai sydämen vajaatoiminta. Joillekin nokkonen voi myös aiheut-



VINKKI: Kokeile nokkosta teenä. Kiehauta vesi. Lisää nokkosen lehtiä, mustaherukan lehtiä ja hunajaa. Nokkosia voit myös valmistaa sipseiksi uunissa. Pyöräytä ne ensin oliiviöljyssä ja suolassa ja paista +175 asteessa 6–9 minuuttia.

taa vatsaärsytystä tai allergisia reaktioita. Liiallinen käyttö saattaa vaikuttaa sokeritautiin ja verenpaineen lääkitykseen tai oireiluun. Nokkonen voi lisätä keskushermostoa rauhoittavien lääkkeiden vaikutusta.

Älä poimi nokkosta tienvarsilta äläkä laidunmaisen läheisyydestä nitraatin ja ulostebakteerien esiintymisen takia. ■

LISÄTIETOA

KATARIINA VUORI. NOKKONEN – HERKKUJA JA HYVINVOINTIA SUOMALAISESTA SUPERKASVISTA. ATENA KUSTANNUS OY 2015

Lähihoitaja2017:

Ajankohtaista särmää

TEKSTI MINNA SEPPÄ KUVAT JUKKA JÄRVELÄ, MINNA SEPPÄ JA EINI HALONEN

Teemoina syyskuussa muun muassa kuolevan potilaan kohtaaminen, ensihoidon tilanteet ja transnuori terveydenhuollon syövereissä.

Lähihoitaja2017-tapahtuma järjestetään jälleen Helsingin Messukeskuksen kongressisiivessä 8. syyskuuta. Ohjelma on valmis, ja aiempien vuosien tapaan

ajankohtainen ja monipuolinen. Luentoaiheisiin kuuluvat muun muassa saat-tohoito, ensihoito ja transnuoren kokemukset terveydenhuollosta.

Mukana listalla ovat myös esimerkiksi sote-uudistuksen tilannekatsaus, kotihoidon kuulumiset niin Suomes-ta kuin maailmaltakin ja lähihoitajan näkökulma koulumaailmaan. Lisäksi kuullaan edunvalvonnallista asiaa esimerkiksi lääkehoidosta.

– Odotamme jälleen vähintään 1500 kävijää, tapahtuman järjestelyitä luot-saava opiskelija-asiamies Tico Svart sa-noo.

Lähihoitaja2017 rakentuu tietoisku-maisille luennoille, joiden lomassa voi piipahtaa koulutuspäivän oheen raken-netun näyttelyn messuosastoille. Tapahtuman juontaa Janne Kataja. Päi-vän päättää Vertti Harjuniemen moti-vaatioluento.

– Kannattaa tulla. Lähihoitajatapahtuma on alan opiskelijoille asiantunte-muksella rakennettu ja täysipainoinen, mutta rento tapahtuma. Tällaista ei jär-jestä kukaan muu. ■



SuPer-nuoret risteilee ja sukeltaa!

SuPer-Nuorilla on vuodessa 1–2 valtakunnallista tapahtumaa, joista saa tietoa SuPer-lehdestä, Facebookista, sähköpostitse ja SuPerin verkkosivuilta. Tänä vuonna ohjelmassa ovat SuPer-Nuoret laineilla -risteily huhtikuussa ja Sukella SuPeriin -koulutus syyskuussa.

Paikallisesta toiminnasta kerrotaan muun muassa ammattiosasto-jen verkkosivuilla. Paljon tapahtumia on luvassa esimerkiksi 10.–19. maaliskuuta järjestettävällä valtakunnallisella SuPer-Nuorten viikolla.

Lisätietoa saat myös ammattiosastoltasi ja alueesi toimintaa koor-dinoivalta SuPer-Nuorelta, SuNulta. SuNut on esitelty liiton netti-sivuilla, joilta löydät paljon myös perustietoa SuPer-Nuorten toi-minnasta. ■

SuPer-Nuoret ovat 18–35-vuotiaita jo valmistuneita SuPerin varsinaisia jäseniä.





Tunnelmia viime kesältä
Vaakuna Piknikistä.

Rohkeasti mukaan

Ammattiosastotoiminta on tärkeää, hauskaa ja helposti lähestyttävää. Tämä on SuPer-Nuorten viesti. SuPerin alle 35-vuotiaille jäsenille järjestetäänkin runsaasti tapahtumia, joissa ay-toimintaan pääsee tutustumaan.

– Luvassa on hauskaa toimintaa, työelämä tietoa ja mahdollisuus tavata hyviä tyyppejä, SuPerin opiskelija-asiamies Tanja Oksanen sanoo.

Nuorisotoiminnan suunnittelussa näyttelee keskeistä roolia 4–5 kertaa vuodessa kokoontuva SuNu-työryhmä.

– SuPer-Nuoret jalostavat työryhmässä ideoituja hankkeita ammattiosastojensa kanssa. Vuonna 2016 perustettiin lisäksi alueellisia toimintaryhmiä SuPer-Nuorten ja ammattiosastoaktiivien yhteistyöfoorumeiksi.

SuNu-työryhmä koostuu 17 aluetta edustavasta SuPer-Nuoresta.

– Jos olet kiinnostunut asiasta, ota yhteys. Alueellinen SuNu puuttuu Etelä-Karjalasta ja Pohjois-Pohjanmaalta. ■

Kaija Koota ja tiukkaa asiaa

Mitä tiiviimpää nuorten ja ammattiosaston yhteistyö on, sitä parempaa jälkeä tulee. Niin Kymenlaaksossakin.

Haminan ammattiosaston tuore puheenjohtaja Eini Halonen, 25 vuotta, vannoo yhteistyön nimiin. Vanhusten parissa hoivakodissa työskentelevä Halonen on ollut ammattiyhdistystoiminnassa mukana vuodesta 2012. Eriytisesti SuPer-Nuorten toiminta on hänen sydäntään lähellä.

Halonen on ollut SuNuna, nuorten toiminnan alueellisena vastuuhenkilönä, vuodesta 2015. Kymenlaaksossa järjestettiin viime kesänä ensimmäinen koko maakunnan kattava SuPer-Nuorten tapahtuma.

– Kokoonnuimme Vaakuna Piknik-kaupunkifestivaalien yhteydessä Kouvolassa. Pidimme asiaosuuden, ruokailimme ja kuuntelimme lopuksi Kaija Koota. Oli todella onnistunut päivä, Halonen kertoo.

LEFFASTA KIIPEILEMÄÄN

Tänä keväänä luvassa on peräti kaksi koko Kymenlaakson kattavaa SuPer-Nuorten tapahtumaa sekä yksi Haminan ja Kotkan alueen nuorten yhteinen tapahtuma.

Kauden avaa 16. maaliskuuta Haminan ja Kotkan ammattiosastojen järjestämä, SuPer-Nuorten valtakunnalliselle toimintaviikolle sijoittuva leffailta nuorille ja opiskelijoille. Kevään suunnitel-

missa on myös kiipeilypäivä Pyhtäällä. Festareille mennään ensi kesänä Kotkan meripäiville. Kouvolan seudun ammattiosastoilla on myös omia tapahtumia suunnitteilla. Syksyn tapahtumien teemoja pohditaan vielä.

TEHDÄÄN NUORTEN NÄKÖISTÄ, TOIMINNALLISTA OHJELMAA.

ALUEELLINEN RYHMÄ SAA AIKAAN

Tapahtumia suunnittelee vuonna 2016 perustettu, muutaman kerran vuodessa kokoontuva alueellinen SuPer-Nuorten toimintaryhmä, jonka liki kaikki jäsenet ovat omien ammattiosastojensa hallitusten jäseniä.

– Kun retkiä ja koulutuksia ideoidaan, on tärkeää, että tehdään nuorten näköistä, toiminnallista ohjelmaa.

Kokousten välillä kymenlaaksolaiset SuPer-nuoret pitävät yhteyttä somen, enimmäkseen WhatsApp-ryhmän ja Facebookin avulla.

– Koen, että tämä on kokoonpano, jolla saadaan asioita aikaan. Toimintaryhmän jäsenet tuntevat oman ammattiosastonsa tulevat aktiviteetit, mikä tukee nuorten ohjelman suunnittelua. Tarkoitushan on, että nuoret innostetaan toimimaan ammattiosastoissa, ja taataan siten jatkuvuus. ■

Aurinkoa SuPer-Raksassa.





Seksuaalinen identiteetti on

INTIIMI, YKSITYINEN JA HAAVOITTUVA

TEKSTI ELINA KUJALA KUVAT INGIMAGE

Seksuaalisuus ei lopu, vaikka ihminen sairastuu, vammautuu tai vanhenee. Seksissä avustamisesta on puhuttava avoimesti, mutta arvostaen ja yksityisyyttä kunnioittaen.

Seksuaaliterapeutti Tanja Roth toivoo, että Suomessa työskentelisi tulevaisuudessa seksuaaliavustajien ammattikunta Yhdysvaltojen Kalifornian tapaan. Seksuaaliavustaja on koulutettu ammattilainen, joka auttaa ja ohjaa esimerkiksi vammautuneita ja pitkäaikaissairaita seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa.

– Kun on koulutusta, tietoa ja taitoa, avustaminen on turvallista molemmille osapuolille ja myös avustajalla on mahdollisuus saada työhönsä tukea, lisäkoulutusta ja työnohjausta, sanoo Roth ja lisää, että tähän on kuitenkin vielä pitkä matka Suomessa.

Asiakkaiden seksuaalisuus ja sen kohtaaminen kuuluvat hoitajien ja henkilökohtaisten avustajien työhön. Tanja Roth on kirjoittanut oppaan *Avusta ja ohjaa seksissä turvallisesti*. Hän kouluttaa sosiaali- ja terveydenhuoltoalan ammattilaisia, ja tietää mikä hoitajia puhuttaa.

– Eniten hoitajia mietityttävät moraaliset ja ammattieettiset asiat. Voiko seksissä avustaa, voiko avustamisesta kieltäytyä ja missä menee seksissä avustamisen ja seksiin osallistumisen välinen raja?

On hoitajia, joille seksuaalisuus on oman henkilöhistorian tai uskonnollisen vakaumuksen vuoksi vaikea aihe. On myös hoitajia, jotka suhtautuvat aiheeseen ammatillisen kiinnostuneesti. Lähihoitajienkin joukossa on seksuaalineuvojiksi koulutettuneita. Vammaisten mielipiteet asiasta vaihtelevat.

– Osa vammaisista on sitä mieltä, että avustamista tai keskustelua ei tarvita, vaan se on täysin turhaa. Toiset taas ovat sitä mieltä, että asia on tärkeä ja hyvä, ja että siitä täytyy puhua.

Tanja Roth korostaa, että jokainen ihminen on seksuaalinen olento riippumatta vammasta tai sairaudesta. Seksuaalisuus ja sen tarve on aina yksilöllistä. Ulkonäön tai sairauden

perusteella ei voi tehdä oletuksia seksuaalisesta suuntautuneisuudesta, sukupuolen kokemuksesta, mieltymyksistä tai seksuaalisesta aktiivisuudesta.

– Usein on ihan hyvä miettiä, miltä tuntuisi itse joutua potilaan, vammaisen tai vammautuneen asemaan. Lähihoitajan tai lääkärin ammatti ei suojaa ketään onnettomuuksilta. Miten itse toivoisi itseään kohdeltavan, jos vaikka vammautuisi niin, ettei pystyisi enää koskaan tyydyttämään itseään?

KIRJALLINEN SOPIMUS

Seksuaalisuudesta puhuminen on osa asiakkaan arvostavaa kohtaamista. Se voi kuulua myös hoitosuunnitelmaan. Avustaminen lähtee aina asiakkaan tarpeesta.

Tanja Roth jakaa seksissä avustamisen passiiviseen ja aktiiviseen.

– Passiivisessa avustamisessa avustaja ei ole kosketuskontaktissa avustettavan kanssa seksitilanteessa. Aktiivinen avustaminen taas tarkoittaa avustamista tilanteissa, jotka edellyttävät koskettamista, selventää Roth.

Passiivista avustamista voi olla esimerkiksi se, että ohjaaja auttaa asiakasta etsimään internetistä tietoa sopivasta ehkäisystä tai että henkilökohtainen avustaja ohjenta vibraattorin asiakkaalleen, hienotunteisesti poistuu paikalta ja puhdistaa välineen jälkeenpäin. Aktiivinen avustaminen tarkoittaa sitä, että ohjaaja auttaa esimerkiksi liikuntavammaista pariskuntaa tiettyyn asentoon pääsemässä tai kondomin pukemisessa.

Tanja Roth puhuu pontevasti avoimuuden puolesta. Salamyhkäisyys ja piilottelu aiheuttavat väärinkäsityksiä. Pahimmillaan salailu altistaa niin avustajan kuin avustettavankin hyväksikäyttösyiteille. Asiakkaiden seksuaalisuus ja sen koh-

taaminen pitäisi nostaa rohkeasti esiin myös työyhteisöissä.

– Suosittelen lämpimästi, että seksissä avustamisesta ja ohjaamisesta tehdään kirjallinen sopimus aivan kuten muistakin työtehtävistä. Se on erillinen paperi, työnkuvan määrittely, johon kirjataan, mitä, miksi, miten ja kuka tekee. Silloin se on ammattimaista, turvallista ja läpinäkyvää.

Seksissä avustaminen ei koskaan tarkoita sitä, että hoitaja esimerkiksi tyydyttäisi asiakkaansa käsin tai olisi sukupuoliyhteydessä hänen kanssaan. Selasta ei mikään työ edellytä, eikä selasta voi kukaan vaatia.

SAA KIELTÄYTYÄ

Kenenkään ei pidä joutua tilanteeseen, jossa väkisin ja vastentahtoisesti joutuu avustamaan seksissä. On tärkeää tuntea omat rajansa.

– Seksissä avustamisesta voi kieltäytyä, Tanja Roth sanoo.

Joskus kuulee väitteen, että seksuaalisuus on niin arkipäiväinen asia, että siihen liittyvien työtehtävien pitäisi kuulua ohjaajien työhön samalla tavalla kuin kaupassa käyminen. Roth on eri mieltä.

– Seksuaalisuus on intiimiä, yksityistä ja haavoittuvaakin, eikä sitä mielestäni voi verrata kaupassa käyntiin. Työntantaj ei voi antaa käskyä, että työhön

kuuluu seksissä avustaminen, sillä se on eri asia kuin syömisessä tai pesemisessä avustaminen. Työyhteisössä kannattaa kysyä, ketkä olisivat kiinnostuneita aiheesta ja heille on järjestettävä asiasta koulutusta. Seksissä avustaminen vaatii ymmärrystä siitä, millainen oma seksuaalisuus on. Avustus- ja ohjaamistilanteissa kohtaa myös oman seksuaalisuutensa.

Vaikka seksuaalisuudesta ja sen ilmenemismuodoista puhuttaisiin avoimesti, on yksityisyys tärkeää.

– Vammaisilla, jotka tarvitsevat apua päivittäisissä toimissaan, on usein vähän yksityisyyttä. On hyvä puhua seksuaalisuudesta isommalla joukolla tai vertaistukiryhmän kanssa, mutta on myös tärkeää, että on mahdollisuus puhua kahden kesken esimerkiksi seksuaalineuvojan kanssa ilman, että hoitaja tai avustaja on aina kuulemassa.

Tanja Roth sanoo, että vammaisten, sairaiden ja vanhusten seksuaalisuuteen liittyviä tabuja kannattaa ja täytyy murtaa, jotta seksuaali- ja ihmisoikeudet toteutuisivat meillä kaikilla.

– Koskaan ei voi tietää, ennen kuin on keskustellut ihmisen itsensä kanssa. Pysähdy, kuuntele, ole läsnä, ja puhu asiakkaasta ja hänen kehostaan arvostavasti. ■

TANJA ROTH:
AVUSTA JA OHJAA SEKSISSÄ TURVALLISESTI.
KYNNS RY 2016

ASIAKKAAN SEKSUAALISUUDEN TUKEMINEN

SuPerin mukaan hoitajan oikeudet ja velvollisuudet ovat:

- Lähihoitajan on tiedostettava, että asiakkailla ja potilailla on seksuaalisia tarpeita, jotka pitää ottaa huomioon hoidon suunnittelussa ja toteutuksessa.
- Lähihoitajan on tiedostettava omat seksuaalisuutta koskevat normit ja ennakkoluulot.
- Lähihoitajan on kyettävä puhumaan seksuaalisuudesta asiallisesti ja hienotunteisesti asiakasta kunnioittaen. Tilanteen niin vaatiessa lähihoitajan tulee ohjata asiakas esimerkiksi seksuaaliterapeutille.
- Lähihoitajan tulee ohjata asiakasta kunnioittamaan muiden ihmisten ja hoitajan omaa oikeutta seksuaaliseen koskemattomuuteen.
- Lähihoitajalla ei ole oikeutta eikä velvollisuutta tyydyttää asiakkaan seksuaalisia tarpeita, mutta hänellä on ammatillinen velvollisuus edistää asiakkaan seksuaalisten oikeuksien toteutumista. Tämä voi käytännössä tarkoittaa muun muassa avustamista apuvälineiden hankinnassa ja opastamista niiden käyttöön otossa.

LISÄTIETOJA ANTAVAT SUPERIN ASIAANTUNTIJAT SARA SIMBERG JA SOILI NEVALA

HYVÄ HOITAJA

Millainen hän on?

Ei saa olla ärrimurri

Risto Höglund, 73, on asunut Huhtasuon palvelutalossa Jyväskylässä sen kesäkuisesta aukeamisesta asti. Sitä ennen hän asui Keljon palvelukeskuksessa. Höglundilla on selkeä taivote siirtyä takaisin kotiasumiseen.

Onko uuden talon palvelu hyvää?

– Hoito on hyvää, koska hoitajat ovat hyviä.

Millainen on hyvä hoitaja?

– Hän on ammattitaitoinen. Hänellä on pitkä pinna ja hän on ystävällinen. Huumorintajua hänellä pitää olla. Kaunis ulkomuotoakaan ei ole pahitteeksi... Nämä tytöt täällä jaksavat hymyillä pienestä palkasta huolimatta.

Oletteko koskaan kohdannut huonoa hoitajaa missään?

Olenhan minä joitakin tapauksia vuosien varrella kohdannut, mutta erittäin harvinaista se on. Tällaiset

tapaukset eivät selvästikään ole olleet ammattitaitoisia. He ovat aivan liian varovaisia. Joidenkin luonne ei sovi hoitoalalle, ovat ärrimurreja ja kiukuttelevat asiakkaalle.

Ammattitaidolla on merkitystä?

– Entisessä työssäni opin arvostamaan ihmisten ammattitaitoa. Olin henkilöstöhallinnossa palkkoja tarkastelemassa.

Miten potilas voi auttaa hoitajaa?

– Potilaalla pitää olla omaa tahtoa. Olen päättänyt, että nouden täältä sängystä ja menen vielä kotiin. Jumppari käy kerran viikossa, mutta se on hassua, että näin uuteen taloon ei ole rakennettu kuntoilutiloja eikä uima-allasta.

VIIME KESÄNÄ VALMISTUNEESSA JYVÄSKYLÄN HUHTASUON PALVELUTALON OSASTO NIITTYLÄSSÄ ON ASIAKASPAIKKOJA KAHDEN KERRAN YHTEENSÄ 50.

TEKSTI JA KUVA JUKKA JÄRVELÄ



Hyönteisruoka kelpaisi suomalaisille

Suomesta löytyy voimakasta kiinnostusta hyönteisruokaa kohtaan. Hyönteiset halutaan lautaselle jauhettuna.



Jopa 70 prosenttia kyselytutkimukseen vastanneista suomalaisista ilmoittaa olevansa kiinnostunut hyönteisruoasta.

Vastaava osuus ruotsalaisten keskuudessa hieman alle 40, Tšokeissa 30 ja Saksassa 25 prosenttia.

Puolet suomalaisvastaajista arvioisi ostavansa hyönteisruokaa, jos sitä olisi myynnissä ruokakaupoissa. Kolmannes vastaajista on jo maistanut hyönteisruokaa. ■

Kananmunien maine parani

Kananmunien uskottiin pitkään suurentavan sydänriskejä, koska ne sisältävät paljon kolesterolia. Tutkimustiedon lisääntyessä pelko on osoittautunut turhaksi.

Tuoreen suomalaistutkimuksen mukaan kananmunat eivät myöskään suurennakaan riskiä sairastua dementiaan. Ne saattavat päinvastoin olla hyväksi aivoille.

Itä-Suomen yliopiston tutkimuksessa kananmunien syöminen ei suurentanut riskiä sairastua dementiaan edes 22-vuotisen seurannan aikana. Yhteyksiä ei näkynyt myöskään analyysissa, jossa tarkasteltiin kolesterolin saantia myös muista lähteistä.

Tulokset ovat uusin todiste siitä, että



kananmunat eivät kohtuullisesti käytettynä lisää sydän- ja verisuonitautien ja muiden sairauksien riskiä. On kuitenkin mahdollista, että haittoja ilmaantuu, jos saanti on erittäin suurta. ■

Astma ei estä talviliikuntaa



Allergia- ja astmaliitto muistuttaa, että astmaatikko voi harrasta talviliikuntaa siinä missä muutkin. Liikunta on osa astman hoitoa.

Hengittämistä helpottaa hengitystien suojain tai jo pelkkä huivi. Avaavaa lääkettä voi ottaa ennakoivasti. Mukana kulkeva aerosolisumute kannattaa pitää ihoa vasten, ei kylmässä repussa.

Jos talvikelit eivät houkuta, halliuinti on hyvää pakkasliikuntaa astmaatikolle. ■



JOO PA JOO...

”Valta siirtyy takaisin kansalle.”

YHDYSVALTAIN PRESIDENTTI
DONALD TRUMP
VIRKAAASTUJAISPUHEESSAAN

WWW.UUSISUOMI.FI 20.1.2017

Vertailu

HELMIKUU

Suomessa

17 prosenttia

miehistä tupakoi.

Naisista tupakoi

14 prosenttia.



STM



Lasse ja Hanna viettävät yhdessä HYP-hetkeä. Hanna kuvailee Lassea aurinkoiseksi ja fiksuksi mieheksi, joka nauttii musiikista, englannin kielestä ja hyvästä ruoasta.

Huomioiva yhdessäolo muutti arkea Jyväskylässä

TEKSTI MINNA LYHTY KUVA PETTERI KIVIMÄKI

Jokainen kaipaa vuorovaikutusta toisen ihmisen kanssa. Se on HYP-toimintamallissa perusajatuksena. Jyväskylän Nevakodissa HYPIä sovelletaan siten, että kehitysvammaisille ja autismin kirjon asukkaille tarjotaan kahdenkeskistä aikaa.

Olimme tottuneet tekemään asioita tehokkaasti. Saunotimme asukkaat samana päivänä ja veimme monta asukasta yhtä aikaa lenkille. HYP-toimintamallin avulla ymmärsimme kahdenkeskisen ajan tarjoamisen tärkeyden, lähihoitaja Hanna Rauhala kertoo.

HYP on lyhenne sanoista huomioiva yhdessäoloa päivittäin. Hanna kuuli HYPistä ensi kertaa, kun hän opiskeli tutkinnon osan kehitysvamma-alan erikoisammattitutkinnosta. Hän toi idean yhdessä työkaverinsa kanssa kahdenkymmenen asukkaan Nevakotiin. Työkaverit ja esimies päättivät lähteä mukaan kokeilemaan HYPIä.

Asukkaille tarjotaan heille mieluisia, kahdenkeskisiä hetkiä. Esimerkiksi erään kehitysvammaisen asukkaan kanssa Hanna on lenkkeillyt.

– Asukas on muiden seurassa arka, mutta kun menemme kahdestaan lenkille, juttua riittää vaikka kuinka paljon.

Hoitajat ovat järjestäneet muun mu-

assa pää- ja jalkahierontaa, sanomalehden lukuhetkiä ja aistituokioita, jolloin voidaan haistella erilaisia tuoksuja purkeista tai tunnustella erilaisia materiaaleja. Tekeminen valitaan sen mukaan, mistä asukas pitää.

Yhteisten hetkien ei tarvitse olla pitkiä, vaan jo kymmenen minuuttia saat-
taa riittää. Hoitajan täytyy keskittyä tuokion ajan sataprosenttisesti asukkaaseen. Hannan mukaan tällainen huomiointi vähentää parhaimmillaan häiriökäyttäytymistä.

HYP-toimintamallin kehitti australialainen puheterapeutti Sheridan Forster työskennellessään kehitysvammaisten parissa. HYP-mallia sovelletaan muun muassa ryhmäkodeissa, päivätoimintayksiköissä ja kouluissa.

Mallin taustalla on ajatus siitä, että kehitysvammaisen vuorovaikutustarpeet ja -keinot ovat yksilöllisiä. Riskinä on, ettei hoitaja löydä sopivaa vuorovaikutustapaa. HYP-malli rohkaisee havainnoimaan, miten kehitysvammaisen kommunikoi ja millainen yhdessä-
olo on hänelle mielekästä.

Hanna Rauhala toteuttaa tätä käy-

tännössä. Hän kertoo esimerkin eräästä autismin kirjon asukkaasta, joka ei pysty puhumaan. He viettävät silloin tällöin yhteisiä hyminähetkiä. Hän asettuu asukkaan viereen ja alkaa hymistää.

– Muutan hyminän tasoa ja näen asukkaan ilmeestä, että hän oikein odottaa, milloin hihkaisen. Kun hihkaisen, hän kiljahtaa. Tilanne näyttää varmasti oudolta ulkopuolisen silmissä, mutta se on meidän tapamme olla yhdessä.

Hanna ei enää mieti, että nyt vietetään HYP-tuokio. Kahdenkeskisistä hetkistä on tullut osa arkea. HYP on lisännyt yksilöllistä huomioimista Nevakodissa. Esimerkiksi saunapäivänä kysytään asukkaalta, haluaako hän saunaan yksin vai toisen asukkaan kanssa.

Hanna suosittelee tutustumaan HYP-toimintamalliin ja kokeilemaan sitä muuallakin.

– Mitä useampi työntekijä lähtee mukaan, sitä enemmän koko yhteisö hyötyy. ■



TUTUSTU HYP-TOIMINTAMALLIIN
TARKEMMIN



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

LÄHIHOITAJAOPISEKELIJOIDEN JA OPETTAJIENT OMA TAPAHTUMA!

LÄHIHOITAJA 2017

PERJANTAINA 8.9.
KLO 10–15.30

VAPAA PÄÄSY!

HELSINGIN MESSUKESKUS
KONGRESSISIIPPI

AIHEINA MM.:

Kyllä toi menee vielä ohi!

TRANSNUORI PERHEINEEN
TERVEYDENHUOLLON ASIAKKAANA

**Ota minua kädestä ja kerro,
että kaikki menee hyvin**

LÄHIHOITAJA LÄHIMPÄNÄ KUOLEVAA

Lähihoitaja lääkehoidon osaajana

Motivaatio, tavoitteet, onnistuminen
VERTTI HARJUNIELMI

JUONTAJANA

**JANNE
KATAJA**



NÄYTTIELLEASETIAJA ■ KILPAILUJA ■ SUPERIN ASIAANTUNTIAJAT

LISÄTIELTOJA: OPISKELIAJAT@SUPERLIITTO.FI

www.superliitto.fi



superliitto #lähihoitaja2017



SUPER

Mikä ihmeen haamuvuoro?

Työehtosopimuksen vastainen työvuorosuunnittelu yksityisellä sosiaalipalvelualalla

SuPerin yksityissektorin yksikkö on saanut yhä enemmän yhteydenottoja liittyen työvuorosuunnitteluun. Uusi ilmiö koskee erityisesti jaksotyötä tekeviä, hoivapalveluissa työskenteleviä jäseniämme yksityisellä sosiaalipalvelualalla.

Työntekijöiden keskuudessa ongelmasta käytetään nimeä haamuvuoro. Käytännössä tämä tarkoittaa vuoroa, joka on suunniteltu työvuoroluetteloon toimipaikan henkilöstömitoituksen mukaisesti, mutta kyseiselle vuorolle ei ole etukäteen suunniteltu tekijää. Vuoron tekee lopulta vakituinen täyttä työaikaa tekevä työntekijä, vakituinen osa-aikainen – esimerkiksi 0-sopimuslainen eli 0–115 tunnin työ sopimuksella työskentelevä, jolla ei ole säännön mukaista työtuntitakuuta, tarvittaessa töihin kutsuttava tai työyhteisön ulkopuolelta otettu sijainen, jos joku lyhyellä varoitusajalla saadaan. Pahimmassa tapauksessa vuoro jää kokonaan tekemättä, jolloin samassa haamuvuorossa työskentelevät etukäteen nimeytyt hoitajat joutuvat venymään entisestään.

Yksityisen sosiaalipalvelualan työehtosopimuksen mukaan: *”Työvuoroista laaditaan etukäteen tasoittumisjaksolle työvuoroluettelo, joka on saatettava työntekijöiden tietoon hyvissä ajoin ja vähintään viikkoa ennen kunkin luettelon alkua. Työvuoroluettelo voidaan muuttaa vain sovit- taessa tai työn teettämisedellytyksissä tapahtuvan ennalta arvaamattoman muutoksen takia. Myös viimeksi mainitussa tilanteessa muutoksesta on pyrittävä sopimaan ja siitä tulee ilmoittaa työntekijälle mahdollisimman varhain.”*

Useissa tapauksissa työvuoroluettelo, joka voidaan työehtosopimuksen mukaan suunnitella 3–6 viikon mittaiseksi, on suunniteltu tarkoituksella vajaaksi haamuvuoron avulla. Jos vuoroon ei työnantajan mielestä lähempänä ajankohtaa tarvita ketään, saatetaan vuoro perua kokonaan, vaikka yksikön toimiluvan mukaan henkilöstöä tulisikin olla paikalla nimettyjen hoitajien ja haamuvuoron verran.

Lisäksi työpaikoilla on esimerkiksi loma-aikaan esiintynyt tilanteita, joissa työvoimaa ei ole tarpeeksi saatavilla. Tällöin ollaan myös suunniteltu haamuvuoroja. Kun mitoitus vede-

tään äärimmilleen eikä kokoaikaisesti työskenteleviä käsipareja ole riittävästi, ei edes vuosittain toistuvia poikkeusaikoja, kuten loma-aikoja, pystytä suunnittelemaan järkevästi.

Haamuvuorojen toistuva ja ennakoitu suunnittelu työvuorolistoille ei ole työehtosopimuksen mukainen työn teettämisedellytyksissä tapahtunut yllättävä muutos, jonka perusteella työnantaja voisi muuttaa jo suunniteltuja työvuoroja määräysvaltansa perusteella, jos haamuvuoroon lopulta olisi pakko saada työntekijä omasta työvoimasta. Sen sijaan riittävä henkilöstön määrä ja mitoitus estäisi säännöllisten haamuvuorojen kaltaiset työehtosopimusrikkomukset.

Valmiin 3–6 viikon työvuoroluettelon suunnittelu etukäteen ei pitäisi olla kohtuuton vaatimus, jos halutaan tarjota laadukkaita sosiaalipalveluja jo ennestään rajallisilla henkilöstöresursseilla toimivalla alalla. Hyvä työvuorosuunnittelu on myös työhyvinvoinnin kannalta keskeinen tekijä.

Henkilöstömitoitusten ja taloudellisten tavoitteiden ollessa tiukat, työnantajalle saattaa tulla kiusaus jättää haamuvuoroja listoille siltä varalta, että asukasmäärissä tulee ennalta arvaamattomia muutoksia. Tällainen on esimerkiksi asukkaan yllättävä lääkärissä käynti. Lyhyet yksittäiset poissaolot ovat tyypillisiä eikä niillä pitäisi olla vaiku-

tusta mitoitukseen.

Haamuvuorojen toistuvuus voi käytännössä tarkoittaa sitä, että työvuoroista ei ole annettu työehtosopimuksen edellyttämää työvuoroluettelo viikkoa ennen työvuoroluettelon alkua. Työehtosopimuksen ja asukasturvallisuuden näkökulmasta työntekijöiden tulee olla etukäteen tiedossa. Jos työnantaja rikkoo työehtosopimuksen määräyksiä, voidaan asiassa ryhtyä toimenpiteisiin. Haamuvuorojen tai muiden mahdollisten työehtosopimusrikkomusten osalta ensimmäiseksi tulee olla yhteydessä omaan esimieheen tai muuhun työnantajan edustajaan asian korjaamiseksi. Luottamusmies ja liitto voivat puuttua työehtosopimusrikkomuksiin, jos asia ei yhteisesti keskustelemalla korjaannu. ■

JUKKA PARKKOLA
SOPIMUSNEUVOTTELIJA



IMAGE

Uusi vuosi toi tullessaan heikennyksiä työsuhdeturvaan

Eduskunta hyväksyi viime vuoden lopulla työsopimuslain muutokset, joilla koeajan enimmäiskesto pidennettiin ja työnantajan takaisinottovelvoitteen kesto lyhennettiin. Lisäksi pitkäaikaistyöttömän saa jatkossa palkata määräaikaiseen työsuhteeseen ilman perustelun syy vaatimusta. Muutokset tulivat voimaan 1.1.2017.

Muutosten on tarkoitus parantaa pit-

käaikaistyöttömien työllistymismahdollisuuksia, madaltaa työnantajan työllistämiskynnystä ja lisätä työnantajien kasvuhaluutta. Lainvalmisteluasiakirjoista tosin ilmenee vähintäänkin epäsuorasti, ettei näiden tavoitteiden toteutumisesta ole käytännössä mitään takeita. Pahimmassa tapauksessa työntekijöiden lakimääräisen työsuhdeturvan heikentämisellä tavoitellut hyödyt

jäävätkin täysin saavuttamatta ja muutoksilla ainoastaan luodaan otollista kasvualustaa oikeudellisille tulkintaongelmille, työpaikkojen sisäiselle eriarvoistumiskehitykselle sekä pitkäaikaistyöttömien sosiaaliselle leimautumiselle.

Pitkäaikaistyöttömän saa palkata määräaikaiseksi ilman perustelua syytä. Työsopimus on aiemmin

Kilpailukyky sopimus ja osittainen hoitoraha

Kiky-sopimuksen mukaisesta helmikuun alusta 2017 voimaan tulleesta työajan pidennyksestä on tullut liittoon useita kysymyksiä erityisesti osittaista hoitorahaa saavien osalta.

Kela maksaa kahta erilaista hoitorahaa:

Osittaista hoitorahaa maksetaan 1. ja 2. luokalla olevan lapsen vanhemmalle. Osittaisen hoitorahan edellytyksenä on, että keskimääräinen viikoittainen työaika on lapsen hoidon vuoksi enintään 30 tuntia viikossa. Käytännössä tämä voi tarkoittaa esimerkiksi enintään kuusi tuntista työpäivää tai noin nelipäiväistä työviikkoa. Osittaisen hoitorahan määrä on 96,89 euroa kuukaudessa.

Joustavaa hoitorahaa, 160,80 euroa kuukaudessa tai 241,19 euroa kuukaudessa, voi saada alle 3-vuotiaan lapsen isä tai äiti, jos tekee töitä viikoittain keskimäärin enintään 30 tuntia tai enintään 80 prosenttia normaalista kokopäivätyön työajasta. Joustavan hoitorahan osalta ongelmia voi tulla lähinnä silloin, kun sovelletaan 30 tunnin maksimisäännöstä.

Koska maksimityöaika, 30 tuntia, on laissa määrätty, on käytännössä aiheutunut ongelmia siitä, miten kikyn mukainen työajan pidennys toteutetaan. Sopimuksella ei voida syrjäyttää lain määräyksiä.

Kela on omilla nettisivuillaan ohjeistanut, että kikyn mukaisella työajan pidennyksellä voi olla vaikutusta hoitorahan määrään, mikäli se toteutetaan viikoittaisesta työaika pidentämällä. Jos siis työaika pidennetään yli 30 tuntiin, hoitorahan voi menettää.

Vaihtoehtona työajan pidennykselle on tarjottu palkan

alennusta työajan pidennystä vastaava määrä. Lähihoitajan keskimääräisillä ansioilla menetystä tulisi 1 prosentin verran eli noin 24 euroa kuukaudessa. Palkan alennus on kuitenkin sekin vastoin kikyssä sovittua. Työajan pidennys sovittiin hoidettavaksi ansiotasoa muuttamatta. Kyseessä on siis melkoinen pattitilanne.

Kuntapuolella hoitorahaa saavien tilanteesta on keskusteltu Kuntatyönantajat KT:n kanssa useita kertoja ja yritetty saada asiaa sovittua. Parasta olisi, jos kiky ei sovellettaisi lainkaan näihin tiettyihin erityisryhmiin. Työnantajan kanssa kannattaa siis yrittää sopia, että tilanne säilytettäisiin ennallaan siihen saakka, kunnes työntekijän työaika pitenee täydeksi työajaksi. Emme ole kuitenkaan päässeet asiassa sopuun, vaan Kuntatyönantajat KT ohjeistaa, että joko työajan pidennys tai palkanalennus on tehtävä. Yksityissektorin työehtosopimusten osalta asiasta ei ole myöskään sovittu mitään.

Liiton ohje on, että osittaista hoitorahaa saavien ei tule suostua työnantajan tekemään yksipuoliseen työajan pidennykseen, koska tällöin työntekijä voi menettää osittaisen hoitorahan. Työnantaja ei voi myöskään yksipuolisesti alentaa palkkaa työsopimuksessa sovittusta, vaan alennus voidaan tehdä ainoastaan työntekijän kanssa sopimalla. Jokaisen hoitorahaa saavan tilanne on siis tarkasteltava erikseen ja arvioitava, mitä vaikutuksia Kelan maksamiin etuuksiin työajan pidennyksellä kullekin työntekijälle on. Uusia työsopimuksia ei tule kikyn vuoksi allekirjoittaa.

Tarvittaessa ota yhteyttä omaan luottamusmieheesi.

saatu tehdä määräaikaiseksi vain työ-sopimuslaissa tarkoitetusta perustel-lusta syystä. Muutoksella työ-sopimus-lain ensimmäiseen lukuun lisättiin uu-si säännös, pykälä 3 a, jonka mukaan määräaikaisen työ-sopimuksen tekemi-nen ei enää 1.1.2017 lähtien edellytä perusteltua syytä, jos palkattava hen-kilö on TE-toimiston ilmoituksen mu-kaan ollut työ-sopimusta edeltävän 12 kuukauden ajan yhtäjaksoisesti työttö-mänä. Enintään kahden viikon pituisen työ- tai virkasuhteen ei kuitenkaan kat-sota katkaisevan työttömyyden yhden-jaksoisuutta. Työ-sopimuksen määräai-kaisuutta ei estä myöskään se, että työn-antajalla on todellisuudessa pysyvä työ-voiman tarve.

Pitkäaikaistyöttömän kanssa ilman perusteltua syytä solmittavan määräai-kaisen työsuhteen enimmäiskesto on yksi vuosi. Työ-sopimus voidaan uu-sia vuoden kuluessa ensimmäisen mää-räaikaisen työ-sopimuksen alkamisesta enintään kahdesti. Sopimusten yhteen-laskettu kesto ei kuitenkaan saa ylittää yhtä vuotta. Sopimusten välillä voi siis olla keskeytyksiä tai vaikkapa perustel-lusta syystä tehty määräaikainen työ-sopimus. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että saman työnantajan ja pitkä-aikaistyöttömän välillä voidaan sään-nöksen nojalla tehdä enintään kolme määräaikaista työ-sopimusta, joiden yh-teenlaskettu kesto on korkeintaan yksi vuosi. Viimeisen työ-sopimuksen tulee tällöin alkaa vuoden kuluessa ensim-mäisen työ-sopimuksen alkamisesta. Jos esimerkiksi ensimmäinen puolen vuo-den määräaikainen työ-sopimus alkaa 1.2.2017, voidaan uusi puolen vuoden määräaikainen työsuhte sopia alkavak-si vielä 31.1.2018. Työ-sopimusten yh-teenlaskettu kesto ei tällöin ylitä yhtä vuotta, ja ne ovat alkaneet vuoden pi-tuisen ajanjakson kuluessa.

Työnantajan takaisinottovelvoitteen kesto-aika lyhimmillään vain neljä kuukautta. Työ-sopimuslain 6 luvun 6

pykälän mukaan työnantajalla on vel-vollisuus tarjota työtä irtisanomalleen työntekijälle, jos työnantaja myöhem-min tarvitsee uutta työvoimaa samoihin tai samankaltaisiin tehtäviin, joita irtisa-nottu työntekijä oli tehnyt työsuhteensa aikana. Takaisinottovelvollisuuden edel-lytyksenä on, että työntekijän työsuhe-de on päättynyt taloudellisella tai tuo-tannollisella perusteella taikka yrityssa-neerausmenettelyn yhteydessä. Takaisi-nottovelvollisuuden piirissä ovat vain ne työntekijät, jotka etsivät työtä TE-toi-miston välityksellä silloin, kun työnan-taja tarvitsee lisätyövoimaa. Takaisinot-tovelvollisuus alkaa työsuhteen päätty-essä, eli vasta irtisanomisajan kuluttua.

Aiemmin takaisinottovelvollisuu-den kesto oli yhdeksän kuukautta irtisanotun työntekijän työsuhteen päät-tymisestä. Työ-sopimuslakiin tehtyjen muutosten myötä takaisinottovelvolli-suuden kesto lyhennettiin neljään kuu-kauteen. Takaisinottovelvollisuuden pi-tuus on kuitenkin kuusi kuukautta, mi-käli irtisanotun työntekijän työsuhte oli kestänyt sen päättymiseen mennessä vähintään 12 vuotta. Uusia takaisinot-toaikoja sovelletaan niihin työntekijöi-hin, joiden työsuhte päättyy 1.1.2017 tai sen jälkeen.

Koeajan enimmäispituudeksi kuusi kuukautta. Työ-sopimuslain 1 luvun 4 pykälän mukaan työnantaja ja työn-tekijä voivat työ-sopimuksen tekemi-sen yhteydessä sopia työnteon aloitta-misesta alkavasta koeajasta, jonka ku-luessa työ-sopimus voidaan molemmin puolin purkaa. Koeajan pääsääntöinen enimmäispituus oli vuodenvaihteeseen asti neljä kuukautta.

Koeaika koskeva säännös muut-tui vuoden alussa ensinnäkin siten, et-tä uusiin työ-sopimuksiin voidaan so-pia enintään kuuden kuukauden koe-aika. Määräaikaisessa työ-sopimuksessa koeaika ei kuitenkaan saa kestää enem-pää kuin puolet työ-sopimuksen kesto-sta. Koeaika voidaan jatkossa lisäksi pi-

dentää työntekijän työkyvyttömyyden tai perhevapaan perusteella niin, että kutakin 30 kalenteripäivän poissaoloa kohden koeaika pitenee kuukaudel-la. Lain sanamuodon mukaan koeajan pidentäminen on työnantajan oikeus. Tästä huolimatta säännöstä on tulkitta-va niin, että halutessaan myös työnteki-jä voi vedota koeajan pidentämiseen. ■

PASI HAVIO
LAKIMIES



TYÖNANTAJAN SUUSTA

"Palkka maksetaan sitten kun maksetaan"

EDUNVALVONTAYKSIKÖN YHTEYSTIEDOT

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

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

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

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

SUPERRISTIKKO

Tuuli Rauvola

EI SU- JU- VAA	TAR- ZANILLA				LÄH. LON- TOOTA	SEPÄN HOMMAA	KIKE	NEPTU- NUKSEN KUU	SILMÄT KIINNI						
						LADD									
VESI-						HAALIA ITSEL- LEEN	7								
DY- NAS- TIA						TÄRPIT									
KER- MAT	"1.1."		KEIDAS							KU- KISSA					6
	1														
VALTIO YHTYE												KULLAN KALLIS			
								ASEISSA VIHI PÄÄ- ASIOITA							
RA- HAS- TO					TYÖMAA LAI- NALLA								ANI- MA	ME- NOJA	STA- TUS
SUMP- PU			LUMOT SUDELLA			8			"ARTOT" NIEMI	5					
										PÄÄS- SÄ					To To
JALKOJEN ALLA			KARVA- LAKKEJA												
					SARVETON		9			LAI- TE	TAI- KA				
AN- NET- TUA	2							SANA- SODAT	LOLA SISÄ- MERI						
		TUPPU- RAINEN	JUHLIEN JÄLKEEN PE- RÄSSÄ							TÄLLI	4	NAS- TASE	KUL- LE	KAR- TANO	
						IDO- LEILLA									
					LUU- KULLA?				PLA- RATA						
ISMO				3		POT- KI									
AUH!					LAS- KU					KUKA MITÄ				10	

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

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

Ratkaisijan nimi _____
 Katuosoite _____
 Postiosoite _____

PALAUTETTA VIIME LEHDEN ARTIKKELEISTA

Lehden paras juttu

Mielenkiintoinen työpaikka.

AJATELLAAN AINA KUNTOUTUJAN PARASTA S. 17

Ihanaa yhteistyötä!

AJATELLAAN AINA KUNTOUTUJAN PARASTA S. 17

Kantaa hedelmää myöhemmin.

PUOLUSTAMME LAADUKASTA VARHAISKASVATUSTA S. 28

Hyvä asia, että vanhusten hyvinvointiin laitoksessa panostetaan.

NYT MAALATAAN S. 54

Asiantuntijan mukaansatempaavaa kerrontaa.

LAPINPÖLÖ S. 74

Ajan-kohtaista, tärkeää asiaa.

SUURI MUUTOS HUOLETTAA S. 6

Joku tosiaan haluaisi vanheta rauhassa...

SAUVAKÄVELYSTÄ JA KUOLEMASTA S. 30

Antti Eskolan viisaita ajatuksia huumorilla höystettynä.

SAUVAKÄVELYSTÄ JA KUOLEMASTA S. 30

Tällaisia juttuja on ilo lukea.

VIIVI JA WAGNER NAURATTAVAT JOENSUUSSA S. 47

Ajankohtainen itselleni.

ELÄKEUUDISTUS ASTUI VOIMAAN S. 8

Oli hauska lukea, koska Hanna kirjoitti kaikesta, mitä itsekin olen ajatellut.

MONI KAKKU PÄÄLTÄ KAUNIS S. 59

Ehdottomasti ylivoimainen positiivinen juttu.

HOMMA EI JÄÄ PUOLITIEHEN S. 73

On vaan niin täyttä asiaa koko juttu!

TULOSTA EI REVITÄ HOITAJAN SELKÄNAHASTA S.22

Näin tuntuu kuitenkin tapahtuvan!

TULOSTA EI REVITÄ HOITAJAN SELKÄNAHASTA S.22

Yllättävän vähän kansanedustajia oli ottanut haasteen vastaan.

HOITOHAASTE ETENEE S.21

Tärkeä juttu!

ARVIOINTIMITTARI IÄKKÄIDEN LÄÄKEHOITOON S. 37

Sai innostumaan lisäopiskelusta ja pätkätöistä vakituisen työn metsästämisessä.

UNELMAT ON TEHTY TAVOITELTAVIKSI S. 38



Tasaaänin voittoon

Tammikuun lehden parasjuttukisassa ykkössijan ottivat tasaaänin Minna Lyhdyn *Ajatellaan aina kuntoutujan parasta*, joka kertoi Seija Vainikaisen työvuorosta ja Elina Kujalan *Sauvakävelystä ja kuolemasta*, jossa Antti Eskola puhuu erilaisesta vanhuudesta. Kolmossijalle nousi niin ikään Minna Lyhdyn artikkeli *lääkkäiden lääkitys kuntoon*. SuPer-lehden termosmukin voitti Eija Zitting Pie-lavedeltä. Onnittelut!

Paras juttu?

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

LEHDEN 2/2017 PARAS JUTTU OLI: _____

_____ SIVULLA: _____

MIKSI? _____

NIMI _____

OSOITE _____

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

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



Vastaanottaja maksaa postimaksun

SUPER-LEHTI

Tunnus 5005172

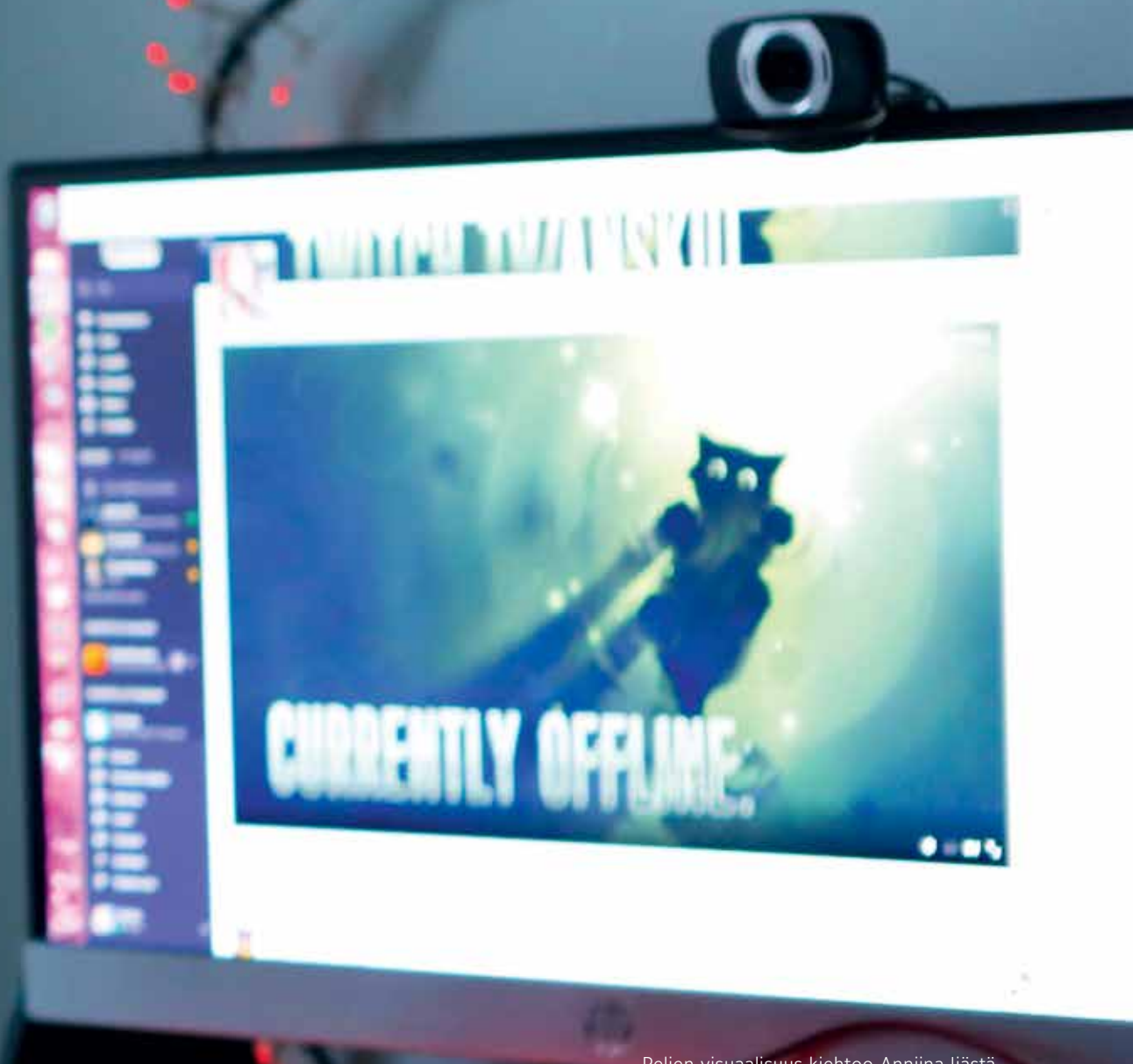
00003 Vastauslähetys



KAIKKI PELAA!

TEKSTI ELINA KUJALA KUVAT MARJO KOIVUMÄKI

Tietokonepelien pelaaminen on hyvä harrastus, josta voi tulla työ. Turkulainen lähihoitaja Anniina Ijäs on yksi Suomen tunnetuimmista naispelaajista.



Pelien visuaalisuus kiehtoo Anniina Ijätä. Hän harrastaa pelaamisen lisäksi valokuvaamista ja piirtämistä.

Turkulainen lähiö näyttää tammikuuisena iltapäivänä sellaiselta kuin suomalaiset lähiöt tammikuussa näyttävät. Harmaa, sohjoinen lumi peittää maan, valkoiset kerrostalot seisovat vierä vieressä mäennyppylällä, männyt huojuvat tuulessa ja ihmiset vaeltavat kadulla kauppakassit käsissään.

Kuudennen kerroksen yksiosä lähihoitaja Anniina Ijäs, 19, on herännyt yövuoron jälkeen päiväunilta. Hän istahtaa tietokoneen ääreen, pistää kuulokkeet päähän ja klikkaa pelin auki. Kohta käynnissä on League of Legends, tuttavallisemmin LoL. Se on verkossa pelattava peli, jossa pelaaja yhdeksä neljän joukkutoverinsa kanssa taistelee fantasiamaailmassa toista joukkuetta vastaan.

– Pelaaminen on minulle tapa rentoutua ja heittää aivot narikkaan. Hyvässä pelissä tarina vie mukanaan samalla tavalla kuin hyvässä kirjassa, hahmoihin kiintyy jollakin tavalla, sanoo Anniina koneen naputtamisen lomassa.

Lähihoitaja Anniina Ijätä ei moni tiedä, mutta nimimerkki Anskuin tuntevat monet. Anskuilla on omat sosiaalisen median kanavansa ja pelaamisen suoratoistopalvelussa Twitchissa 4700 seuraajaa. Hän on yksi Suomen tunnetuimmista naispelaajista.

SOSIAALINEN PIIRI

Anniina kuuluu sukupolveen, joka on kasvanut tietokone- ja konsolipelien maailmassa.

– Pikkutyttönä istuin tuntikausia isän vieressä ja seurasin, kun hän pelasi. Annoin tietysti koko ajan paljon hyviä neuvoja isälle, nauraa Anniina.

Nelisen vuotta sitten pelaaminen muuttui satunnaisesta naputtelusta vakavammaksi harrastukseksi.

– Seurustelin pojan kanssa, joka harrasti pelaamista. Minä valitin ainaisenesta koneella istumisesta, kunnes poikaystävä ehdotti, että kokeile sinäkin. ►

Anniina kokeili ja innostui.

– En tuntenut yhtäkään pelaavaa tyttöä. Kynnys ryhtyä pelaamaan oli aluksi korkea. Mietin, osaanko mitään ja ovatko kaikki muut kauhean hyviä. Minut otettiin kuitenkin hyvin vastaan, kun kerroin muille, että olen aloittelija. Sain nopeasti pelikavereita.

Anniina pelaa online-pelejä, joita pelataan verkossa yhdessä muiden eri puolilta maailmaa olevien pelaajien kanssa. Pelaaminen on Anniinalle ennen kaikkea sosiaalista, vaikka kaikki tapahtuu-kin omassa kodissa, oman tietokoneen ja näytön ääressä.

Teini-iässä, ennen peliharrastusta, Anniina tunsu usein olevansa vähän erilainen ja ulkopuolinen. Nuorten elämä pyöri pitkälle pussikaljojen ja kotibi-
leiden ympärillä, mutta Anniina ei ole koskaan tykännyt juoda.

– Minulla oli pari koulukaveria, mutta kun rupesin pelaamaan, sosiaalinen piiri laajeni hetkessä. Noista pelaamisen alkuajoista jäljellä on yhä pari läheistä ystävää, joiden kanssa pidän säännöllisesti yhteyttä, vaikka he asuvat ihan toisella puolella Suomea.

KUIN OMA TALK SHOW

Kun Anniina pelaa verkossa, hän usein myös streemaa omaa pelaamistaan.



Pelaaminen vie tunteja päivässä, mutta joka päivä Anniina ei avaa konetta.

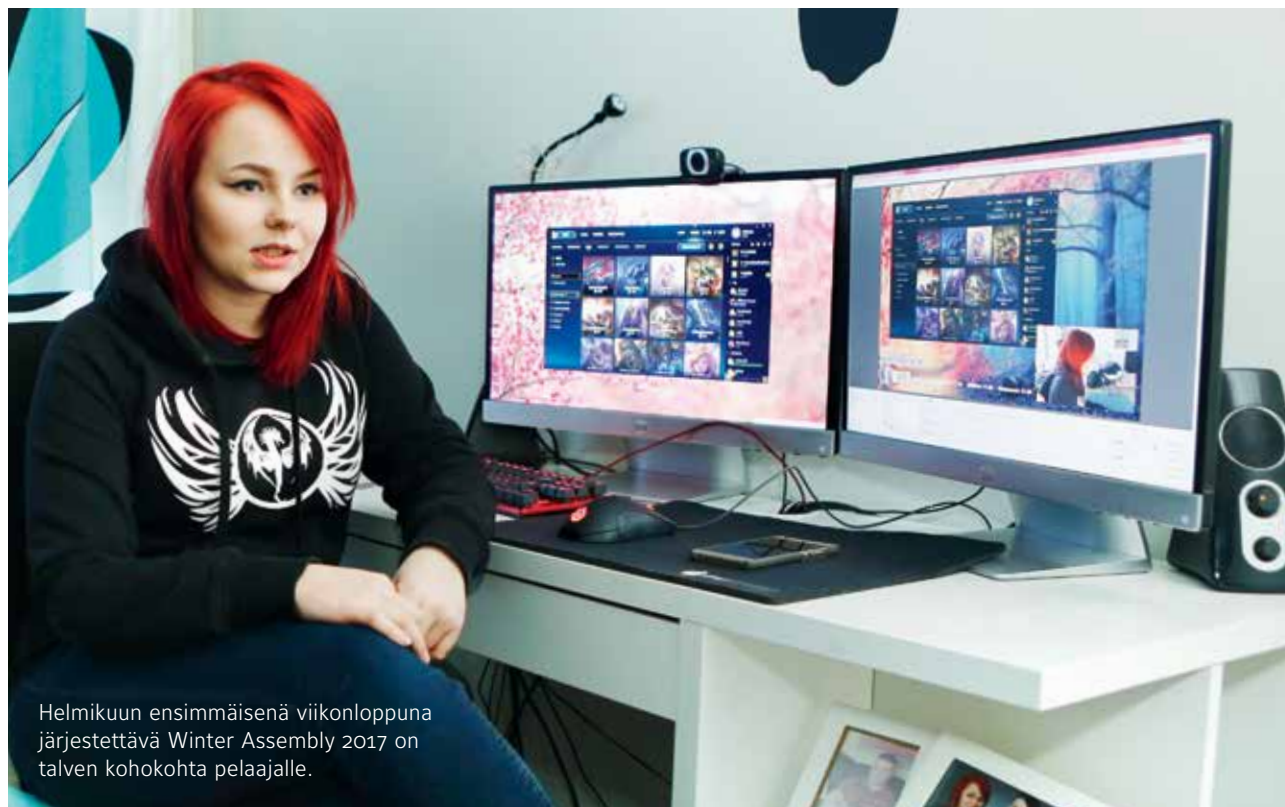
PELAAMINEN ON ANNIINALLE ENNEN KAIKKEA SOSIAALISTA.

– Olen kirjoittanut blogeja ja tehnyt videoita Youtubeen, mutta innostus on aina laantunut ajan kuluessa. Streemamisesta löysin sen oman juttuni.

Streemaaminen tarkoittaa sitä, että muut pelaajat voivat seurata Anniinan pelaamista liveinä omalta koneeltaan. Näytöllä on kuva pelin etenemisestä sekä pienempi ruutu, jossa näkyy Anniinan oma kuva web-kameran välittämä-

nä. Streematussaan hän juttelee samalla chatissa seuraajiensa kanssa, pelaa yhdessä heidän kanssaan, ja antaa joskus yleisönsä valita taustalla soivan musiikin tai pelin, jota pelaa. Välillä hän saattaa järjestää arvonnallisia seuraajilleen.

– Streemaaminen on vähän niin kuin olisi oma talk show. Vuorovai-
kutuksen yleisön kanssa on tärkeää. Aika usein seuraajien joukossa on lähihoita-



Helmikuun ensimmäisenä viikonloppuna järjestettävä Winter Assembly 2017 on talven kohokohta pelaajalle.

jiakin, sosiaali- ja terveysalalla työskentelevät pelaavat paljon. Olen suorapuheinen ja avoin, jaan asioita katsojien kanssa, ja eläydyn voimaakkaasti peliin. Välillä ärräpäätt lentävät, Anniina naurahtaa.

Suoruus ja räväkkyys ovat Anniinan vahvuuksia. Kukaan ei jaksaisi seurata kovin kauan streemia, jossa pelaaja on hiljaa ja välinpitämätön.

Anniina on vilpittömän kiitollinen ja innoissaan yleisöstään.

– Kun huomaa, että vau, paikalle saapui viidessä seuraaja, niin tunne on huikea. Mietin, että mistä nämä ihmiset oikein tulevat!

HOITAJAN KOULUTUKSESTA HYÖTYÄ

Pelaavien tyttöjen määrä kasvaa koko ajan, mutta vakavasti pelaamista harrastava nuori nainen on edelleen poikkeus poikien porukassa.

– En oikein tykkää gamer girl -nimityksestä, jolla pelaavia tyttöjä joskus pelipiireissä kutsutaan. En halua tehdä sukupuolestani mitään numeroa, enkä tuo tyttöyttäni esille. Keskityn vain pelaamiseen ja nautin siitä.

Anniina ei koe, että hän olisi sukupuolensa takia joutunut pelipiireissä syrjityksi.

– Vaikka aina tietysti löytyy joku, jonka mielestä streemaan vain saadakseni huomiota tai jonka mielestä streemiani katsotaan vain siksi, että olen tyttö. Jos pelissä on voice chat, jossa jutellaan muiden pelaajien kanssa, joku saattaa kysyä, että häh, oletko sä kolmetoistavuotias vai tyttö, sanoo Anniina.

Pääosin Anniinan saama palaute on positiivista. Ikävien kommenttien hän antaa mennä ohi.

– Lähihoitajan koulutuksesta on hyötyä. Opinnot ovat antaneet paljon työkaluja erilaisten ihmisten kohtaamiseen. Hankalat ihmiset ovat hankalia kaikkialla. Sosiaaliset taidot ovat tärkeitä. Ja internetihän on täynnä ihmisiä, joilla on todella huonot sosiaaliset taidot, vurnistaa Anniina.

ASSYT VUODEN KOHOKOHTA

Kun tämä lehti ilmestyy, Anniina valmistautuu peliharrastajan vuoden kohokohtaan.

– Helsingin Messukeskuksessa järjestettävä Winter Assembly 2017 on tapahtuma, johon tuhannet peliharrastajat kokoontuvat pelaamaan yhdessä viikonlopun ajaksi. Ihmiset tuovat mukanaan omat koneensa ja yöpyvät paikan päällä lattiamaajoituksessa. Assyillä järjestetään ammattilais- ja harrasteturnauksia, ja siellä on esillä pelialan yrittäjiä ja laitemyyjiä, kertoo Anniina.

Anniinan poikaystävä Juuso Lamminpää harrastaa elektronista urheilua tosimelellä. Hän pelaa puoliammattilaisena Counter-Strike-peliä ja osallistuu Assyillä turnaukseen oman joukkueensa kanssa, jota Turun kaupunki sponsoroi.

– On kiva päästä pelaamaan, mutta ennen kaikkea menen Assyille tapaamaan tuttuja ja streemini seuraajia.

Anniina ei itse haaveile ammattimaisesta elektronisen urheilun urasta, vaikka sellainen Suomessakin olisi jo mahdollista.

– Mutta olisi mukavaa, jos streemauksen kautta saisin kutsuja pelitapahtumiin ja ehkä vähän sivutulojakin. Erityisesti haaveilen siitä, että pääsisin puhumaan nuorten puolesta, murtamaan ennakkoluuloja ja vaikuttamaan vanhempien mielipiteisiin. Pelaaminen on ihan yhtä hyvä harrastus kuin mikä tahansa muukin. ■



KUKA: Anniina Ijäs, 19 vuotta

ASUU: Kotoisin Oulusta, asuu nykyään Turussa.

TÖISSÄ: Pitkäaikaisvuodeosastolla Kurjenmäkikoti 1:ssä. Viihtyy vanhustyössä, mutta toivoo tulevaisuudessa työllistyvänsä oman osaamisalansa pariin päihde- ja mielenterveystyöhön.

MISTÄ TUNNETAAN: Pelaa aktiivisesti online-tietokonepelejä ja streemaa pelaamistaan. Yksi Suomen tunnetuimmista naispelaajista.

PALJONKO PELAA: 5–20 tuntia päivässä. On myös paljon päiviä, jolloin ei avaa konetta ollenkaan.

SUOSIKKIPELIT: League of Legends, Counter-Strike, World of Warcraft, The Elder Scrolls.

MUUT HARRASTUKSET: Piirtää, valokuvaa, liikkuu luonnossa, laulaa. Oma hevonen, joka tosin tällä hetkellä on muualla ylläpidossa ajanpuutteen vuoksi.

TÄMÄN HALUAN SANOA: Vanhemmat, antakaa lastenne pelata! Pelaaminen on edullinen harrastus, joka kehittää sosiaalisia taitoja, kielitaitoa, keskittymiskykyä ja hienomotoriikkaa. Monet suhtautuvat pelaamiseen lähtökohtaisesti negatiivisesti, vaikka parempi olisi kiinnostua ja tutustua pelien maailmaan yhdessä nuoren kanssa.

Nimi: _____

Jäsennumero: _____

Henkilötunnus: _____

MAKSUTON PALAUTUSOSOITE:

SUPER RY / Jäsenyksikkö

Tunnus 5005173

00003 VASTAUSLÄHETYS

TILAUS:

- ☐ Tilaan jäsenmaksuviitteet alkaen (pvm) ____ . ____ . ____
- ☐ Tilaan ammattimerkin: lähihoitaja (12,50 €) ☐ perus- tai apuhoitaja (20,00 €) ☐ muu koulutus (8,40 €) ☐ (Hintoihin lisätään postikulut.)
- ☐ Tilaan jäsenmaksun perintävaltakirjoja: _____ kpl
- ☐ Tilaan liittymislomakkeita: _____ kpl
- ☐ Tilaan uuden jäsenkortin

MUUTOS:

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 _____

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

☐ haluan säilyttää eläkeläisjäsenenä työttömyyskassan jäsenyyden (90 €/vuosi)

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

Eroamisen syy (ei pakollinen): _____

JÄSENMAKSUVAPAUTUS:

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

- ☐ palkattomalla sairausvapaalla ☐ kuntoutustuella ☐ kokoaikainen työkyvyttömyyseläke
- ☐ palkattomalla äitiys- tai isyysvapaalla ☐ hoitovapaalla/kotihoidontuella
- ☐ ollut työttömänä (Kelan työttömyyskorvaus). Ilmoita työttömyysjakso takautuvasti.

TERVEISET SUPERILLE:

YHTEYDENOTTOPYyntö:

Haluan, että minuun otetaan yhteyttä.

☐ Sähköpostitse. Sähköpostiosoite: _____

☐ Puhelimitse. Puhelinnumero: _____

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

Allekirjoitus: _____ Päiväys: ____ . ____ 20____



PALKATTU TAPPAJA?



Otsikko on, myönnettäköön, tarkoituksella raflaava. Toisaalta, kun asiaa tarkastellaan lähemmin, voikin olla, ettei se niin täydellisen liioiteltu olekaan.

Hoitoalallahan joka ikinen bakteeri- ja virusinfektio herkästi kiertää hoidettavasta ja hoitajasta toiseen. Niin me nöyrästi vuodesta toiseen niiskutamme flunssat, kurjistumme influenssan kourissa ja puhumme norjaa posliinille noron ollessa vuorossa. Vaikka kuinka noudatamme hyvää hygieniää, otamme rokotteet ja lähes kylvemme käsi-desissä, niin kyllä se sairastupa meistä lähes jokaista kutsuu epidemioiden ollessa pahimmillaan.

Valitettavasti aivan liian moni meistä hoitajista on tunnettu myös kiltteystään ja lojaaliudestaan työyhteisöään kohtaan. Sitä vain liian helposti itsekin ajattelee, että kyllä minä nyt tämän vuoron vielä jaksan, vaikka lenssua pukkaa ja askel painaa kuin punteissa olisi tonni lyijyä. Tuttu tarina monelle lienee, että aamulla kotona arpoo jaksako mennä iltavuoroon vai pitäisikö suosiolla jäädä vällyjen väliin. Moni silti lähtee töihin, etenkin jos seuraavina päivinä on vapaata luvassa, ajatellen että kyllä se siitä. Aivan liian moni ajattelee, ettei ole tarpeeksi kipeä, jos kuume ei nouse – vaikka se mikään virallinen sairastamisen mittari ei todellakaan edes ole.

Vanha vitsi siitä tunnollisesta työn-

tekijästä, joka sairastaa vapailla, ei ole pelkkää huulenheittoa sekään. Ei haluta jättää työkavereita pulaan, vallankin, kun lottovoitto alkaa olla nykyään melkein isompi todennäköisyys kuin sijaisen saanti lyhyellä varoitusaajalla.

Usein ei tulla ajatelleeksi, että kipeänä töihin meneminen ei itse asiassa olekaan niin puhtaan epäitsekäs ja jalo teko kuin voisi luulla. Pahimmasa tapauksessa kipeänä työskentelevä hoitaja saattaa vuoronsa aikana tartuttaa useita muita henkilöitä työyhteisössään ja asiakaskunnassaan.

Perusterve hoitaja saattaa esimerkiksi influenssasta päästä vielä vähällä, mutta entäs ne vanhukset vanhainkodissa tai sairaat sairaaloissa? Heille se ”ihan tavallinen influenssa” voi olla viimeinen niitti ja kutsu kukkeammille niityille. Lisäksi melkoinen kaaos saadaan henkilökunnan keskuudessakin aikaan,

kun yksi toisensa perään tartunnan saatuaan kaatuu pois rivistä.

Isoin stressi sairastumisesta taitaa koskea pätkätyöläisiä ja keikkalaisia. Paineet töiden jatkumisesta ovat kovat ja koko ajan saa olla antamassa itsestään hyvää kuvaa, jotta palkattaisiin toistekin. Mutta hinta tästä on kova infektioiden tartuttamisen ja viattomien ihmisten altistamisen muodossa.

Muistetaanhan, ettei altisteta muita, jos itse olemme kipeänä. Emme kaisentään halua palkkaamme pahimmasa tapauksessa jonkun muun hengen kustannuksella? Ja ei, se ettei ole kuumetta ei ole mikään mittari!

Jos olet kipeä, huolehdi itsestäsi ja muista. Jää ajoissa kotiin. ■



LISÄÄ HANNAN AJATUKSIA LÖYDÄT HÄNEN BLOGISTAAN

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



JOONAS VÄÄNÄNEN

Työttömyyskassa tutki osaamistaan:

Asiakkaat tyytyväisiä kassan toimintaan

Super työttömyyskassa teetti yhteistyössä Innolink Research Oy:n kanssa tutkimuksen, jonka tavoitteena oli selvittää asiakkaiden tyytyväisyyttä kassan toimintaan. Lisäksi työttömyyskassan henkilöstö teki itse-arvioinnit.

Tutkimus toteutettiin puhelinhaastatteluina asiakkaille ja sähköisenä kyselynä henkilöstölle loka-marraskuussa 2016.

Tutkimus perustuu 983 asiakasvastaukseen, 20 henkilöstön itsearviointiin sekä seuranta-aineistoon vuodelta 2014.

SUOSITTELUTODENNÄKÖISYYS KORKEA

Asiakkaista 96 prosenttia on jo suositellut tai voisi lämpimästi suositella Super työttömyyskassan jäsenyyttä tuttavilleen.

Suosittelun tulos on parantunut merkittävästi edellisestä tutkimuskerrasta, sillä jo suositelleiden osuus on lisääntynyt 9 prosenttia.

Innolink Researchin toimitusjohtaja Pekka Vuorela kehuu tulosta.

– 96 prosentin suositelu on erittäin korkea Innolinkin vertailukantaan nähden ja se kertoo palvelun erinomaisesta tasosta.

– Super työttömyyskassa on tehnyt määrätietoista kehittämistyötä asiakastyytyväisyyden hyväksi ja tämä näkyy. Jokaisen mittauksen jälkeen olemme yhdessä pitäneet valmennuksen, jossa on asetettu tavoitteet tulevalle.

SÄHKÖISEN ASIOINNIN MERKITTÄVYYS NOUSUSSA

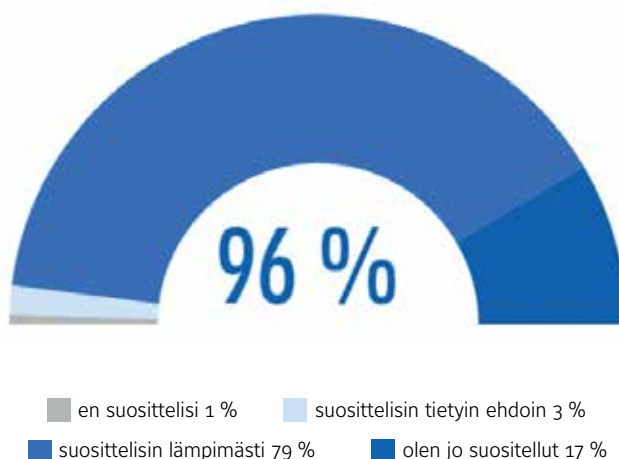
Jopa 88 prosenttia asiakkaista on käyttänyt sähköistä asiointikanavaa ja 82 prosenttia on asioinut puhelimitse.

92-prosenttisesti tapauksista kassa ratkaisi ongelmatilanteen yhdellä asiointikerralla, vain 8 prosenttiin tapauksista tarvittiin useampia asiointikertoja. Nämä useamman asiointikerran tapaukset kasaantuivat tietyille työttömyysprofileille.

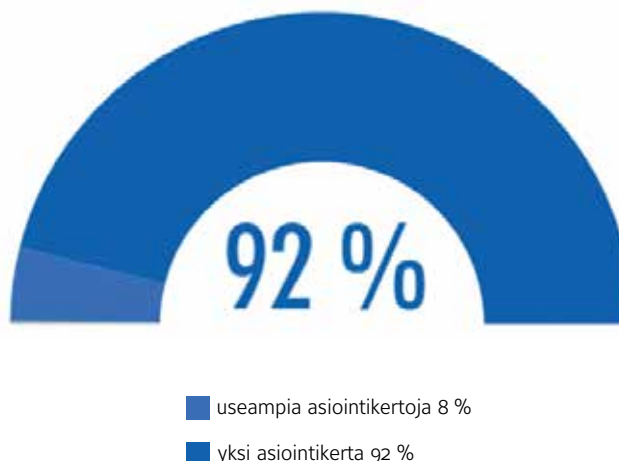
TYYYTYVÄISYYS TOIMINTAAN KORKEA

Tyytyväisyys SuPer työttömyyskassan toimintaa on edelleen

SUOTTELISITKO KASSAN JÄSENYYYTÄ TUTTAVILLE?



KUINKA MONELLA ASIOINTIKERRALLA ASIASI RATKESI KASSASSA?



korkealla tasolla, vaikka sekä asiakkaiden että henkilöstön tyytyväisyys kassan eri toiminnan tekijöihin on hieman laskenut edellisestä tutkimuskerrasta.

Merkittävänä haasteena nähtiin hakemusten käsittelyajan pidentyminen. Asiakkaiden tyytyväisyys kokonaisuudessaan on pysynyt ennallaan ja he antoivat työttömyyskassalle kokonaisarvosanaksi 4,2 asteikolla 1–5.

Henkilökunta näkee, että haasteita on ollut lähinnä tietojärjestelmämuutoksiin liittyen. Muutoksilla on ollut selkeä vaikutus käsittelyaikaan ja asiakastytytyvyyteen.

Kehittämispisteet ovat hyvin tiedossa, ja henkilöstöllä on vahva tahtotila edelleen kehittää sekä asiakaspalvelua että omaa osaamistaan niin tietojärjestelmien kuin muidenkin työn edellyttämien vaatimusten osalta.

Myös tietojärjestelmien kehittämistyötä Super työttömyyskassan tarpeita vastaaviksi tehdään yhdessä järjestelmätoimittajan kanssa jatkuvasti.

JOHTAJA TYYTYVÄINEN

Super työttömyyskassa johtaja Stefan Högnabba lupaa lisää kehitystyötä.

– On hienoa huomata, että asiakkaat ovat edelleen tyytyväisiä palveluumme.

– Pientä pudotusta on havaittavissa joillain palvelun osa-alueilla, mutta tähän vastaamme kehittämällä edelleen sähköistä palvelumallia, jonka merkitys on jatkuvassa kasvussa. Uskon, että jatkossa palvelumme kokonaisuudessaan kehittyy entistäkin asiakaslähtöisemmäksi. ■

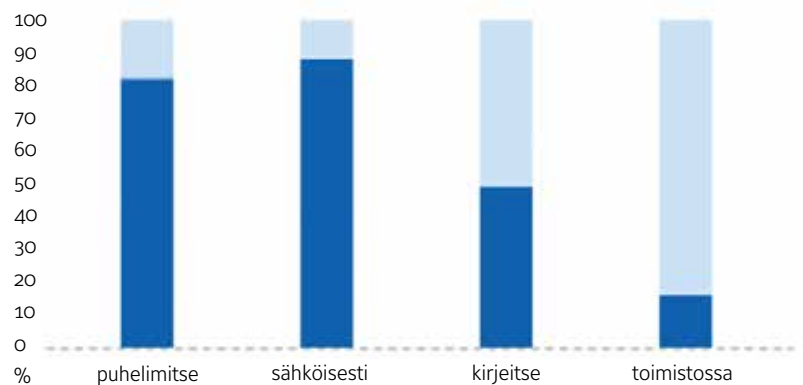
KASSAN KOKONAISARVOSANA

5=PARAS, 1=HUONOIN



KÄYTETTY ASIOINTIMUODOT

kyllä
ei



Työn vastaanottoon tiukennuksia

Työttömyysturvan ehtojen tiukennuttua työttömällä on, päivärahaa saadakseen, kolmen kuukauden ammattitaitosuojan päätyttyä velvollisuus ottaa vastaan myös sellaista kokoaika-työtä, jonka palkka työn vastaanottamisesta johtuvien kustannusten jälkeen on pienempi kuin hänen saamansa päiväraha. Kieltäytymisen seurauksena määrättävältä 90 päivän korvauksellomalta ajalta, eli karenssilta, voi välttyä aloittamalla uuden työn ennen karenssin alkua. Karenssi alkaa 30 päivän kuluttua kieltäytymisestä.



HAKEMUSTEN POSTITUSOSOITE:

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



Otetaan rennosti!



Tohtisiko sitä pulahtaa?



Ihanaa yhdessäoloa.

Loma-asunnot haussa kesäkaudeksi

SuPerin loma-asunnot ovat jäsenistön haettavissa ajanjaksoksi 28.4.–4.11.2017. Jos samalle viikolle on useampi hakija, suoritamme hakijoiden kesken arvonnän. Etusijalla ovat jäsenet, jotka eivät ole aikaisemmin vuokranneet loma-asuntoja tai saaneet SuPerin lomatukeyä. Loma-asunnot vuokrataan viikon jaksoissa. Vaihtopäivä on joko perjantai tai lauantai. Vuokra sisältää huoneiston vapaan käytön, liinavaatteet (lukuun ottamatta Nauvoa), takkapuut ja vaihtosiivouksen.

LEVITUNTURI/Levin Länsihovi on 130 neliön paritalohuoneisto. Vuodepaikkoja on 8 henkilölle. Vaihtopäivä lauantai

Hinta: vkot 18–35, 39–44 500 €/vko
vkot 36–38 700 €/vko

LEVITUNTURI/Levin Ilveshovi on 130 neliön paritalohuoneisto. Vuodepaikkoja on 8 henkilölle. Vaihtopäivä lauantai. Ei lemmikkieläimiä.

Hinta: vkot 18–35, 39–44 500 €/vko
vkot 36–38 700 €/vko

YLLÄSTUNTURI/Huilinki on kelo-paritalo, jossa on kaksi 43 neliön parvelliä huoneistoa. Vuodepaikkoja on 4+2 henkilölle. Vaihtopäivä lauantai. A-puolelle ei lemmikkieläimiä.

Hinta: vkot 18–35, 39–44 350 €/vko
vkot 36–38 500 €/vko

RUKATUNTURI/Ruska-Ruka on 116 neliön päätyhuoneisto kelorivitalossa. Vuodepaikkoja on 10 henkilölle. Vaihtopäivä perjantai.

Hinta: vkot 18–35 500 €/vko
vkot 36–38 700 €/vko

PUUMALA/Äimänkäki on 150 neliön huvila Saimaan rannalla. Vuodepaikkoja on 8+2 henkilölle. Vaihtopäivä perjantai. (viikot 18–22 rakennustöitä)

Hinta: vkot 23–24, 32–38 550 €/vko
vkot 25–31 700 €/vko
vkot 39–44 400 €/vko

PUUMALA/Pikku-äimä on 73 neliön huvila Saimaan rannalla. Vuodepaikkoja on 6 henkilölle. Vaihtopäivä perjantai. Ei lemmikkieläimiä. (viikot 18–22 rakennustöitä)

Hinta: vkot 23–24, 32–38 450 €/vko
vkot 25–31 500 €/vko
vkot 39–44 300 €/vko

NAUVO/Villa Etel on 100 neliön huvila Kälön saarella. Vuodepaikkoja on 4+2 henkilölle (ei liinavaatteita). Vaihtopäivä perjantai. Ei lemmikkieläimiä.

Hinta: vkot 18–24, 32–38 450 €/vko
vkot 25–31 500 €/vko
vkot 39–44 300 €/vko

VIERUMÄELLÄ Heinolassa on lisäksi varattavissa 65 neliön Loma-aika-huoneistoja. Vuodepaikkoja on 6 henkilölle. Ei lemmikkieläimiä. Varaukset Holiday Club -varauskanavan kautta!

Hinta: vkot 18–21, 23–25, 36–43 400 €/vko,
pe–ma tai ma–pe 250 €

KALLION KAKSIO HELSINGISSÄ, Kallion kaupunginosassa on 40 neliön kaksio, jossa on tilaa neljälle henkilölle. Liinavaatteet ja siivous eivät sisälly vuokraan. Kaksio on varattavissa kesäkuusta elokuuhun kolmen tai neljän päivän jaksoissa, vaihtopäivä joko maanantai tai torstai. Vuokra on 60 €/vrk. Haku kesäajalle nettisivujen hakulomakkeella. Muuna kuin kesäaikana asuntoa vuokrataan muutaman vuorokauden jaksoissa. Varaukset puh. 09 2727 910.

Loma-asuntojen kuvat, esittelyt ja hakulomake löytyvät osoitteesta www.superliitto.fi (kohdasta Jäsenyys > Jäsenedut > SuPerin loma-asunnot). **Haku päättyy 28.2.2017.** Lähetämme loma-asunnon saaneille ilmoituksen viimeistään viikolla 14.

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



Valitse ja
SuPer -lomaile
missä haluat

KATINKULTA, GOLFHARJU	2+2:lle, vkot 23, 24, 26–28, 30–32 400 € /vko
KATINKULTA, KATINKULLAN KIINTEISTÖT	4+2:lle, vkot 27–29 500 € /vko
HIMOKSEN TÄHTI	4+2:lle, vkot 26–30 500 € /vko
AIRISTO, KUUNARI	6+2:lle, vkot 35, 41, 43 400 € /vko
TAMPEREEN KYLPYLÄ	2+2:lle, vko 25, 40 200 € /vkonloppu (3 vrk, pe–ma) tai arki (4 vrk, ma–pe) 4+2:lle, vkot 27, 31, 42 250 € /vkonloppu (3 vrk, pe–ma) tai arki (4 vrk, ma–pe) 6+2:lle, vko 36 300 € /vkonloppu (3 vrk, pe–ma) tai arki (4 vrk, ma–pe)
NAANTALI SPA RESIDENCE	allergiahuoneisto 2+2:lle, vko t 26, 28–31 250 € /vkonloppu (3 vrk, pe–ma) tai arki (4 vrk, ma–pe)
SAIMAA, RANTAPUISTO	4+2:lle, vkot 23–36, 42, 43 500 € /vko
VIERUMÄKI	4+2:lle, vkot 18–21, 23–25, 36–43 400 € /vko 250 € /vkonloppu (3 vrk, pe–ma) tai arki (4 vrk, ma–pe)

HAKUAIKA lomaviikoille 18–44/2017 alkaa 1.2.2017 ja päättyy 28.2.2017. Arvonta suoritetaan 2.3.2017. Tuloksista ilmoitetaan kaikille osallistuneille sähköpostitse arvonnän jälkeen.

HAE LOMAA SuPerin nettisivuilta www.superliitto.fi > jäsenyys > Holiday Club -lomaviikot tai suoraan osoitteesta holidayclub.fi/yrityspalvelu (käyttäjätunnus ja salasana löytyvät SuPerin nettisivuilta).

LISÄTIEDOT: Holiday Club Yrityspalvelu
puh. 030 687 0400, arkisin klo 9–15.

Holiday  *Club*

Sote-uudistus tulee – päivitä sähköpostiosoitteesi!

Sote-uudistus muuttaa monta asiaa. Valvomme etujasi myllerryksen keskelläkin. Jotta saat kaiken tarvitsemasi avun, yhteystietojesi pitää olla ajan tasalla. Varmista nyt, että Sinulla on SuPerin jäsenrekisteritiedoissa toimiva ja käytössä oleva henkilökohtainen sähköpostiosoite tai matkapuhelinnumero. Niillä kirjaudut myös uuteen, tänä vuonna julkaistavaan sähköiseen jäsenpalveluumme.

Kirjaudu sivulla www.superliitto.fi omiin tietoihisi.

KIRJAUDU JÄSENSIVUILLE



Sisäänkirjautuminen

Käyttäjätunnus

Salasana

Sisään

Käyttäjätunnus on jäsennumerosi, joka löytyy esimerkiksi jäsenkortistasi. Salasanasi on se, minkä olet itse valinnut palveluun ensimmäistä kertaa kirjautuessasi. Jos et ole koskaan kirjautunut, salasanasi on henkilötunnuksesi, jonka jälkeen järjestelmä pyytää vaihta-

maan salasanan. Jos olet unohtanut salasanasi, klikkaa tästä -painikkeesta saat tarvittaessa uuden salasanan. Kun olet kirjautunut, klikkaa kohtaa Lisää/korjaa sähköpostiosoitteesi ja sen alta kohtaa Päivitä.

Päivitä tietojasi »

Omat tiedot

Päivitä yhteystietojasi

Voit ilmoittaa sähköpostisi myös verkkolomakkeella, joka löytyy Jäsenyys > Jäsentietojen päivitys tai sähköpostilla jasenrekisteri@superliitto.fi



SUPER

LÄHIHOITAJA- OPISKELIJA, LIITY SUPERIIN!

Lähihoitajien oman liiton opiskelijajäsenenä saat maksutta:

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

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



www.superliitto.fi



facebook.com/superliitto



Twitter ja Instagram @superliitto

OLETKO EHDOLLA KUNTAVAALEISSA?



SuPer kannustaa jäseniään lähtemään ehdolle ja vaikuttamaan päätöksentekoon. Ehdokkaiden on jätettävä ehdokashakemukset viimeistään 28.2. Ehdokasasettelu vahvistetaan 9.3.

SuPerin verkkosivuilla avattiin tammikuussa Kuntavaalit 2017 -teemasivusto, jolle kootaan tietoa SuPerille tärkeistä teemoista ja vaalimateriaalia. Lisäksi sivustolla kannustetaan äänestämään superilaista ehdokasta.

Teemasivustolla julkaistaan myöhemmin kaikista superilaisista, määräaikaan mennessä tietonsa toimittaneista ehdokkaista perustiedot, kuva ja linkit mahdollisille vaalisivuille sekä -blogeihin.

Ehdokkaan tulee ilmoittaa tiedot itse maaliskuussa liiton verkkosivuilla avautuvalla sähköisellä lomakkeella, joka aukeaa vasta ehdokasasettelun päätyttyä. Seuraa verkkosivuja!

SuPer tuottaa ehdokkaille jaettavaksi vaaliflyerin

VARHAISKASVATUS

vanhustenhoito
TURVALLISUUS TYÖLLISYYS
kotikunnan talous
ja velkaantuminen

TERVEYSPALVELUT
tekniset palvelut **SOTE**

sekä muuta jaettavaa materiaalia. Lisätietoja järjestötiimistämme anne.kisonen@superliitto.fi

Ota yhteyttä ammattiosastoosi

Ehdokkaita rohkaistaan käyttämään vaali-työssään myös ammattiosastonsa verkkosivuja. Niistä saat lisätietoa ammattiosastostasi.



Mistä hyvä vanhustyö koostuu?

Hoivan arvoiset -kiertue pureutuu vanhustyön ja hoivan tilaan

SuPer järjestää vuonna 2017 Hoivan arvoiset -kirjaan perustuvan kiertueen useammalla paikkakunnalla eri puolilla Suomea.

Vuorovaikutteisissa keskustelutilaisuuksissa pohditaan, kuka on hoivan arvoinen ja mistä hyvä vanhustyö koostuu. Paneelissa kohtaavat niin vanhustyöntekijät, virkamiehet, poliittiset päättäjät, kansalaiset kuin tutkijatkin.

Superilaiset kokoontuvat tilaisuuksien päätteeksi jäseniltaan. Seuraa ilmoittelua SuPer-lehdessä, liiton nettisivuilla ja Facebookissa.



SuPerin jäsenten vaali-ilmoitukset

SUPER-LEHDESSÄ ei 2017 kuntavaalien alla julkaista superilaisten ehdokkaiden ilmaisilmoituksia. Ilmoitukset ohjataan liiton Kuntavaalit 2017 -sivustolle, ja jäsenen toivotaan hyödyntävän myös oman ammattiosastonsa nettisivuja mainonnassaan.

LEHDESTÄ VOI varata maksullista ilmoitustilaa. Tiedusteluihin vastaa sihteeri Katriina Alfa, katriina.alfa@superliitto.fi. Ilmoitustiedot löytyvät myös lehden mediakortista liiton nettisivuilta. Sähköisestä lehdestä pääset mediakorttiin klikkaamalla tästä.

KUNTAVAALIEN 2017 ehdokasnumerot jaetaan 9.3.2017. Maaliskuun SuPer-lehti ilmestyy 3.3.2017 ja huhtikuun numero 5.4.2017. Varsinainen vaalipäivä on 9.4.2017 ja ennakkoonäänestys kotimaassa järjestetään 29.3.-4.4.2017.



image wear
TYÖASUT

Verkkokaupamme palvelee 24h!
imagewear.fi

UUTUUS!
SOFTSHELL-HOUSUT MIEHILLE JA NAISILLE

Jakussa uudet raikkaat värit ja toimiva malli! Tutustu tarkemmin myymälässämme!

JAKKU
1A036-589
Palvelutyön tarpeisiin suunniteltu jakku neppariinnityksellä. Oikeanpuoleisessa alatakussa puhelintasku ja avainlenkki. Valittavana useita eri värejä.
Koot: 32-52

SOFTSHELL-HOUSUT
1K089/1K092-534
Joustavat ja kevyet housut miellyttävästä softshell -materiaalista. Sivutaskut ja joustorypytytty vyötärön takaosa.
Koot: 32-56/44-66

MYYMÄLÄT: ESPOO | HELSINKI | HÄMEENLINNA | JOENSUU | JYVÄSKYLÄ | KOKKOLA | KOTKA | KUOPIO | LAHTI | LAPPEENRANTA | MIKKELI | OULU | PORI | ROVANIEMI | SEINÄJOKI | TAMPERE | TORNIO | TURKU | TUUSULA | VAASA | VANTAA | www.imagewear.fi

YKSITYISSEKTORI KOULUTTAA

Yksityissektorin neuvottelupäivät
29.–30.3.2017
Helsingissä

SuPer maksaa kurssimaksun, majoituksen ja matkakulut

Ilmoittautumiset 15.2. mennessä Superin jäsensivujen kautta.

Tulossa myös:
– 4.5.2017: Yksityissektorin työsuojelukoulutus
– 16.5.2017: Yksityissektorin ABC-kurssi

SUPER



Saattohoitokoulutus

26.4.2017

Oulun seudun ammattiopisto OSAO,
Kontinkankaan yksikkö
Kiviharjuntie 8, Honka-rakennus Hon217A,
90220 Oulu

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

Ohjelma on alustava, ja SuPerilla on oikeus muutoksiin.

Koulutuspäivän hinta on 60 euroa. **Sitovat ilmoittautumiset 26.3.2017 mennessä osoitteessa: <https://my.surveypal.com/saattoOulu>**

Lisätietoja:

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

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

Yhdessä lasten ja perheiden puolesta

#suosittelesuperia
#supertekeehyvaa



SuPer keräsi viime vuonna varoja SOS-Lapsikylälle osana SuPer tekee hyvää -kampanjaansa.

Liitto lahjoitti jokaisesta 1.9.–31.12.2016 SuPerin varsinaiseksi jäseneksi liittyneestä yhden euron SOS-Lapsikylälle. Summaksi kertyi 2000 euroa, joka luovutettiin 17. tammikuuta Helsingissä.

Onnea ja menestystä SOS-Lapsikylälle tärkeään työhön lasten ja perheiden hyvinvoinnin edistäjänä!



SuPerin puheenjohtaja Silja Paavola ja SOS-Lapsikylän varainhankintapäällikkö Kei Heikkilä korostavat ennaltaehkäisevän työn tärkeyttä.

Suositttele SuPeria

#suosittelesuperia
#supertekeehyvaa



Suosittele SuPeria ja juhli ystävänpäivää 14.2. Suositteelijat saavat 30 euron arvoisen lahjakortin, jolla voi tehdä jotain mukavaa ystävänsä kanssa.

KATSO OHJEET SUOSITTELUUN:

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



Super-
ammattilainen
tekee
hyvää!

Uusi varsinainen jäsen saa tervetuliaislahjaksi monitoimikaulanauhan sekä arvokkaan ammattimerkin.



Kauppamatkustaja ja pakolainen kohtaavat toisensa Helsingissä.

Kauppamatkustaja ja pakolainen

Aki Kaurismäki on vähäeleisten, mutta vahvojen elokuvien mestari. Kaurismäen uusin elokuva *Toivon tuolla puolen* pureutuu ajankohtaiseen aiheeseen. Se on tarina suomalaisen kauppamatkustajan ja syyrialaisen pakolaisen kohtaamisesta. Pääosissa nähdään Kaurismäen luottonäyttelijä Sakari Kuosmanen ja syyrialainen Sherwan Haji. Kaurismäki on itse käsikirjoittanut, ohjannut ja tuottanut Helsingissä kuvattua elokuvan. *Toivon tuolla puolen* on osa Suomi 100 -juhlavuoden ohjelmaa.

Toivon tuolla puolen, ensi-ilta 3.2. ■

Mantelimassalla vai hillolla?

Laskiaispullat kuuluvat pohjoismaiseen ruokakulttuuriin. Ne saapuivat Suomeen Ruotsista noin sata vuotta sitten. Länsinaapurissa täytetyillä pullilla herkuteltiin jo 1700-luvulla, ja ne syötiin lautaselta lämpöisen maidon kera.

Aluksi keskitalven pullat olivat vain herrasväen herkkua, mutta yleistyivät vähitellen myös tavallisen kansan kahvipöydissä. Mantelimassa oli kallista ja vaikeasti saatavilla, joten suomalaiset leipurit korvasivat sen kotoisasti hillolla ja kermavaahdolla.

Laskiaisena herkutellaan, sillä perinteen mukaan siitä alkaa paastonaika, joka päättyy pääsiäisenä.

Laskiaistiistaita vieteen 28.2. ■



Mikä **t*un Pikku Prinssi?

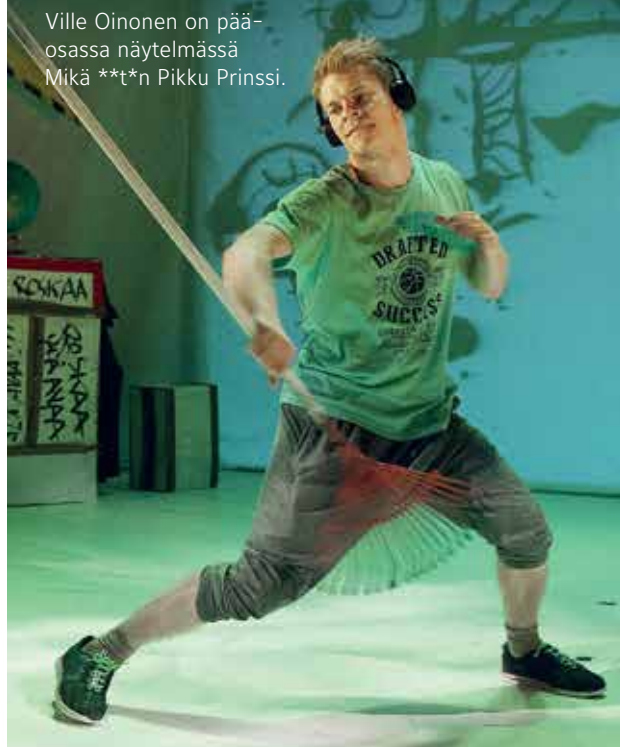
Tamperelaisen tanssiteatteri MD:n esitys *Mikä **t*un Pikku Prinssi* kuvaa 17-vuotiaan pojan mielen haaksirikkoutumista ja paljastaa aikuisista asioita, joita he eivät ehkä haluaisi tietää. Oman elämän suuntaa, valintoja, ystävyttä ja rakkautta pohtivat monet aikuisuuden ovela arkailevat nuoret. Medikalisoituva terveydenhuolto on yksi teoksen teemoista. Miksi tarjotaan tukeittain lääkkeitä, vaikka keskustelu ja kohtaaminen olisivat ainakin yhtä tärkeitä? Teos yhdistelee rohkeasti puhetta, piirrosta, videoita, tanssia ja musiikkia street-tyyliin.

Antoine de Saint-Exupéry'n klassikkokirjaan pohjautuvan teoksen on ohjannut ja koreografioinut Elina Jakowleva. Käsikirjoituksen on tehnyt Janne Mäkelä. Pääosassa on Ville Oinonen, ja hänen lisäksi lavalla nähdään kehuttu piirtäjä Petri Seppä, joka reaaliaikaisella kuvituksellaan luo tarinaan toisen, nuoren sisäisen maailman tason.

Teoksen vaiheita voi seurata myös instagramissa, kun Ville Oinonen jakaa mielteittään @villemuinaprinssina.

*Mikä **t*un Pikku Prinssi* tanssiteatteri MD:ssä Tampereella helmikuussa 2017. Teos on ensi syksynä mukana myös Kulttuurirahaston Taidetestaajat-hankkeessa, jossa kahdeksasluokkalaisten pääsevät vieraillemaan kahdessa kulttuurikohteessa. ■

Ville Oinonen on pääosassa näytelmässä *Mikä **t*un Pikku Prinssi*.



Kutsut

AMMATTIOSASTOJEN SÄÄNTÖ-

MÄÄRÄISISSÄ KEVÄTKOKOUKSISSA:

- käsitellään ammattiosaston toimintakertomus edelliseltä toimintavuodelta,
- esitetään tilintarkastajien lausunto, vahvistetaan tilinpäätös ja päätetään vastuuvapauden myöntämisestä,
- päätetään SuPerille tehtävistä aloitteista,
- päätetään muista kokouskutsussa mainituista asioista.

- **KERAVAN AO 805:N** kevätkokous 6.4. klo 17.30 Viertolassa Timontie 4, Kerava. Kokouksen esityslista omilla nettisivuilla ao805.superliitto.fi/. Ammattiosasto vastaa tarjoilusta. Ilmoittautumiset 15.3. mennessä kati.ritvanen@suomi24.fi tai tekstiviestillä 046 6656 316. Tervetuloa!

- **KIURUVEDEN AO 530:N** jäsenille hohokeilausta ja paikan päällä valittu ruoka sekä alkoholiton juoma Kiuruveden Keilahallissa pe 3.3. klo 19.00-20.00. Sitovat ilm. 24.2. mennessä txt 040 463 2859. Tervetuloa! Hallitus

- **LOHJAN AO 806:N** kokous 21.2. klo 18, Monkolan saunalla Karstuntie 4, Lohja.

- **PARIKKALAN AO 503:N** kevätkokous JK Karpalossa pe 10.3 klo 18.00. Osasto tarjoaa ruuan kokouksen jälkeen. Ilmoittautumiset Marikalle 1.3. mennessä tekstiviestillä 044 319 1616 tai sähköpostilla super503@superliitto.fi. Mainitse samalla mahdolliset ruokarajoitteesi. Tervetuloa!

- **PIRKANMAAN YKSITYISTEN ALOJEN AO 649:N** oma jäsenilta tiistaina 21.2. kello 17.00-21.00 Scandic Tampere Station, Ratapihankatu 37, Tampere. Paikalla SuPer-liitosta ammattiasiainpäällikkö Kristina Lamberg. Illan aiheina suosikkirekisteri, palkanauhan lukutaito, mitoitus, sote ja muut ajan-kohtaisasiat. Ilta alkaa klo 17.00 Väli-merellisellä buffalla. Klo 18.00 siirrytään keskustelemaan ja kyselemään asioista. Ilmoittautumiset 14.2. mennessä ao649@luukku.com. Ilmoita samalla mahdolliset ruoka-aineallergiat. Tervetuloa! Ao649 hallitus

- **VASTAANOTTOHOITAJAT JA OSASTON-SIHTTEERIT RY:N VUOSIKOKOUS** Tampereella 23.3.2017 alkaen klo 18.00. Paikka: hotelli Scandic Rosendahl Pyy-nikintie 13, Tampere. Esillä sääntömuu-räiset asiat, muun muassa yhdistyksen hallituksen valinta. Tervetuloa! Yhdis-tyksen hallitus

Kuulumiset

Lähetä maaliskuun kuulumiset osoittee-seen: super-lehti@superliitto.fi 10.2. men-nessä. Kuvan koko vähintään 300 kt. Toi-mituksella on oikeus muokata julkai-sua sekä valita julkaisuajankohta.

Rekisterikilvet rollaattoriin



Ammattiosastomme pu-heenjohtaja Armi Kangas-koski oli teettänyt tule-viin rollaattoreihimme re-kisterikilvet. Kiitos Lapuan SuPer ao 319 muistamisista jäädessämme viettämään eläkepäiviä.

PAULA ETELÄ-AHO JA
HELENA RINTALA

Nuija uusiin käsiin



Leppävirran ao 523 sai syysko-kuksessa 2. joulukuuta 2016 uuden puheenjohtajan. Pitkä-aikainen puheenjohtaja Erkki Hynninen jättäytyi pois tehtä-västä ja uudeksi puheenjoh-tajaksi valittiin litamari Partio-Holopainen.

Sukia kotipalvelun asiakkaille



Pirkkalan 639 ammattiosasto lahjoitti sukat koti-palvelun asiakkailleen, jotka olivat lahjasta mie-lissään. Monet laittoivatkin sukat heti jalkoihinsa.

EEVA-LIISA PIRITA

KIITOS SUPER-NAISET!

Kiitos kuuluu nyt teille, jotka olette saaneet jäädä vapaalle pitkän työuran jälkeen. Paljon olemme saaneet teiltä, paljon jäi teidän mukaan. Paljon hil-jaista tietoa, taitoa, paljon ys-tävällistä kohtaamista, rau-taista ammattitaitoa, hymyä, opastusta ja tukea nuoremmil-le työkavereille. Jäämme kai-paamaan iloista, kannustavaa työpäivää kanssanne. Kiitos yöpartion ja kotihoidon tytöt, Timanttitiimin kamut, Niitty-villan SuPer naiset ja kaikki vuonna 2016 eläkkeelle jää-neet superilaiset. Rauhallisia eläkepäiviä!

KUUSAMON AO 204

Lue, mitä superilaisille sattuu ja tapahtuu
Koonnut Marjo Sajantola

Aune Ahopalo 90-vuotias!



SuPer-liiton perustajajäseniin kuuluvan Aune Ahopalon 90-vuotisjuhlaa vietettiin superilaissa seurassa Helsingissä tammikuussa. Uudenmaan Eläkeläis Apuhoitajien kuukausikokoukseen oli katettu tavallista edustavampi herkkupöytä. Liittomme nykyinen puheenjohtaja Silja Paavola onnitteli vuosina 1963–1972 puheenjohtajana toiminutta Ahopaloa ja luonnehti häntä täydelliseksi aarteeksi koko liitolle: harvalla kohta 70-vuotiaalla liitolla on yhä jäsenenä henkilö sen perustamis-

vuosilta aikaan. Ensimmäisiin koulutettuihin apuhoitajiin kuulunut Ahopalo muisteli liiton vaatimattomia syntyvaiheita. Valmistuneet olivat huolissaan tulevaisuudesta ja sen vuoksi perustivat oman yhdistyksen apuhoitajille. Muutamasta hoitajasta on vuosikymmenten aikana kasvanut lähes sadantuhannen hengen SuPer. Ahopalo edusti liittoamme myös Linnan juhlassa viime itsenäisyyspäivänä. Naureskellen hän kertoi, että se kuuluisa booli jäi maistamatta, mutta että hänelle

ja miehelleen löytyi punaista limonadia ystävällisen henkilökunnan avustamana pöydän alta. Ryhmäkuvassa Silja Paa-
vola, Maija Väänänen, Kaarina Kausala,
Ulpu Nurmi, Aune Ahopalo, Sirkka-Liisa
Tarpio, Rauha Paloniemi., Ritva Palmu-
nen, Seija Rantanen, Irja Akgez ja Marja-
Leena Keinänen. Kokouksessa vietettiin
myös Uudenmaan Eläkeläis Apuhoita-
jien johtokunnan jäsenen ja pitkäaikai-
sen entisen taloudenhoitajan Irma San-
dellin muistotilaisuutta.

LÄHIHOITAJA KÄHÖNEN



RISTIKKORATKAISU 1/2017

U
P
E
T
A
K
E
T
L
U
K
O
S
P
A
N
S
A
L
A
N
T

M U I T K P S R R A

Tammikuun ristikkokisan voitti
Eija Juga Rautjärveltä
Lämpimät onnittelut!

HOITAMINEN VERISSÄ



Satu Nieminen ja Anna-Mari Kuivamäki ovat äiti ja tytär. Molemmat työskentelevät hoitajina ja tuntevat toistensa työtavat.

ANNA-MARI SADUSTA:

Olen äitini Satu Niemisen kanssa samalla alalla, molemmat lähihoitajia. Haluan kehua äitiäni ennakoluulottomuudesta ja uusiutumiskyvystä.

Äitini oli Hyvinkään kaupungin vanhainkodissa töissä 30 vuotta, kunnes yksikön toiminta lakkautettiin ja tilalle perustettiin mielenterveyskuntoutujien asumispalveluyksikkö. Sen työntekijöistä osa valittiin kaupungin eri yksiköistä ja osa mielenterveystyöhön erikoistuneista hoitajista. Äitini tuli valituksi kyseiseen yksikköön ja aloitti siis kokonaan uuden työn, ja toimii nyt mielenterveyskuntoutujien ohjaajana.

Äiti suhtautuu uusiin tehtäviinsä todella positiivisesti ja puhuu työstään lämpimästi. Minusta on upeaa, että tutun ja turvallisen vaihduttua uuteen asenne on niin hieno, kuin äidilläni nyt on.

Työskentelimme vanhainkodissa neljä vuotta samalla osastolla. Opim tuntemaan äidin työtavat. Hänellä on paljon huumorintajua, kärsivällisyyttä ja empaattisuutta, ja hän näkee yleensä hyvän puolen kaikessa. Nämä ominaisuudet ovat hyvälle hoitajalle mahtavia työkaluja. Työkaverina hän on pidetty, positiivinen ja luotettava tyyppi.

Olen töissä nykyisin Hyvinkään kaupungin kotihoidossa. Äidin esimerkki innosti minua opiskelemaan lähihoitajaksi. Kävin jo 15-vuotiaana tekemässä lyhyitä sijaisuuksia vanhainkodissa, jossa äiti oli töissä. Myös äidinäitini työskenteli hoitajana. Voisi sanoa, että hoitaminen on meillä verissä.

SATU ANNA-MARISTA:

Tyttären kehu on ihana yllätys. Pitää paikkansa, että viihdyn nykyisessä, vuonna 2015 alkaneessa työssäni.

Valmistuin apuhoitajaksi 1986. Kroppa on vuosikymmenien hoitotyön jälkeen jo aika romuna, joten fyysisesti kevyempi työ tuntuu hyvältä. Nautin ohjaamisesta myös siksi, että se on monipuolista ja vaihtelevaa. On palkitsevaa, kun kuntoutuja edistyy elämässään.

Työyhteisöimme on aivan mahtava ja keskusteleminen. Tiimipalaverissa puhutaan paljon. Tämä johtuu osittain siitä, että työtapa on vuorovaikutusta korostava yhteisöhoito. Avoimuutta voisi lisätä muussakin hoitotyössä.

Pelkkää ruusuilla tanssimista työni ei ole. Kuntoutujia ohjattaessa asioita joutuu toistamaan. Lisäksi on ollut paljon opeteltavaa, mikä on käynyt ajoittain raskaaksi. Toisaalta on ollut hyvä päästä kehittämään itseään.

Tyttäreni on oikeassa työssä: hänestä tykkävät kaikki, niin kotihoidon asiakkaat kuin työkaveritkin. Anna-Mari on luonteeltaan aurinkoinen, hyväntuulinen ja ystävällinen. Hän on myös tunnollinen, kiinnostunut oppimaan uutta ja hoitaa tehtävänsä loppuun saakka. On hienoa, että olemme samalla alalla. ■

►HANNA KORKEA-AHO, SEINÄJOKI:

Mirvalle. Hän on aina tilanteesta riippumatta jämäpti ja vanhuksen asialla. Kaikki, mitä hän tekee, tapahtuu asukkaan ehdoilla. Mirvalla on hyvä työote muistisairaiden kanssa. Hän osaa kuunnella ja pysyy rauhallisena hektisissä tilanteissa. Meillä on sama työarvomaailma. Mirvaa parempaa työkaveria en voisi toivoa.

►KIRSI-MARJUT NIEMI: Kristiina Niinikoski, nuoresta iästään huolimatta on oikea SuPer-hoitaja! Keksii ratkaisun pulmaan kuin pulmaan, rauhallinen ja hyvä perehdyttävä.

Ajattelee aina asukkaan parasta. Kun Kristiina on vuorossa, hommat hoituu. Vaikka hän on tyttäreni ja tunnen siksi "vapaa-ajan Kristiinan", olen kovin etuoikeutettu, että olen hänen työminänsäkin oppinut tuntemaan! Meillä on muutenkin innostunut työyhteisö, ja maailman ihanin esimies Tiina.

►TIINA HELIN, JYVÄSKYLÄ: Minja Niininen on aivan ihana työntekijä.

Hän ottaa asiakkaat huomioon yksilöinä ja hoitaa työt sujuvasti, mutta hyvin ja huolellisesti.

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



TIAISTEN KAUHU

Ihailen lintulaudan hyörinää. Alkuvuoden kireät pakkaset ovat juuri hellittäneet. Tiaiset nokkivat ahkerasti pähkinöitä ja auringonkukan siemeniä. Kymmenet keltasirkut syövät hangelle levittämäni kauraa. Tuttuun tapaansa ne pyrähtävät tämän tästä läheisten puiden oksille. Yritän ajankulukseni selvittää talitiaisten sukupuolijakaumaa. Koiraalla rinnan musta viiva levenee jalkojen väliin selväksi laikuksi. Naaraalla se päinvastoin kapenee ohueksi juovaksi. Talitiainen onkin ainoa tiaistemme, josta maallikkokin pystyy erottamaan sukupuolen.

Yhtäkkiä liike ruokintapaikalla loppuu. Aivan kuin olisi painettu pause-nappulaa. Talitiainen jähmettyy paikoilleen auringonkukansiemen nokassaan. Muutama minuuttiin ei tapahdu mitään, kunnes hento tuulenvire saa talipötkön ja siinä olevan sinitiaisen kieppumaan. Samalla selviää syy tiaisten levottomuuteen. Varpushaukka tulee kuin nuoli metsän suojasta. Se levittää siipensä jarrutukseen aivan lasin takana ikkunalaudalla



ja yrittää tavoittaa pakoon pyrkivää tiaista. Kuten niin usein, tälläkin kertaa haukka jää ilman saalista.

Runsaslukuisin haukkamme varpushaukka jää usein talvehtimaan pihapiirien tuntumaan etelään muuton sijaan. Tiaisia kuhisevat ruokintapaikat ovat sille ruoka-aitta läpi talven. Myyrätkin kuuluvat toisinaan sen ruokavalioon, mutta etupäässä se syö juuri pikkulintuja. Selvästi koirasta suurempi naaras saattaa toki napata pulun tai naakan saaliikseen.

Varpushaukka sekoitetaan usein kanahaukkaan. Molemmilla on aikuisena poikkijuovainen rinta. Nyrkkisääntönä tunnistukseen voikin pitää kokoverailua varikseen. Varista suurempi on kanahaukka ja pienempi varpushaukka. Mikäli talvisen haukan pääsee näkemään lennossa pidempään, huomaa varpushaukan muistuttavan T-kirjainta. Kanahaukalla pää tulee selvemmin esille. Varpushaukkakoiras tulee vanhemmiten punaruskeammaksi ja selkä harmaansiniseksi.

Varpushaukan vierailu linturuokinnalla saa tiaiset hetkeksi suunniltaan, mutta se on osa luonnon kiertokulkua. Mikäli olet onnekas ja näet varpushaukan sieppaavan linnun sinun ruokinnaltasi, anna sen ruokailla rauhassa. Saaliiksi joutuvatkin yleensä heikoimmat ja sairaat yksilöt, jotka eivät muutenkaan selviäisi pitkän talven yli. ■



WWW.PIRTTIMAA.FI



SUPERIN AMMATTIOSASTOJEN PUHEENJOHTAJAT ERI PUOLILTA MAATA KOMMENTOIVAT LEHDEN AIHEITA.

MONIPUOLISIA JÄSENETUJA

Mitä kehittäisit kotihoidossa? ▶ s. 6

Lisää käsipareja. Kotona hoidetaan entistä huonokuntoisempia ja avuntarve lisääntyy. Robotit tai muut härvelit eivät ihmistä tuossa työssä korvaa.

Mitä hyvää sote-uudistus tuo? ▶ s. 8

Kunnille jää rahkeita muuhun työhön, kun sote siirtyy maakunnille. Tasapuolisuus hoidossa lisääntyy, kun se ei ole kuntien vastuulla.

Arvostetaanko superilaisia lähi- ja perushoitajia Suomessa? ▶ s. 10

Joukkomme on iso ja joukossa on voimaa, eli kyllä meitä arvostetaan.

Juotko paljon vettä? ▶ s. 12

Tavoite on juoda joka aterialla 1–2 lasillista ja sen lisäksi pari litraa vuorokaudessa. Hanavedestä en oikein pidä eli kotona käytän hiilihapotuslaitetta ja lisään mauksi sitruunamehua.

Oletko havainnut hoitoalalla sinne soveltumattomia? ▶ s. 21, 22

En valmistuneissa, mutta opiskelijoissa heitä on. Koulun puolelta tulee painetta, että harjoittelut ja näytöt pitäisi päästää huonoimmalla tasolla läpi, jotta saavat opiskelijoita eteenpäin. Ne pääsykokeet olisivat kyllä tosi hyvä juttu.

Ovatko lapset mielestäsi nykyään terveempiä kuin ennen? ▶ s. 29

Eivät ole. Nykyään on paljon allergioita. Flunssiin ja kuumetauteihin sairastutaan herkemmin. Ennen lapset pyörivät vapaasti lattioilla ja saivat vastustuskykyä. Nykyään on ylisiistiä ja desinfioitua. Antibiootteja käytetään paljon, ja monet ennen harvinaiset sairaudet ovat tulleet takaisin.

Käytätkö yrttejä ruoanlaitossa? ▶ s. 40

Jonkin verran. Teen paljon ruokaa, mutta maustan aika vähän. Haluan säi-

Lestijokilaakson ammattiosaston alueella otettiin iso askel vuoden alussa, kun Keski-Pohjanmaan maakunnassa alkoi sosiaali- ja terveystalvokuntayhtymä Soiten toiminta. Ammattiosaston puheenjohtaja Sonja Karppi on mukana Soiten kehitysvammahuollon johtoryhmässä. Puheenjohtaja seuraa uutta organisaatiota muutenkin tarkasti.

– Kaikenlaista haastavuutta asiaan liittyy. Joillekin muutos on helpompi, mutta esimerkiksi Kokkolan kaupungin työntekijöille Soiteen siirtyminen on isompi muutos. Jo kirjaamisohjelman vaihtuminen vaikuttaa suoraan lähihoitajien työhön.

Kannuslainen Karppi käy työssä Kokkolassa vammaisten ryhmäkodissa. Ammattiosastonsa puheenjohtajana hän on toiminut kaksi vuotta.

– Olen aiemmin toiminut nuorisoyhdistyksissä puheenjohtajana, mutta paljon uusia juttuja tässä tuli vastaan. Koulutuspäivät ja liiton tuki ovat auttaneet.

Karppi toimi ammattiosastonsa hallituksessa viitisen vuotta ennen puheenjohtajuutta.

– Hallituksen jäsenenä toin tietoa omalta työpaikalta. Nyt puheenjohtajana kerään tiedon kunnista ja toimin viestinviejänä pääkallonpaikalle.

Lestijokilaakson ammattiosastossa on reilut 200 jäsentä Kannuksesta, Toholammilta ja Lestijärveltä. Jäsenet työskentelevät peruskunnissa, Soiteissa sekä yhdistysten ja yksityisten palveluksissa.

Ammattiosasto on hankkinut jäsenilleen lukuisia etuja. Osasto tukee esimerkiksi liikunta- ja kulttuuripalveluihin osallistumista. Moni liikeyritys antaa 5–20 prosentin alennuksen palveluistaan tai tuotteistaan. Tarkempaa listaa paikallisista jäseneduista saa alla olevasta linkistä, joka johtaa ammattiosaston verkkosivuille.

– Kysymme jäsenistöltämme, mitä he haluavat. Näiden pohjalta tuimme viimeksi ennen joulua kahteen joulukonserttiin osallistumista.

Osasto on järjestänyt hyvinvointi-, jumppa- ja kauneudenhoitoiltoja. Helmi-kuun kokouksessa se miettii, mitä kuluvan vuoden tarjontaan kuuluu. ■

JUKKA JÄRVELÄ



KATSO LESTIJOKILAAKSON AMMATTIOSASTON TARJOAMAT PAIKALLISET JÄSENEDET

lyttää ruoan ominaismaun mahdollisimman pitkälle.

Mikä on suosikkilomakohteesi Suomessa? ▶ s. 64



Sonja Karppi luottaa ammattiosastonsa alueen superilaisten osaamiseen.

Lappi. Joka vuosi vaellamme siellä partion kanssa. Ensi syksynä menään viikoksi Kilpisjärvelle. Lappi on niin erilainen. Siellä ei puhelin kuulu eli on helppo olla.

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
- järjestöasiantuntija Paula Soivio p. 09 2727 9156
- järjestöasiantuntija Tiina Pendolin p. 09 2727 9297
- järjestöasiantuntija Lauri Kämäri p. 09 2727 9184
- järjestöasiantuntija Anne Kisonen p. 09 2727 9189
- opiskelija-asiamies Tanja Oksanen p. 09 2727 9192
- opiskelija-asiamies Heli Saarinen p. 09 2727 9150
- koulutuskoordinaattori Marianne Ronkainen p. 09 2727 9124
- sihteeri Salla Uusikangas p. 09 2727 9198

VIESTINTÄ

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

SUPER-LEHTI:

- päätoimittaja Leena Lindroos p. 09 2727 9174
- taittava toimittaja Jukka Järvelä p. 09 2727 9178
- toimittaja Elina Kujala p. 09 2727 9219
- toimittaja Minna Lyhty p. 09 2727 9176
- toimittaja Marjo Sajantola p. 09 2727 9173
- toimittaja Minna Seppä p. 09 2727 9193
- super-lehti@superliitto.fi

TIEDOTUS:

- tiedotuspäällikkö Sari Tirronen p. 09 2727 9162
- tiedottaja Sari Järvinen p. 09 2727 9138
- tiedottaja Hanna-Mari Kuivalainen p. 09 2727 9183
- visuaalinen suunnittelija Antti Oksanen p. 09 2727 9137
- mediakouluttaja Timo Väkimies p. 09 2727 9141
- superviestinta@superliitto.fi

KEHITTÄMISYKSIKKÖ

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

TIETOHALLINTA

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

SOPIMUSEDUNVALVONTA

- edu@superliitto.fi
- puhelinpalvelu 09 2727 9160 ma-pe klo 9-13
- edunvalvontajohtaja Anne Sainila-Vaarno p. 09 2727 9167
- työympäristöasiantuntija Eija Kemppainen p. 09 2727 9131
- sopimusasiantuntija/tutkija Riina Kurkinen p. 09 2727 9168
- sopimusasiantuntija Anne Villman p. 09 2727 9196
- sopimusasiantuntija Teemu Hiilinen p. 09 2727 9201
- sopimusasiantuntija Heidi Suntinen p. 09 2727 9207
- edunvalvontasihteeri Sari Kaartoaho p. 09 2727 9179
- lakimies Anna-Reetta Friipyöli p. 09 2727 9204
- lakimies Karoliina Huuskonen p. 09 2727 9188
- lakimies Merja Hyvärinen p. 09 2727 9166
- lakimies Juho Kasanen p. 09 2727 9161
- lakimies Sanna Rantala p. 09 2727 9190
- lakimies Riitta Saarikoski p. 09 2727 9114
- koulutuskoordinaattori Tarja Sundqvist p. 09 2727 9164
- sihteeri Sirpa Lahtiluoma p. 09 2727 9182

YKSITYISSEKTORI:

- puhelinpalvelu 09 2727 9171 ma-pe klo 9-13
- neuvottelupäällikkö Pia Zaerens p. 09 2727 9163
- sopimusneuvottelija Jukka Parkkola p. 09 2727 9117
- sopimusasiantuntija Marketta Vuorinen p. 09 2727 9116
- lakimies Mari Leisti p. 09 2727 9133
- lakimies Sini Siikström p. 09 2727 9136
- lakimies Pasi Havio p. 09 2727 9132
- järjestöasiantuntija Tiina Eteläaho p. 09 2727 9134
- järjestöasiantuntija Anne Meriläinen p. 09 2727 9113

TALOUS- JA HENKILÖSTÖHALLINTO

- talous- ja henkilöstöjohtaja Anne Panttila p. 09 2727 9127
- henkilöstösihteeri Heli Utter p. 09 2727 9130
- henkilöstösuunnittelija Kirsi Kauppinen p. 09 2727 9126
- kiinteistökoordinaattori Kaarina Laintila p. 09 2727 9118
- kirjanpitäjä Leena Luostarinen p. 09 2727 9128
- laskentasihteeri Liisa Pääkkönen 09 2727 9181
- laskentasihteeri Ville Herttuainen p. 09 2727 9187
- taloussihteeri Mervi Härkönen p. 09 2727 9125
- taloussihteeri Maria Hietala p. 09 2727 9129
- toimistopalvelusihteeri Mari Alakärki p. 2727 9202
- toimistoapulainen Olli Hytönen p. 09 2727 910

JÄSENYYSASIAT

- puhelinpalvelu 09 2727 9140 ma-pe klo 9-13
- telefax 09 2727 9155
- palveleva sähköposti: jäsensivustit@superliitto.fi
- postiosoite: PL 112 00521 Helsinki
- johtaja Anne Panttila p. 09 2727 9127
- jäsenyksikön päällikkö Sari Kainulainen p. 09 2727 9149
- jäsenihteerit Päivi Askolin, Rita Brand, Miia Heikkonen, Noora Mikkonen, Piia Partanen, Alisa Rosti, Katja Sirkiä, Leila Ulmanen ja Paula Wirén

SUPER TYÖTTÖMYYSKASSA

- postiosoite: PL 117, 00521 Helsinki
- käyntiosoite: Kellosilta 3
- internet: 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

Vi behövs alltid

ORDFÖRANDE SILJA PAAVOLA

Nu när diskussionen om vård- och landskapsreformen är som livligast är det bäst att ta en funderare på vad vi vet. Det finns 18 landskap där social- och hälsovårdstjänster produceras. Producenterna kan vara landskapets egna af-färsverk, företag eller organisationer. Personalen i kommuner och samkommuner kommer att övergå i det nya systemet som gamla anställda enligt principen om överlåtelse av rörelse. De som arbetar inom den privata sektorn fortsätter som förut. Kommunerna får behålla småbarnsfostran och bildningsväsendet, alltså närvårdarna i dagvården och skolgångsbiträdena i skolorna. Finansministeriet ger pengar till det här, men de är inte öronmärkta. Kommunerna har beskattningsrätt, men skatteprocenten minskar. Pudelns kärna ligger i andra frågor, alltså vad, var och vem som definierar frågorna och hur. Det är politik som vem som helst för sin del kan påverka.

I framtiden tävlar vi om kvalitet. Vård av hög kvalitet är alltid något att sträva efter, men vem bestämmer – och hur definieras kvalitet? Definieras kvaliteten enligt vad den vårdade upplever eller är målet för kvaliteten att vården är verkningsfull? I Finland har vi arbetat med att definiera en resultatrik och verkningsfull vård. För patienten är det här alltid en bra sak. Men hur ska vi samordna de här när ett mål för vårdreformen är en besparing på tre miljarder i kostnadsutveckling? Det finns säkert mycket att utveckla, men i vårdarbetet behövs yrkeskunniga arbetstagare. En sänkning av lönekostnaderna kan vara ett lockande sätt att spara, men i framtiden är det en dyr besparing!

Beslutsfattarna måste komma ihåg att man ofta med avseende på vården når bättre och verkningsfullare resultat när vårdarna har tid att ge råd, en-

gagera och vägleda. Och bara om det behövs göra för patientens del. SuPers många utredningar och många studier av sakkunniga stöder samma sak. Det mest väsentliga i vården av sjuka, gamla, handikappade samt mentalvårds- och missbrukarpatienter är alltid en utbildad vårdare. Denna kan stöda och vårda och vid behov konsultera vid förändringar. För vissa åtgärder behövs sjukhus, men en förändring som upptäcks i tid, diagnos på den och omedelbar hjälp är betydligt mänskligare och ger bättre resultat. Det här handlings-sättet kräver teamarbete. Där ska vars och ens yrkeskunskap och kompetens utnyttjas på ett helhetsmässigt sätt, vi har inte råd att låta dem gå till spillo.

Hur kan en superit själv påverka saken? Var och en av oss ska komma ihåg att vi har en god utbildningsnivå. Den som nyligen har avlagt examen är ändå en novis inom branschen och behöver stöd av en senior. Det viktiga är att vårdaren får göra arbete som motsvarar utbildningen, eller examen. Många arbetsgivare har under åren modifierat närvårdarnas och primärskötarnas arbetsbeskrivning så att den passar arbetsgivaren. När antalet anställda som står för stödtjänsterna systematiskt har minskats har deras arbete överförs på superiterna. Den verkliga förloraren är den som vårdas. Ingen kan få till stånd en förändring ensam, utan alla måste vara med. Vi ska alltid komma ihåg att vi är fackmän på vård, omsorg och fosteran. Såsom vi har konstaterat inom SuPer skapar arbetet inom social- och hälsovården grunden för ett funktionellt samhälle. Superiterna arbetar nära klienterna och patienterna och deras arbete syns och känns i människornas dagliga liv.

Alla yrkesutbildade behövs, men vårt arbete ska alltid fokusera på den som vårdas, oberoende om det är fråga om ett barn eller en vuxen. En vård

och omsorg av god kvalitet är en grundlagsenlig rättighet för oss finländare och det är bra att komma ihåg när man fastställer kvaliteten. SuPers egna etiska anvisningar sammanfattar saken bra. De etiska och moraliska valen är närvarande varje stund: varje utförd eller försummad gärning är ett etiskt val. Det här kan leda till en etisk belastning för någon, men kom då ihåg: för världen är du bara en av många, men för en är du hela världen. ■

Hälsningar,

Silja



Inga grinollar!

Forskaren Eira Sandberg berättar i en artikel i tidningen att hon undervisade en grupp närvårdarstuderande på enheten i Malm vid yrkesinstitutet Stadin ammattiopisto under ett år. Under den tiden avslutade nästan hälften sina studier. De ramlade gradvis av kälken: först lämnade de uppgifterna ogjorda, sedan uteblev de från lektionerna och slutligen avbröt de studierna. När utbildningsgarantin trädde i kraft slopades de obligatoriska lämplighetstesten och nu ordnas de av bara omkring hälften av de skolor som utbildar närvårdare. Vid Stadi ordnas lämplighetstest för dem som vill studera till närvårdare. Trots det konstaterar Sandberg att det i undervisningsgruppen också fanns sådana som inte på några villkor borde ha utbildats till vård- eller omsorgsuppgifter.

Studierätten för en person som visat sig vara olämplig för branschen kan dras in med de så kallade SORA-bestämmelserna. Förkortningen står för lösningar i olämplighetsfrågor om studierätt. I praktiken används förfarandet sällan och det anses vara besvärligt. Lärarna har inte några klara modeller att tillämpa och dessutom avgör också pengarna. De läroinrättningar som utbildar närvårdare får en del av sin finansiering på basis av antalet avlagda examina.

SuPers representantskap kräver ingripande i situationen redan i samband med höstmötet. I januari överlämnade SuPer tillsammans med OAJ, JHL och Tehy ett förslag till undervisnings- och kulturminister Sanni Grahn-Laasonen om återgång till lämplighetstest i SORA-yrken, dvs. studier inom social-, hälso- och fostringsområdet, till vilket också närvårdarutbildningen hör. Testen skulle enligt förbundens förslag garantera patient- och klientsäkerheten och servicekvaliteten. Vi väntar nu på att ärendet gå framåt.

Som en liten slutknorr på samma tema citerar vi jyvaskyläbon Risto Höglunds tankar om en bra vårdare. Bra egenskaper är bland annat yrkeskunskap, vänlighet och sinne för humor. Men det finns också vårdare vars natur inte alls passar i vårdbranschen – de är grinollar, ”ärrimurrit”, och gnäller på klienterna. ■

Konkurrenskraftsavtalet och den partiella vårdpengen

Det har kommit flera frågor till förbundet om den förlängda arbetstiden enligt KoKr-avtalet som träder i kraft i början av februari, särskilt för dem som får partiell vårdpeng.

FPA betalar två slags vårdpengar:

Partiell vårdpeng betalas till en förälder till barn i årskurs 1 och 2. En förutsättning för partiell vårdpeng är att den genomsnittliga arbetstiden per vecka är högst 30 timmar på grund av barnets vård. I praktiken kan det här betyda exempelvis högst 6 timmars arbetsdag eller ca 4 dagars arbetsvecka. Beloppet av den partiella vårdpengen är 96,89 €/mån.

Flexibel vårdpeng, 160,80 €/mån. eller 241,19 €/mån. kan mamman eller pappan till ett barn under 3 år få om den genomsnittliga veckoarbetstiden är högst 30 timmar eller högst 80 procent av den normala heldagsarbetstiden. I fråga om den flexibla vårdpengen kan det bli problem närmast om man tillämpar bestämmelsen om max. 30 timmar.

Eftersom den maximala arbetstiden, 30 h, är bestämd i lag har det lett till problem i praktiken om hur arbetstiden ska förlängas i enlighet med KoKr. Avtalet kan inte åsidosätta bestämmelserna i lagen.

FPA har på sina egna webbsidor gett anvisningar om att en förlängning av arbetstiden enligt KoKr kan påverka vårdpengens storlek, ifall den genomförs med en förlängning av arbetstiden per vecka. Om arbetstiden alltså förlängs till över 30 timmar per vecka kan man förlora vårdpengen.

Som alternativ till en förlängning av arbetstiden har en motsvarande sänkning av lönen föreslagits. Med en närvårdares genomsnittliga inkomster är förlusten 1 procent, eller ca 24 €/mån. En lönesänkning är emellertid också i strid med vad som avtalats om i KoKr. Arbetstidsförlängningen skulle enligt avtalet skötas utan att inkomstnivån ändras.

På kommunsidan har vi flera gånger diskuterat situationen för dem som får vårdpeng med KT Kommunarbetsgivarerna och försökt komma överens om saken. Bäst vore det om KoKr inte alls tillämpades på de här specialgrupperna. Vi har emellertid inte nått enighet om saken, utan KT Kommunarbetsgivarerna ger anvisningen att man måste gå in för en förlängning av arbetstiden eller en lönesänkning. Beträffande kollektivavtalen inom den privata sektorn har man inte heller kommit överens om någonting.

Förbundets direktiv är att de som får partiell vårdpeng inte ska gå med på en arbetstidsförlängning som ensidigt har bestämts av arbetsgivaren, för då kan den anställda gå miste om vårdpengen.

Arbetsgivaren kan inte heller ensidigt sänka lönen från den avtalade i arbetsavtalet, utan sänkningen kan enbart göras i samförstånd med den anställda. Situationen för var och en som får vårdpeng måste alltså granskas separat och effekterna av den förlängda arbetstiden på de förmåner som FPA betalar ut måste bedömas för varje anställd. Vid behov ska du kontakta din egen förtroendeman. ■





Vid styrelsens konstituerande möte inom SuPers fackavdelning på Pejas planerade man den nationella närvårdardagen. Enheten förde ut SuPer-info samt uppdaterade kontaktuppgifter om förtroendemännen och den nya ordföranden till omkring 15 arbetsenheter. Fackavdelningen bjöd samtidigt på kalas vid arbetsenheternas kaffebord. Ordföranden Anne-Maarit Ahlroth och sekreteraren Marita Manninen var ivriga att ta itu med sina nya uppdrag.



Närvårdardagen firades en hel vecka

TEXT JUKKA JÄRVELÄ FOTO SATU KERVINEN

Den traditionella nationella närvårdardagen svällde ut till en hel veckas jippo i slutet av januari.

Närvårdardagen hölls fredagen den 27 januari, men firande och utdelning av viktig information räckte för hela veckan på olika håll i landet. SuPer ordnade den veckan rekryteringsevenemang och informerade om SuPer-yrken.

Temat för dagen var SuPer-proffs gör gott. Förbundet spridde information om varför just SuPer är det bästa intressebevakarförbundet för vårdare som avlagt yrkesexamen på andra stadiet. På många arbetsplatser sattes kampanjmateriäl från SuPer i närvårdardagens tecken upp på anslagstavlor och i kafferum.

JIPPON PÅ MARKNADER OCH TORG

Fackavdelningarna uppträdde bland folk under närvårdardagen och under veckan och kunde berätta bland annat om hur många platser superiter arbetar på. På torg, i köpcentrum och till och med på en ishockeymatch möttes man av SuPer-färgerna.

I vissa arbetsenheter valdes årets vårdare med kaffekalas. Andra fackavdelningar uppvaktade sina gamla och nya med-

lemmar med små presenter.

Studiehandledarna höll en hög profil genom att besöka över 50 läroinrättningar och berätta vilket som är närvårdarnas enda rätta förbund. SuPer-info delades ut i skolornas entrehållar. Tävlingar och aktivitetsstationer ordnades också vid sidan av allt annat.

EN NÄRVÅRDARE KAN GÖRA MYCKET

Närvårdardagens viktigaste tema var att understryka yrkets betydelse och bredd. En sak att minnas var att närvårdaren också kan läkemedelsbehandling.

Det finns tio kunskapsområden inom närvårdarutbildningen. Du kan möta en närvårdare i samband med munhälsövård, rehabilitering, mentalvårds- och missbrukarvård eller i sjukvårdande uppgifter exempelvis i småbarnsfostran.

Alla utexaminerade närvårdare har – oberoende av sitt specialkunskapsområde – yrkesmässig beredskap att arbeta inom hela social- och hälsovården, inom småbarnsfostran och som skolgångsledare. ■

MER BILDER FRÅN NÄRVÅRDARDAGENS EVENEMANG BLAND ANNAT PÅ
INSTAGRAM #LÄHIHOITAJAPÄIVÄ



Inom hemvården i Kristinestad togs närvårdarnas, primärskötarnas och hemvårdarnas yrkeskunskap i bruk i sin helhet. Primärskötaren Tarja Flenmark, som ledde projektet, tror att det gör hemvården mer attraktiv som arbetsplats.

Kristinestad förnyade sin hemvård

TEXT MINNA LYHTY FOTO ESA JORMANAINEN

Antalet klienter hos hemvården i Kristinestad växte från ca 200 till 280 på ett par år. Man anställde inga nya. Trots det kunde man ge klienterna mer tid än förut.

En närvårdare åkte hem till en äldre i en avlägsen by för att hjälpa till med morgonbestyren. Efter ett par timmar kom en sjuksköterska till äldre och mätte blodtrycket och delade ut medicinerna i dosetten. Det här var det normala i Kristinestad innan hemvården förnyades.

Närvårdarnas och sjukskötarens arbete hölls klart åtskiljs: närvårdarna stod för primärvården och sjukskötare för de sjukvårdande åtgärderna. Hemtjänsten och hemsjukvården slogs ihop till hemvård 2009, men det hade skett bara på en teoretisk nivå.

Primärskötaren Tarja Flenmark ombads ta ledningen i ett projekt för att förnya hemvården. Man gick in för att så många äldre som möjligt kunde bo hemma länge. Funktionerna skulle rationaliseras och kostnaderna minskas. Flenmark ville genomföra reformen så att man inte skulle pruta på den vård

och tid som ges klienten.

– Vi hade kunniga närvårdare, men deras utbildning utnyttjades inte tillräckligt. Funktionerna överlappade varandra och vårdarnas tid gick till annat än till vårduppgifter.

Flenmark har arbetat över 30 år på ett äldreboende, som hade omvandlats till serviceboende. Hon hade i sitt arbete vant sig vid att närvårdarna också utförde sjukvårdsuppgifter. Hon märkte genast att arbetet inom hemvården blir effektivare när samma vårdare utför alla uppgifter hos klienten.

– Jag kartlade behoven av extra ut-

bildning. För vårdarna ordnades närundervisning i bland annat läkemedelsbehandling, sårbehandling, provtagning och användning av RAI-instrumentet för att bedöma funktionsförmågan. När de behärskade färdigheterna bredades deras befattningsbeskrivning.

– Nu ansvarar närvårdarna bland annat för läkemedelsbehandlingen av deras egna klienter efter anvisningar av en sjukskötare. Dessutom tar de prov för uppföljningar av exempelvis CRP, Hb och INR. Anvisningar för utdelning av Marevan ges av teamets sjukskötare. Vid behov kateteriserar närvårdarna också och sköter sår. Sjukskötarna leder sina team och ger också grundläggande vård vid sidan av sina övriga uppgifter.

FÖRNUFTIG PLANERING

Utöver ändringarna av befattningsbeskrivningarna har ett flertal andra reformer gjorts inom hemvården i Kristinestad.

– Vi skapade kriterier för beviljande av hemvård. Vi kartlade klienternas behov med en enkät. Vi skapade ett system med egenvårdare, vi gjorde vård- och serviceplaner för alla och tog fram biografiskt material. Dessutom gjorde vi en mapp för klienterna att ha viktiga dokument i hemma.

För hemvårdsklienterna skaffade vi distansläkartjänster. Läkaren gör en rond med tre månaders mellanrum. Vårdarna ser på förhand vem de bör besöka. Minst en gång om året besöker läkaren var och en. Läkaren är anträffbar dygnet runt.

– Vårdaren kan under ett hembesök exempelvis göra ett snabbtest av CRP och ringa läkaren så att medicineringen kan inledas genast.

Ett optimeringssystem togs också i bruk inom hemvården. Tidigare tog det vårdarna lång tid att planera vart var och en begär sig. Optimeringssystemet frigjorde tid för klientarbetet.

Ett halvt år efter att optimeringssystemet tagits i bruk fick vårdarna smarttelefoner med vilka de skötte dokumenteringen hemma hos klienten. Tidigare kunde dokumenteringen ta upp till en och en halv timme på kontoret.

Till arbetsuppgifterna hörde också att föra måltider till seniorerna. Flen-

mark tycker inte att det är förnuftigt att utnyttja vårdarnas yrkeskunskap till transportservice. Servicen lades ut och uppgiften flyttades bort från vårdarna.

Hemvården hade också skött uppköp för seniorerna. Flenmark märkte att det ofta var flera vårdare samtidigt i butiken.

– Vi kom överens med handelsmännen om att vi levererar beställningarna och de packar inköpen färdigt. Ansvaret för transporten av inköpen har delats mellan butiken, måltidstransporten och hemvården.

Flenmark berättar att utvecklingsarbetet fortsätter.

– För närvarande bereder vi en plan för läkemedelsbehandling i en arbetsgrupp. Vi ska göra dygnetrunthemvården, hemförlovningar av patienter och hemrehabiliteringen effektivare.

REFORMER MED SNÖBOLLEFFEKT

Det finns tre team i Kristinestad av vilka ett har fört reformerna allra längst. Tarja Flenmark berättar att de stora förändringarna har krävt mycket av vårdarna. De måste frångå gamla rutiner och lära sig en mängd nytt på kort tid vid sidan av arbetet.

– Jag har frågat om de vill återgå till det gamla. Många säger att aldrig i världen.

Vårdarna har gjort hemvården klientvänlig och kostnadseffektiv. Med samma personalmängd sköter de nu flera klienter och kan till och med ge klienterna mer tid. Den genomsnittliga tiden hos en klient har stigit från 24 till 28 minuter.

Om vi inte hade gjort något hade kostnaderna stigit och det hade blivit nedskärningar. Då hade de äldre fått agera offerlamm.

Omsorgsdirektören i Kristinestad Christian Lindedahl är nöjd med reformerna i hemvården.

– Det har uppstått en snöbollseffekt i hemvården, utvecklingsarbetet har hela tiden expanderat. Mycket har åstadkommit på kort tid. Hemvården har moderniserats och det ökar förhoppningsvis intresset för att söka jobb där. Vi vill vara exempel också för andra kommuner. ■

Ett nationellt cancercentrum inrättas i Finland

Ett nationellt cancercentrum FICAN inrättas före slutet av 2018. Det består av fem regionala cancercentrum, som inrättas kring de nuvarande specialupptagningsområdena och universitetssjukhusen. Utöver dem inrättas ett nationellt koordinationscentrum i samband med Helsingfors regionala centrum. Finland hör till toppen bland länder i fråga om cancervård. Förståelsen av cancers biologi blir allt djupare och därmed utvecklas cancerbehandlingarna i individuella riktning. Cancerbehandlingen utvecklas för att vårdresultaten ska vara lika goda på 2020-talet.



Skiftarbete disponerar inte för bröstcancer

Skiftarbete har befarats öka kvinnors risk att insjukna i bröstcancer, men utifrån en färsk och omfattande studie är rädslan ogrundad. Om det existerar risker är de små och knappast av betydelse i praktiken. Studien baserar sig på resultat från uppföljningar av över 1,4 miljoner kvinnor under flera tiotals år och enligt dem ökar risken för bröstcancer inte ens efter 30 års skiftarbete. Uppfattningen om ett samband mellan skiftarbete och bröstcancer har i hög grad grundat sig på djurförsök, men det har funnits få forskningsrön som gäller människor. Den nu publicerade studien grundar sig på ett mer omfattande material av högre kvalitet än tidigare undersökningar.

En dyr dörröppningstjänst får inte göras på vårdarnas bekostnad

TEXT MINNA SEPPÄ

Vårdreformen håller på att bli en dyr dörröppningstjänst till privata firmors läkarmottagningar, anser SuPer.

– Reformens ursprungliga mål, likvärdiga offentliga tjänster som kompletteras av den privata sektorn, kan glömmas. Nu följer vi den nuvarande regeringens ideologi, kommenterar SuPers ordförande Silja Paavola utkastet till regeringens proposition om en valfrihetslag, vilket offentliggjordes under julen.

Enligt Paavola är det mot tanken om välfärdssamhället att landets regering å ena sidan uppmanar individerna att ta allt större ansvar för sig själva och å andra sidan ger social- och hälsovården till företagen som försäljningstrumf.

Paavola beskriver reformen som en dyr dörröppningstjänst.

– Mindre köer till hälsostationerna är ett gott mål, men det kan man åstadkomma på ett förmånligare sätt.

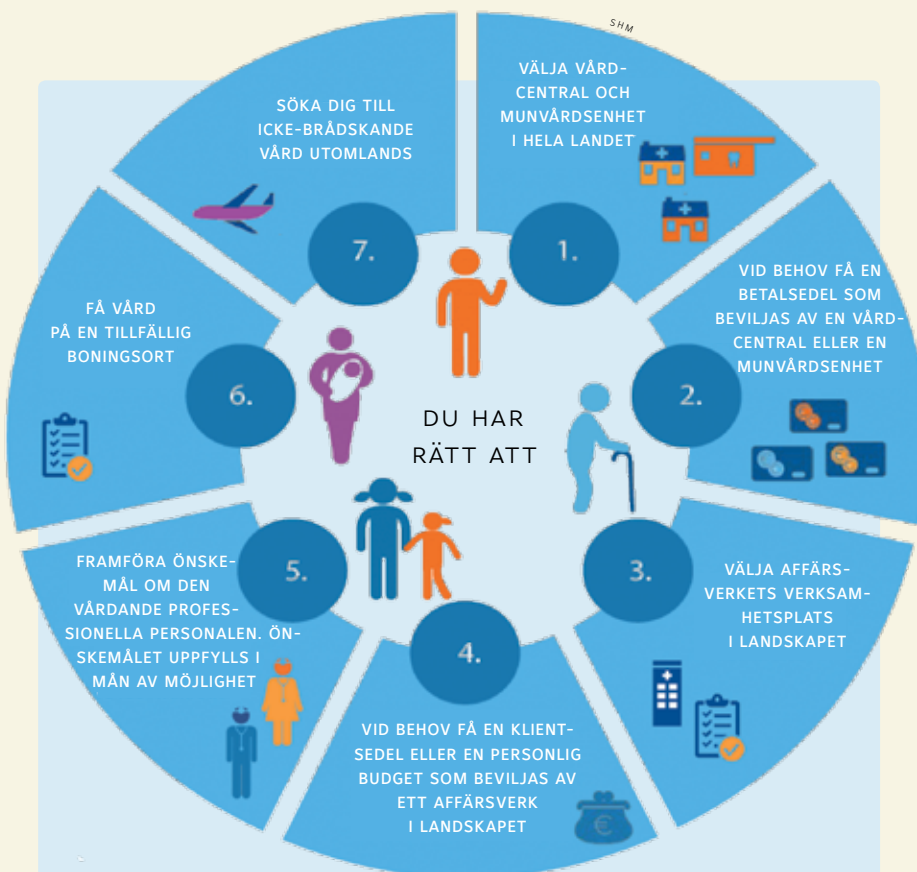
Paavola oroas av att man försöker tygla de ökande hälsovårdsutgifter som reformen leder till genom att minska antalet anställda och försämrade deras arbetsvillkor.

– Finansministeriets och regeringens högsta mål i den här reformen är en kostnadsbesparing på tre miljarder, något som är orealistiskt enligt många andra experter.

– De 90 000 medlemmarna i vårt förbund gör ett värdefullt arbete för det finländska samhället. Man kan inte tänka på dem enbart som en resurs, vars mängd man kan skära ned på enligt behov.

SAMHÄLLET'S ANSVAR KAN INTE LÄGGAS UT PÅ INDIVIDEN

Paavola ser på social- och hälsovården



LAGUTKAST OM VALFRIHET

Regeringen offentliggjorde i december ett lagutkast om klientens valfrihet i fråga om social- och hälsovårdstjänster samt de ändringar i utkastet till landskaps- och vårdlag som gjorts efter höstens utlåtanden.

I modellen ordnas social- och hälsovården av 18 landskap. Under dem verkar affärsverk, alltså inte serviceinrättningar som i de tidigare utkastet. Affärsverken tillhandahåller tjänster på specialnivå, såsom specialiserad sjukvård, vilken inte ingår i den kommande omfattande valfrihet som träder i kraft den 1 januari 2019. Ett landskap kan bevilja klientsedlar för köp av tjänster på specialiserad nivå och en personlig budget för klienter inom äldre- eller handikappvården.

En klient kan från och med 2019 välja var han eller hon skaffar en viss fastställd grupp social- och hälsovårdstjänster på basnivå. Av dem tillhandahålls en del av dotterbolag till landskapets affärsverk, en del i sin tur av vårdcentraler av bolagstyp, som kan vara ägda av ett affärsverk, ett företag eller en organisation i landskapet. Vårdcentralen kan bevilja en betalsedel som gör det möjligt att anlita den privata sektorn.

i stor skala som olämplig för business: de komplicerade processerna är svåra att produktifiera, vilket valfriheten och försäljningen av tjänster förutsätter. Aktuell är också en servicesedel med fastställt värde. Det är svårt att gestalta helheten.

– En knäoperation är exempelvis en kompakt produkt. Men om något går fel, och operationen leder till komplikationer?

– Även om det skrivs in i lagen att producenten ska sköta allting finns det en rädsla för att så inte sker. Den offentliga sidan är emellertid den som i sista hand betalar allt, oberoende av vilka avtal det finns.

En annan utmanande helhet är den personliga budgeten.

– En människa kan vara oförmögen att välja, på grund av antingen ålder, hälsotillstånd eller handikapp. I vidare bemärkelse är det fråga om att man inte kan lägga ut välfärdssamhällets ansvar på individen.

Paavola påpekar att en ökning av businessmöjligheterna också kan vara i strid med upprätthållandet och utvecklandet av vårdkedjorna, ett av målen i vårdreformen. Risken finns att verksamheten splittras.

SuPer understöder inte heller modellen som bygger på 18 landskap, för vi ser att den ökar medborgarnas olikvärdighet.

VALFRIHETEN TAR SERVICEN FRÅN DEM SOM BEHÖVER DEN MEST

Valfrihetsmodellen försämrar enligt Paavola servicen för de människor som mest behöver social- och hälsovård.

– Den så kallade betalsedeln erbjuder åldringar och handikappade, som exempelvis använder hemvården. Vården på sedeln får inte fastställas så lågt att klienten också måste betala en del av en miniservice.

– Hemvård passar inte alla situationer. Om den service som ges är otillräcklig får vi bara mera svårskötta bäddpatienter.

SuPers intressebevakningsdirektör Anne Sainila-Vaarno anser att utkastet till valfrihetslag är ofullbordat.

– Ett affärsverks roll kräver ytterligare precisering av exempelvis om det är en juridisk person eller inte.

Sainila-Vaarno konstaterar att intressebevakningsläget är utmanande.

– För närvarande vet vi ännu inte på vilka alla ställen våra medlemmar kommer att jobba i fortsättningen. Vårt mål är att arbetsgivaren för så många närvårdare som möjligt som arbetar inom den nuvarande kommunsektorn hör till en landskapskoncern, alltså är ett landskap, dess dotterbolag eller ett annat offentligt ägt bolag.

– Vi vet inte heller vilka kollektivavtal som ska tillämpas.

ÖVERLÅTELSENA AV RÖRELSE HOTAR ATT BLI FÖRSENADE

På den offentliga sidan har SuPer KT Kommunarbetsgivarna som förhandlingspartner. KT har i fortsättningen sina egna kommun-, landskaps- och statssektioner. I beredningen av lagstiftningen hör det till de stora frågorna hur det går för personalen om tidsfristen två år för överlåtelse av rörelse som ingår i lagförslaget inte håller på grund av att processen drar ut på tiden. Enligt lagförslagen övergår vårdpersonalen i landskapens tjänst genom överlåtelse av rörelse under åren 2019–2020.

– Vi ska också komma ihåg att en överlåtelse av rörelse inte skyddar personalen annat än under själva överlåtelserna. Minskningar av personalen kan alltså ske senare.

Beredningen av reformen framskrider på flera olika fronter. En tjänstemannagrupp formulerar förslaget så att de anställda i sju år ska höra till det pensionssystem som de hör till 2018, alltså till utgången av 2015. De personalpolitiska riktlinjerna behandlas fortfarande i en personalarbetsgrupp. Diskussionen kring de här temana fortsätter också med den kommunala arbetsgivaren. ■

Priset på över 1 500 läkemedel har sjunkit i år

Priset på över 1 500 läkemedelsförpackningar är nu lägre än i december förra året. De största sänkningarna är upp till hundratal euro, eller 20–50 procent. Mer än 10 euro sjönk priset på 90 läkemedelsförpackningar och 1–10 euro priset på långt över tusen förpackningar. Den huvudsakliga orsaken till pris-sänkningen är priskonkurrensen mellan receptmediciner och ökningen av den. Det här är ett sätt att försöka uppnå de besparingar i läkemedelsersättningar på 150 miljoner euro som fastställdes i regeringsprogrammet. Vid årsskiftet infördes parallellimporterade läkemedel i referensprissystemet för läkemedel och epilepsimedicinerna kom med i apotekens läkemedelsutbyte när de ordinerades för andra ändamål än epilepsi.



Invandrabarnen har knappast några sällsynta sjukdomar

I Finland påträffas sällan några sällsynta sjukdomar hos invandrabarn. De barn som anländer till Finland lider för det mesta av flunsa och öroninflammation. Av de asylsökande som kom 2015 var omkring en fjärdedel under 18 år. Vi är rädda för exempelvis tuberkulos, men antalet konstaterade fall bland de asylsökande 2015 var under 40. ”Ju snabbare invandrabarnen omfattas av det finländska hälsovårdssystemet desto bättre för stambefolkningen och invandrarna”, säger Eeva Salo, specialläkare i barnsjukdomar och infektionssjukdomar hos barn vid HUCS Barnklinik.

SUPERS SVENSKSPRÅKIGA

Studie- dagar

4.-5.4.2017
TAMMERFORS

Kom med på studiedagarna på Scandic City i Tammerfors. Där kan du bekanta dig med andra vårdare och skapa nätverk! På programmet står intressanta ämnen som berör oss alla idag och i framtiden.

PROGRAM

Tisdag 4.4.2017

- Anmälan och kaffe
- Öppningsord
- Stiftelsen La Carita belönar innovationer inom äldreomsorgen
- Smärtans psykologi
- Lunch
- Arbetsglädje och stresshantering – verktyg för att förbättra och upprätthålla den egna arbetsförmögan
- Diabetes – nya behandlingsformer och riktlinjer för uppföljning
- Kaffe
- Befriande skratt i vårdande vardag.

Onsdag 5.4.2017

- Att leva livet med minnessjuka – minnen från demensbyn i Holland.
- Med fingret på pulsen – förebygg hjärninfarkt.
- Paus
- Alla vinner då vårdaren får utveckla vården. Vårdarens roll och möjligheter i utvecklandet av det egna arbetet.
- Lunch
- Att stödja familjens relationskompetens.
- Hjärningar – förebyggande arbete förbättrar livskvaliteten
- Kaffe
- Vårdande sång.

DELTAGARAVGIFTERNA

	Medlemmar	Studerande/ Pensionärer/ Arbetslösa	Icke medlemmar
2 dagar	220 €	140€	270 €
1 dag	150 €	100€	200 €

I deltagaravgiften ingår föreläsningarna, material samt lunch och kaffe (moms 0%).

Meddela exakt faktureringsadress i samband med anmälan om arbetsgivaren betalar avgiften. Studerande och arbetslösa måste vara färdiga att visa ett intyg vid anmälan.

Logi ingår ej i deltagaravgiften. Vi har reserverat hotellrumskvoter på Scandic Tampere City (Tavastgatan 1, Tammerfors), tel. 03 2446 2101. Ange reservationskoden SUP040417 i samband med bokningen. Bokningen bör göras senast 5.3. Deltagarna bokar och betalar sina hotellrum själva. Bokning kan inte göras via hemsidan.

ANMÄLNING

Du kann fylla i och skicka blanketten via nätet <https://my.surveypal.com/svdagar17>

Anmälningsblanketten finns på SuPers svenska hemsida www.superliitto.fi/pa-svenska

Den sista anmälningsdagen är 5 mars 2017.

Anmälan är bindande. En skild bekräftelse på anmälan skickas ej. Fakturan skickas till den faktureringsadress som angetts.

Tilläggsuppgifter: sara.simberg@superliitto.fi