

SLIPPER

5/2016

*Välinehuoltajan
työ vaatii*

HYGIENIAA JA
HUOLELLISUUTTA

*Rautalammillla ja
Vesannolla viedään*

MIELENTERVEYS-
KUNTOUTUSTA KOTIIN

Yleistyminen tylsyyttää

TATUOINTIEN SÄRMÄÄ

Liittokokous

8.-9. kesäkuuta:

OHJELMA JA
EHDOKKAAT



Pääluottamusmies

*– ei hoitaja,
vaan piinkova
edunvalvoja*

VIIVI LEHDONVALO
PAPERITTOMIEN AUTTAJA



58

Päiväkoti on harvinaisuus Kamerunissa.



21

Silja Paavola haluaa jatkaa SuPerin puheenjohtajana.



16

Pirjo Lepistön työ vaatii tarkkuutta ja hygieniää.



30

Tatuointien nopea yleistymisen ei tarkoita niiden automaattista hyväksymistä.

toukokuu

3 Pääkirjoitus 4 Ajankohtaista 5 Puheenjohtajalta 6 Sote-palvelut yhtiöitetään 8 Edustajisto päättää uudesta keskusjärjestöstä 9 Sosiaalihuollon työntekijät Suosikki-rekisteriin 10 Kilpailukykysovimuksen jatkohiontaa
11 Kotihoitoon tarvitaan uusi toimintamalli 12 Toukokuun lyhyet 13 Näin vastattiin, Lehtikatsaus
14 Lähi- ja perusruokaa: Alban quesadillat 16 Pirjo Lepistön työpäivä 21 Liittokokous 2016, puheenjohtaja- ja varapuheenjohtajaehdokkaat 24 Näin liittokokous etenee 26 Liittokokousedustajat ja edustajiston jäsenet
KANNESSA 28 Viivi Lehdonvalo auttaa paperittomia 30 Tatuointi yleistyy nopeasti 34 Sirkka-Liisa Kivelän kolumni
35 Lukijalta 36 Itsehoitolääkkeet 38 Siedätyksestä apua allergiaan 40 Mielenterveyskuntoutusta kotiin
42 Pääluottamusmiesten neuvottelupäivät 45 SuPer Lapsimessuilla 46 Mukava hoitaja on hyvä
47 Palasia sieltä täältä 48 Meidän juttu: toimiva hoivakoti 51 Henkilökohtaisen avustajan edunvalvonnasta
52 Edunvalvontayksikkö: tarkkana sosiaalisessa mediassa 54 Superristikko 55 Paras juttu 56 Nuorten palstalla risteillään 58 Kattilamatka Kameruniin 62 Runsaita etuja jäsenkortilla 64 Jäsenyksikön palvelukortti 65 Hanna Jokisen pakina 66 Työttömyyskassa tiedottaa 72 Superkulttuuria 73 Kuulumisia 74 Luonnossa 75 P.S. Virroilta

SUPER

63. vuosikerta
Tilaushinta 56 €/vuosi
Aikakauslehtien Liiton jäsen

JULKAISIJA

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

PÄÄTOIMITTAJA

Leena Lindroos 09 2727 9174

TAITTAVA TOIMITTAJA

Jukka Järvelä 09 2727 9178

TOIMITTAJAT

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

VIERAILEVAT KIRJOITTAJAT

Silja Kiehelä, Lea Lamminmäki,
Irene Pakkanen, Antti Vanas

KANNEN KUVA

Viivi Lehdonvalon kuvasi Elina Kujala

ULKOASU

Eyekraft Oy ja Jukka Järvelä

PAINOS

91 800

ILMOITUKSET

Katriina Alfa 09 2727 9298

OSOITTEENMUUTOKSET

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

KIRJAPAINO

 punamusta

ISSN 0784-6975



TÄNÄÄN TÖISSÄ – JO 71 TARINAA

Tammikuun lehdessä vuonna 2010 käynnistyi SuPer-lehden nimikkosarja Tänään töissä. Tuolloin perushoitaja Raili Joonan työpäivästä kertova artikkeli oli otsikoitu *Maailman tärkein työ* – olihan Railin työnä hoitaa vastasyntyneitä vauvoja ja heidän äitejään Vammalan aluesairaalan operatiivisella osastolla. Mutta aivan yhtä hyvin olisi jokainen muukin sarjan tähän asti ilmestyneistä 71 jutusta voitu otsikoida samalla tavalla.

Olemme kertoneet jäsentemme monipuolisesta ja vastuullisesta työstä päivähoidosta saattohoitoon. Jäseniä on kipsimestareista vastaanottoavustajiin, osastonsihteeriestä päivähoitajiin, koulunkäynnin ohjaajista farmanomeihin – on kotihoidon työntekijöitä, jalkojenhoitajia, lääkintävahtimestareita, päihde- ja mielenterveyshoitajia, henkilökohtaisia avustajia, omaishoidon tuuraajia... Ja monia, monia muita osajia. Tässä numerossa esittelyvuorossa on välinehuoltaja Pirjo Lepistö Keski-Pohjanmaan keskussairaalan välinehuoltokeskuksesta. Hänen työpäivänsä kautta pääsemme kurkistamaan taas yhdelle erikoisosaamisalueelle ja uskon, että artikkelista löytyy kollegoillekin uutta tietoa. Luettua ja pidettyä jututarjaa jatkamme mielellämme edelleen.

SuPerin liittokokous järjestetään kesäkuun 8.–9. päivinä Helsingissä. Ennakoimme kokousta esittelemällä puheenjohtaja- ja varapuheenjohtajaehdokkaat, kerromme visuaalisena nauhana kokouksen kulun ja julkaisemme vaaleilla valitut liittokokousedustajat. Kesän kaksoisnumero ilmestyy tänä vuonna normaaliaikataulusta poiketen vasta 22. kesäkuuta. Näin siksi, että koostamme liittokokouksen uutiset ja valinnat luettavaksenne heti tuoreeltaan.

Mutta sitä ennen: oikein hyvää äitienpäivää, helluntaita ja kesän aloitusta! ■



leena.lindroos@superliitto.fi

Kalenteri

TOUKOKUU

8.5.	Äitiänpäivä
10.–11.5.	Kotihoidon koulutuspäivät, Tampere, SuPer
10.–12.5.	Taitaja2016, Seinäjoki
14.–15.5.	Yhdistyksen taloudenhoidon perusteet, Kajaani, TJS-Opintokeskus
18.–19.5.	Terve-Sos, Seinäjoki
24.–25.5.	Pätevä puheenjohtaja II, Helsinki, SuPer
28.–29.5.	Naisten Kymppi, Helsinki

KESÄKUU

10.6.	South Park 2016, Tampere
10.–11.6.	Saaristo Open 2016, Kaarina
12.6.	Helsinki-päivä 2016
15.–19.6.	Midnight Sun Film Festival, Sodankylä
16.–19.6.	Taste of Helsinki 2016
17.–18.6.	Neitsytperunafestivaali, Turku



SuPerin nettikampanja touko-kesäkuussa:

Hyvinvoiva hoitaja hoitaa hyvin



Hyvinvoiva henkilöstö on työpaikan tärkein voimavara. Kun työntekijät voivat hyvin, asiakas saa hyvää hoi-

toa. Työhyvinvoinnin kehittämisessä on vain voittajia!

SuPer kampanjoi touko-kesäkuussa työhyvinvoinnin puolesta nettikampanjalla, jonka teema on *Hyvinvoiva hoitaja hoitaa hyvin!*

Kampanjan tarkoituksena on kertoa, että hoitaja ei voi hoitaa hyvin, jos siihen ei anneta mahdollisuuksia. Hoitajat huolehtivat aina muiden hyvinvoinnista, mutta on tärkeää huolehtia myös omasta hyvinvoinnista ja oikeuksista. Työnantajan tehtävä on tarjota edellytykset työn tekemiselle hyvin. Kun nämä rakennuspalikat ovat kunnossa, tuottavuuskin paranee. Säästötoimien keskellä tulisikin pitää huolta siitä, että ihmiset voivat hyvin, niin työntekijät kuin asiakkaatkin.

Työhyvinvointi tarkoittaa sitä, että työ on turvallista, terveellistä ja mielekästä, työtä tekevät ammattitaitoiset työntekijät ja työtä tehdään hyvin johdetussa organisaatiossa.

Superilaisten työhyvinvointia ja työssä jaksamista uhkaavat eniten vuo-

rotyö ja ylipitkät työajat, ristiriitakokemukset esimiesten ja alaisten välillä, ristiriitakokemukset työntekijöiden välillä, työn fyysinen ja henkinen kuormittavuus sekä väkivalta ja sen uhka.

Esimiehellä on keskeinen rooli työhyvinvoinnin mahdollistajana, työyhteisönsä tukijana ja kehittäjänä. Esimies tukee työyhteisönsä mahdollisuuksia toteuttaa perustehtävää ja henkilöstönsä taitoja toimia itsenäisesti. Esimies varmistaa myös, että yhteistyö sujuu ja työyhteisössä voi saada tukea toisilta. ■



NYT ON AIKA

- ▶ Toimittaa ammattiosaston vuosikertomus ja tilinpäätös liittoon.
- ▶ Ilmoittaa jäsenyksikköön, jos jäät eläkkeelle kesän aikana. Eläkeläisjäsenmaksu on 10 euroa vuodessa.
- ▶ Lähteä seuraamaan Taitaja2016-kisoja Seinäjoelle.
- ▶ Lähteä Terve-Sos-messuille Seinäjoelle, SuPer mukana messuilla.
- ▶ Onnitella äitejä.

On hienoa olla superilainen

Ajattelin kirjoittaa mietteitä neljältä viime vuodelta, jolloin olen saanut olla SuPerin puheenjohtaja. Tämä aika on ollut upeeta! On ollut hienoa tavata eri puolilla Suomea asuvia jäseniä sekä työnantajan edustajia ja päättäjiä eri kunnissa. Työ, jota teemme, on vaikuttavaa niin yksilö- kuin yhteiskuntatasolla. Meitä superilaisia tarvitaan, sillä olemme suurin yksittäinen ammattiryhmä vanhus-tenhoidossa ja varhaiskasvatuksessakin toiseksi suurin. Superilaisia tarvitaan kaikkialla, niin sote- kuin sivistystoimen sektorilla.

Ilman meidän työpanostamme moni ihminen voisi todella paljon huonommin. Ammatti-identiteettimme rakentuu siitä, että ikää katsomatta apua tarvitseva ihminen on työemme keskeisin kohde. Tämän ajatuksen jakavat kaikki superilaiset. Usein kuitenkin kuulen, että muut tukityöt ja toimet vievät runsaasti aikaa, jolloin ihminen jää vähemmälle hoidolle kuin mitä hän tarvitsisi. Miksi näin on? Oman olettamani mukaan ainakin osittain siksi, että me pidämme omaa työtämme itsessään selvänä.

Ammatillisen koulutuksemme johdava ajatus on, että lääkitykset, erilaiset hoidot ja tutkimukset ovat sairauksien voittamisen kannalta erittäin tärkeitä. Kuitenkin ihminen on kokonaisuus ja siihen kokonaisuuteen kuuluvat oleellisenä osana myös ihmisen omat tunte-
mukset ja kokemukset. Onko hänellä kylmä, nälkä, miten hygieniä on hoidettu, onko kipuja, pelkoja, onko hän iloinen vai surullinen. Näistä tuntemuksista ja tunnetiloista lähtevät kokemukset vai-

kuttavat hoidon onnistumiseen.

Aina ei ymmärretä sitä, että kattava hyvä olo lähtee perushoidosta. Vai haluaisiko joku mennä juhliin tai mukaan yhteiseen toimintaan hikisenä, tukka likaisena tai parta ajamatta? Kun tätä itsestäänselvyyttä ei aina ymmärretä, meidän on tehtävä työemme sisältö kaikille näkyväksi. Usein he, jotka eivät tiedä työemme sisältöä sanovat, että kaikki voivat tulla alalle. Kaikkihan me osaamme syöttää, pestä ja vaihtaa vaippaa. Tässä on jo ensimmäinen iso virhe. Me emme pese, syötä ja vaihda vaippaa, vaan vaikka teemme nämä toimet, samalla huomioimme monia eri asioita. Ammatti-ihmisinä näemme ihon kunnon, ruokailun kokonaisuutena ja vaipan vaihdon yhteydessä huomioimme eritteetkin tarvittaessa. Edelleen ammattitaitoiset hoitajat tarkastelevat liikkumista ja kognitiivisia taitoja perushoito- tai kuntoutustilanteissa suhteutettuna potilaan tai asiakkaan ikään, sairauteen ja muihin hänen olemukseensa vaikuttaviin tekijöihin. Työmme on ammatillista – joskin teemme sitä sydämellä. Siinä on suuri ero verrattuna hyväsydämiseen auttamiseen.

Oletan, että kaikki superilaiset ovat kanssani samaa mieltä. Miksi kuitenkin ajoittain tulee viestiä siitä, että meitä ei arvosteta työpaikolla. Tämä näkyy sellaisten työtehtävien pois rajaamisena, joihin koulutuksemme antaa tiedot ja taidot. Toisaalta määrätään tehtäviä äärestä laitaan, jolloin tärkein, ammattitaitoinen hoito, jää toisarvoiseksi. Kyse on usein työpaikan organisaatiosta ja siellä käytössä olevista tavoista. Tai tietämättömyydestä siitä, millaisen osaamisen tutkiminto antaa.

Näin keväällä tulee työelämään taas uusia opintonsa päättäviä lähihoitajia. He ovat innoissaan ja haluavat tehdä lähihoitajan työtä. Otetaan heidän ilolla vastaan. Lisätään heidän ammatillista osaamistaan omalla osaamisellamme, jotta tulevaisuudessakin työkaverinamme on yhtä hyviä superilaisia! ■

Kevätterveisin, Silja



Kaikille riittää töitä, vai riittääkö?

TEKSTI JA KUVA MARJO SAJANTOLA

Sote-palveluiden avaaminen kilpailulle saattaa uhata kansalaisten yhdenvertaisuutta, palveluiden saatavuutta sekä henkilöstön asemaa. Liikkeenluovutuksen periaatekaan ei takaa työpaikkoja kaikille siirtymille.

SuPerin puheenjohtaja Silja Paavola on ottanut julkisuudessa voimakkaasti kantaa sote-sektorin suunniteltuun rahoitukseen. Maakuntia on liikaa, eikä rahoituspohja ole riittävä. Myös sote-palvelujen laaja avaaminen kilpailulle saattaa uhata kansalaisten yhdenvertaisuutta, palvelujen saatavuutta ja laatua sekä henkilöstön asemaa.

Sote-uudistus on Paavolan mielestä edennyt yritysten asia edellä. Kansalainen on jäänyt yksityisten toimijoiden etujen ajamisen jalkoihin. Uhkana on myös, että ensisijaisesti rahoitetaan uudistuksessa maakunnille siirtyviä muita palveluja ja sosiaali- ja terveystyöpalvelut jäävät heikompaan asemaan.

Paavola muistuttaa, että yritystoiminnan tarkoitus on aina tuottaa voittoa omistajilleen. Useimmiten tämä tehdään henkilöstön työehtoja heikentämällä. Rahan lisäksi huomio pitäisi kiinnittää sote-palveluissa myös palvelujen laatuun, asiakasturvallisuuteen ja inhimillisyyteen. Osakeyhtiöiden kohdalla päätökset tekevät usein kasvotomat markkinavoimat ja siinä päätöksenteossa yksittäisen kansalaisen tai edes poliittisen päättäjän sana ei paljon paina.

LIIKKEENLUOVUTUS EI TURVAA TÖITÄ

Sote- ja maakuntauudistuksen valmistelusta vastuussa olevat ministerit julkaisivat huhtikuun alkupuolella järjestetyssä tiedotustilaisuudessa uusia sote-linjauksia. Henkilöstön osalta on lin-



Sote puhuttaa. SuPerin kehittämisjohtaja Jussi Salo kertoi uudistuksen vaiheista myös liiton pääluottamusmiesten neuvottelupäivillä.

jattu, että kuntien ja kuntayhtymien sote-tehtäviä hoitava henkilöstö ja tukipalveluiden henkilöstö, joka palvelee pääosin maakunnille siirrettäviä tehtäviä, siirtyy vuoden 2019 alusta liikkeenluovutuksen periaatteiden mukaisesti maakuntien ja niiden omistamien yhtiöiden palvelukseen.

Lisäksi linjauksissa sanotaan, että henkilöstöjärjestelyissä huolehditaan hyvän henkilöstöpolitiikan toteutumisesta ja henkilöstön asemasta muutostilanteissa.

– Liikkeenluovutuksen periaate tarkoittaa, että henkilöstö siirtyy entisillä palvelussuhteen ehdoilla uuden työnanta-

jan palvelukseen, eli maakuntien palvelukseen. Entäpä, jos maakunnalla ei ole tarjolla töitä? Maakunnat ovat yhtiöittä-mässä palveluitaan, eikä ole takeita siitä, että uusi yritys ottaisi maakunnilta henkilöstöä. Ja jos ottaa, millä hinnalla, SuPerin kehittämisjohtaja Jussi Salo kysyy.

Hänen mielestään kuntaliitoksissa käytetty vastaava irtisanomissuojajakaan ei antaisi takeita siitä, että töitä riittäisi jokaiselle.

– Silloin saattaisi olla tarjolla vain paljon osa-aikaisia töitä. Siten lupaus siitä, että siirrytään vanhoina työntekijöinä, on ihan tyhjän päällä.

Salo jatkaa, että myös linjauksissa

YHTIÖITTÄMISVAATIMUS NÄYTTÄISI TARCOITTAVAN SITÄ, ETTÄ VAIN YHTIÖIDEN KAUTTA VOIDAAN JATKOSSA TARJOTA JULKISESTI TUOTETTUJA PALVELUJA.

mainittu hyvä henkilöstöpolitiikka henkilöstöjärjestelyissä toteutuu paperilla helpommin kuin käytännössä. Kun painopiste on yhtiöiden varassa, KVTES-tason työehtosopimusta ei tulla jatkossa näkemään. Yksityisellä puolella on omat työehtosopimuksensa ja ne ovat työntekijän kannalta selvästi kuntasektoria heikommat.

– Kestävyyssvajevaatimuksen täyttötalkoissa on esitetty soteille kolmen miljardin säästötavoite. Se tullaan ottamaan sillä, että työehtosopimukset ovat työntekijän näkökulmasta entistä heikommat ja työntekijöiden määrä pienempi. Tämän isojen yritysten johto on myös julkisesti myöntänyt, ei tämä salaisuus ole, Salo jyrähtää.

TÄNÄÄN NÄIN, ENSI VIIKOLLA TOISIN?

Kehittämisjohtaja Jussi Salo sanoo, että sote-uudistuksen tarve ja välttämättömyys on tiedostettu jo yli kymmenen vuotta sitten ja useita yrityksiä toimintamallin ja rahoituksen uudistamiseksi on myös tehty.

Kaikki kaavaillut mallit ovat matkan varrella kaatuneet ja samoin on käynyt nykyisenkin hallituksen suunnitelmalle mallille.

– Oikeastaan se ei ole kaatunut, vaan siihen on jatkuvasti tehty muutoksia ja viimeisimmissä linjauksissa sote-uudistus on saanut sellaisia suuntaviivoja, joita vuosi sitten tuskin kukaan edes villeimmissä unelmissaan uskalsi ajatella.

Salon jatkaa, että Sipilän hallituksen sote-uudistukselle asettamien alkupe-
räisten tavoitteiden keskeisenä ajatuksena oli se, että ihmisten palvelutarpeet huomioitaisiin kokonaisuutena ja palvelukokonaisuudet olisi saatu saman johdon ja saman budjetin alle. Keskei-

nen tavoite oli myös saada selkeä ja tehokas hallinto, vahva kansallinen ohjaus sekä palvelujen käyttäjille valinnanvapaus.

Tuoreimmista linjauksista tavoitteiden löytäminen on haasteellista. Päälinnämäisenä sieltä löytyy vaatimus sote-palvelujen yhtiöittämisestä sekä vaatimus kolmen miljardin euron kustannussäästöistä.

– Yhtiöittämisvaatimus näyttäisi tarkoittavan sitä, että vain yhtiöiden kautta voidaan jatkossa tarjota julkisesti tuotettuja palveluja. Tätä hallitus perustelee EU:n kilpailusäädöksillä. Maamme johtavat oikeusoppineet ovat asiassa aivan päinvastaisella kannalla. Itse kallistun kyllä vahvasti näiden oikeusoppineiden kannalle ja näin uskon myös maamme hallituksenkin lopulta kallistuvan, Jussi Salo sanoo.

Hallitus on luvannut, että toukokuun alussa tarkempia linjauksia sisältävä soten järjestämislaki lähtee kunnille lausuntokierrokselle. Lainsäätäjät jatkavat syksyllä sen käsittelyä ja eduskuntaan se menee loppuvuodesta.

Toukokuussa on tulossa myös toinen iso linjaus, eli professori Mats Brommelsin johtaman työryhmän raportti valinnanvapausmallista.

– He ovat ilmoittaneet esittävänsä yhtä väliraportissa väläytetyistä malleista sote-uudistuksen pohjaksi. Sitten asian tuntijat antavat lausuntonsa ja poliitikot päättävät. Sotessa jokainen on kuitenkin huomannut, ettei mikään ole varmaa. Ensi viikolla kaikki voi olla historiaa ja uudet mallit kehissä, Salo huomauttaa purevasti. ■



LISÄTIETOJA SUPERIN VERKKOSIVUILTA



KATSO MYÖS VM:N JA STM:N
YHTEINEN SIVUSTO

Hoitajille tehtiin pohjoissaamen sanakirja

Muistisairaanhoidon tueksi on laadittu suomi–pohjoissaame–fraasisanakirja, jonka tarkoituksena on tukea hoitajan ja saamenkielisen muistisairaanhoidon välisestä vuorovaikutuksesta hoidon toteutuksessa. Fraasisanakirjaan on koottu aihealueittain yleisimpiä muistisairaanhoidossa käytettäviä sanoja ja lauseita suomeksi ja pohjoissaameksi. Saamenkielisille ikääntyville halutaan taata omakieliset palvelut, vaikka saamelaisaluetta vaivaa saamenkielisten sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten puute. Vanhetessaan saamelaiset voivat muistaa saamenkielen paremmin kuin suomen.



Omaishoitajien on oltava omatoimisia

Omaishoitajat kokevat, että he eivät saa ammattilaisilta riittävää tukea ja ohjausta. Omaishoitajat joutuvat itse ottamaan selvää ja tekemään hakemuksia arkea helpottavista apuvälineistä sekä kodin muutostöistä. Asia käy ilmi Ulla Tikkasen väitöstutkimuksesta. Tikkasen tutkimukseen osallistuneet pääkaupunkiseudulla asuvat omaishoitajat olivat 76–83-vuotiaita. Yhteensä Suomessa on noin 24 000 yli 65-vuotiaasta kunnan kanssa omaishoitosopimuksen tehnyttä omaishoitajaa.

SuPerin kanta uuteen keskusjärjestöön:

Aidosti auki

TEKSTI HENRIIKKA HAKKALA

Uuden keskusjärjestön selvityshanke on edennyt loppusuoralle. SuPerin edustajiston keskustelu ja päätös 27. toukokuuta pidettävässä kokouksessa määräävät SuPerin kannan valmistelutyön jatkamiseen.

Uuden keskusjärjestön selvitystyössä odotetaan parhaillaan yksittäisten liittojen päätöksiä siitä, lähdetäänkö SAK:n ja STTK:n nykyasetelmasta rakentamaan yhteistä uutta ja työntekijäkenttää laajasti edustavaa keskusjärjestöä.

Liittojen on ilmaistava kantansa viimeistään 1. kesäkuuta.

Työmarkkinapoliittinen ympäristö on muuttunut merkittävästi hankkeen käynnistämisen ajankohdasta puolitoista vuotta sitten. Valmistelutyöryhmien työn viimeistely sekä strategisista linjauksista ja hallinto- ja rahoitusmallin perusteista aiemmin keväällä saavutettu yhteinen tahtotila näyttää nyt jäävän yksittäisten liittojen omien tavoitteiden varjoon.

Toistaiseksi suurista STTK:laisista liitoista Tehy, Pardia ja Jyty ovat ilmoittaneet, etteivät jatka valmisteluhankkeessa.

– Minusta on hyvin harmillista, että aivan kaikkien liittojen jäsenistölle näin tärkeään asiaan sotkeutuu näin paljon tunteita. Olen edelleen sitä mieltä, että olisimme tarvinneet vahvaa, uutta keskusjärjestöä, puheenjohtaja Silja Paavola toteaa.

OMAT ARVOT OHJAAVAT

SuPerin päättäjät saavat toukokuussa koolle kutsutussa kokouksessaan rat-



kaistavakseen aiemmin arvioitua hajanaisemman kuvion.

Paavola kuvailee tehtyä selvitystyötä laadukkaaksi. SuPerin nykyinen keskusjärjestö STTK on osoittanut siinä sekä sopeutumis- ja muun- tautumiskykyä että löytänyt uusia toimintatapoja.

SuPerin tehtävä nyt onkin miettiä, mitä se todella tarvitsee keskusjärjestöltään.

– Edustajiston jäsenet ovat saaneet kaikki valmisteluasiakirjat tiedokseen niiden valmistuttua. Se ei kuitenkaan korvaa yhdessä käytävää keskustelua, jossa asiaa voidaan käsitellä eri näkökulmista. Siksi edustajiston kokouksen asialistalla on vain tämä yksi aihe. On todella tärkeää kuulla omien päät-

täjiemme näkemykset asiaan, Paavola kertoo.

Superilaisten päättäjien selkänäjana ovat aina omat, vahvat arvot, joiden perusteella voidaan arvioida riittävän vahvan uuden keskusjärjestön toteutumisen mahdollisuuksia nykyedellytyksillä. Jokaisella superilaisella on myös mahdollisuus kertoa oma kantansa asiaan alueensa edustajiston jäsenelle ennen kokousta 27. toukokuuta.

– Meidän intressimme on koko ajan ollut se, että keskusjärjestö, johon SuPer kuuluu, ymmärtää kuinka laajasti tekeillä oleva sote-ratkaisu vaikuttaa meidän jäsenistöömme. Siksi jäsenistöllä ja edustajiston 40 päättäjällä täytyy olla tähän aivan konkreettinen päätösvalta, Paavola korostaa. ■



Suosikki-rekisteri Terhikin rinnalle

Sosiaalihuollon ammattihenkilöt rekisteröidään jatkossa Valviran Suosikki-ammattihenkilörekisteriin. Vastaavanlainen rekisteri, Terhikki, on jo olemassa terveydenhuollon ammattihenkilöille.

Lähihoitajat, kodinhoitajat ja kehitysvammaisten hoitajat samoin kuin sosiaalityöntekijät, sosionomit ja geronomit ovat sosiaalihuollon ammattihenkilöitä.

Sosiaalihuollossa työskentelevien lähihoitajien, kodinhoitajien ja kehitysvammaisten hoitajien tulee rekisteröityä Suosikkiin ensi syksynä. Tulevaisuudessa nämä kaksi eri rekisteriä, Terhikki ja Suosikki, yhdistyvät. Ennen yhdistymistä lähihoitajien on rekisteröidyttävä sekä Suosikkiin että Terhikkiin, mikäli

he työskentelevät sekä sosiaali- että terveydenhuollossa.

Suosikki-rekisteri otetaan käyttöön elokuun alussa ja se on käytössä vuoden 2017 loppuun saakka. Jotkut työnantajat ovat vaatineet jo nyt rekisteröitymistä Suosikkiin. Toiset työnantajat ovat sopineet, että lähihoitajien osalta rekisteröityminen Terhikkiin riittää, kunnes nämä kaksi rekisteriä yhdistetään.

Sosiaalihuollon ammattihenkilölaki ei vaikuta kelpoisuuksiin. Perushoitaja tai apuhoitaja on edelleen ja siirtymäajan jälkeenkin kelpoinen toimimaan lähihoitajan tehtävässä sosiaalihuollossa, vaikka ei voikaan saada sosiaalihuollon ammattihenkilörekisteröintiä. ■



LISÄTIETOA AIHEESTA LÖYTYY TÄÄLTÄ

Eri-ikäisten työntekijöiden vahvuudet hyödynnettävä



Erilaisten ja eri-ikäisten työntekijöiden vahvuuksien hyödyntäminen lisää työhyvinvointia sekä työn tuottavuutta ja kilpailukykyä. Asiaa ajetaan vasta alkanella Euroopan laajuisella kampanjalla, jonka nimi on *Terveellinen työ – Elämän eri vaiheissa*.

Kampanjassa jaetaan hyviä käytäntöjä moninaisuuden arvostamiseen ja johtamiseen ja sen tarkoituksena on edistää työterveyttä ja työturvallisuutta.

Kampanjassa kiinnitetään erityistä huomiota eri-ikäisten työntekijöiden vahvuuksiin ja tarpeisiin. Teema on hyvin ajankohtainen, sillä työurien odotetaan pitenevän ja kaikenikäisten työntekijöiden hyvinvointi on sekä työntekijän, työnantajan että yhteiskunnan etu. ■

Suojavaatteiden olisi oltava parempia

Terveydenhuoltohenkilökunta tarvitsee paremmat suojavaatteet vaarallisia tartuntatauteja vastaan. Tuore Cochrane-katsaus osoittaa, että on hyvin vähän näyttöä siitä, miten hyvin suojavaatteet estävät terveydenhuollon työntekijöitä sairastumasta silloin, kun he työskentelevät vaarallisiin tarttuviin tauteihin sairastuneiden potilaiden kanssa. Katsaukseen löydettyjen tutkimusten mukaan kontaminaatio tapahtuu, vaikka käytetään koko kehon suojaavia pukuja, hanskoja ja kasvat suojaavia maskeja. Katsaus on suomalaisen ja yhdysvaltalaisen tutkijoiden tekemä.



Avoin ympäristö lisää vanhuksen autonomiaa

Ympäristön rajoittavat piirteet vaikuttavat vahvasti iäkkäiden ihmisten toimintakykyyn. Ne lisäävät muun muassa ulkona liikkumisen pelkoa ja liikkumisvaikeuksien syntymisen riskiä. Henkilöillä, joiden ympäristössä oli paljon esteitä, autonomian tunne heikkeni huomattavasti enemmän kuin niillä, joilla esteitä ei ollut. Tällaisia esteitä ovat muun muassa kodin lähiympäristössä olevat liikkumisen esteet, kuten levähdyspaikkojen puute, pitkät etäisyydet palveluihin sekä katujen huono kunto. Asiaa on tutkittu Jyväskylän yliopistossa. Autonomian ylläpitäminen on maailman terveysjärjestö WHO:n mukaan yksi aktiivisena vanhenemisen tärkeimmistä tavoitteista.

Kilpailukykykysopimuksen soveltamisesta neuvotellaan

TEKSTI MINNA LYHTY

Kilpailukykykysopimuksesta syntyi alustava sopu helmikuussa. Tällä hetkellä liitot käyvät neuvotteluja siitä, miten kilpailukykykysopimuksessa olevat asiat viedään työehtosopimukseen.

Sosiaali- ja terveydenhuoltoalalla noudatetaan useita työehtosopimuksia, joten neuvottelusarkaa riittää. SuPerin puheenjohtaja Silja Paavolan mukaan neuvottelutilanne on haastattava.

– Kuntapuolen neuvotteluissa on muodostettu erilaisia työryhmiä, jotka pohtivat, millaisia vaihtoehtoja voisi olla. Myös yksityispuolella on ollut tapauksia, joissa on keskusteltu muun muassa paikallisen sopimisen hankaluudesta.

Paavola korostaa, että neuvotteluissa pidetään kiinni siitä, mitä työmarkkinaosapuolet ovat kirjanneet kilpailukykykysopimukseen.

– Paikallista sopimista ei pidä laven-
taa yhtään enempää kuin mitä kilpailu-
kykykysopimukseen on kirjattu. Meidän
tavoitteemme on myös se, että yksityis-
ja kuntapuolen luottamusmiehillä on sa-
manlainen tiedonsaantioikeus ja oikeus
osallistua johtoryhmän palaveriin.

Paavolaa suututtaa se, ettei kilpailu-
kykykysopimus ole yhdenvertainen julki-
sen ja yksityisen sektorin työntekijöil-
le. Julkisen sektorin lomarahosta lei-
kataan 30 prosenttia.

– Julkisen puolen työntekijät jou-
tuvat maksamaan sopimuksesta. Se on
väärin. Ei pitäisi olla niin, että julkisel-
la puolella työntekeä on jotenkin ran-

gaistavaa.

Paavolan mielestä nyt täytyy vain mennä päivä kerrallaan ja odottaa, mil-
laisia ehdotelmia työryhmät tekevät ja
katsoa, päästäänkö niistä yhteisymmär-
rykseen. Neuvottelu-aikaa on touko-
kuun loppuun asti.

Paavolan mukaan kilpailukykykysopi-
muksessa on vielä paljon josseja.

– Joissakin liitoissa ei pystytty te-
kemään päätöksiä tällä hetkellä, kos-
ka vaalit päättäjistä on pidetty juuri äs-
ken. Aikataulu on tiukka myös työnan-
tajaosapuolelle. Merkittävä kysymys on
myös se, tuleeko kilpailukykykysopimuks-
esta riittävän kattava. ■

EI PITÄISI OLLA NIIN, ETTÄ JULKISELLA PUOLELLA TYÖNTEKO ON JOTENKIN RANGAISTAVAA.

SUOMEN TULEVAISUUS PÄÄTTÄJIEN KÄSISSÄ

Silja Paavolan mukaan julkinen sektori joutuu kilpai-
lukykykysopimuksen, sote-uudistuksen ja hallituksen
kaavailemien muiden muutosten vuoksi suureen pai-
neeseen. Nyt tehtävät päätökset vaikuttavat merkit-
tävästi Suomen tulevaisuuteen.

Paavolaa huolestuttaa väite siitä, että julkinen
sektori on liian suuri.

– Mitä enemmän työttömyys kasvaa ja ihmisten
tulot pienenevät, sitä enemmän tarvitaan julkisen
puolen palveluita. Nyt päätetään siitä, haluammeko
pysyä hyvinvointivaltiona, jossa on arvot kohdallaan.

Sosiaali- ja terveyspalvelujen yksityistäminen toisi
uudenlaisia pulmia.

– Esimerkiksi jos yhtiön hallinto päättää maksaa
johtajille valtavat palkkiot, valtiolla ei ole oikeutta
kieltää sitä. Johtajisto voi päättää yksinoikeudella
kaikesta.

PAIKALLISESSA SOPIMISESSA ON RISKINSÄ

SuPerin edunvalvontajohtaja Anne Sainila-Vaarno on
mukana sopimusalakohteisissa neuvotteluissa. Hän
kertoo, että työnantajapuolen tavoitteena on, että
työsuhteen ehdoista sovittaisiin enemmän yksilöta-
solla.

– Meille se ei käy. Olemme kollektiivisen sopimi-
sen puolella. Meidän mielestämme paikallinen sopi-
minen on sitä, että luottamusmies neuvottelee työn-
tekijöiden puolesta.

Jos työntekijät sopisivat itse työnantajan kanssa
työsuhteen ehdoista, riskinä on esimerkiksi se, että
työntekijät saisivat samasta työstä täysin erilaista
palkkaa.

– Työnantajapuoli haluaa myös, että palkka voisi
olla vähemmän kuin työehtosopimuksen minimi-
palkka. Vaadimme ehdottomasti, että palkat pysyvät
työehtosopimuksen asettamissa rajoissa.

Kotihoitoon tarvitaan uusi toimintamalli

TEKSTI MINNA LYHTY

Koti- ja omaishoidon kehittäminen on yksi hallituksen kärkihankkeista. Tavoitteena ovat yhdenvertaiset, paremmin koordinoitut ja kustannuksia alentavat palvelut.

Sosiaali- ja terveysministeri Hanna Mäntylä kertoi kärkihankkeen tiedotustilaisuudessa olevansa huolissaan vanhuksista, joilla ei ole omaisia pitämässä heidän puoliaan. Heillä ei ole ketään, joka vastaisi hätäntyneisiin puheluihin ja kuljettaisi palvelujärjestelmän läpi.

Vanhukset tulevat kotihoidon asiakkaiksi entistä huonokuntoisempina, vaikka palvelutarpeen arviointi pitäisi tehdä ajoissa. Jos ei ole omaisia, kukaan ei ehkä huolehdi arvioinnin pyytämisestä.

– Tarvitaan aitoa moniammatillista työtä, jossa on mukana eri tahot, jotta tieto varmasti kulkee. Muuten on mahdollonta aloittaa ennaltaehkäiseviä palveluja riittävän ajoissa.

Mäntylän mukaan tällä hetkellä hoitajien työhön kuuluu toimintatapoja, joiden ei pitäisi kuulua inhimilliseen vanhusten hoitoon.

– Olen syvästi huolissani hoitajista. He tekevät suurella sydämellä omaa työtään. Työ on kello kädessä kulkevista, maksimissaan aikaa on 20 minuuttia asiakasta kohden. Vaikka vanhus jäisi yksin peloissaan itkemään kotiin, hoitajalla ei ole keinoja siihen, että hän voisi jäädä hetkeksi.

Mäntylä painottaa sitä, että kotihoidon lisäksi täytyy kehittää muunlaisia palveluja.

– Tällä hetkellä kotona on vanhuk- sia, joiden paikka ei olisi siellä. Tämä tiedostetaan jo muun muassa ensihoidossa, päivystyksessä ja poliisissa. Meillä on vanhuksia, jotka ovat kuin häkieläimiä, suljettuina koteihinsa. Se on täysin epäinhimillistä. ■



TUTUSTU KÄRKIHANKKEESEEN

SUPER ON MUKANA HALLITUKSEN KÄRKIHANKKEESSA

Kotihoidon palvelut ovat erilaisia eri puolilla Suomea. Eroja on siinä, mil- laista palvelu on ja ketkä pääsevät sen piiriin.

– On tarpeellista tarkastella, miten kotihoitoa tulisi kehittää, jotta kaikki iäkkäät saisivat yhdenvertaiset palvelut, kertoo SuPerin asiantuntija Sari Erkkilä, joka on mukana kärkihankkeen kotihoidon sisältöä kehittävässä työryhmässä.

Kärkihankkeen tavoitteena on lisätä tervettä ikääntymistä turvaavia palveluja ja monialaista kuntoutusta, kehittää kotiin annettavien palvelujen määrää ja sisältöä sekä juurruttaa omais- ja perhehoitajien jaksamista tukevia käytäntöjä.

Kotihoidon työryhmä kehittää kotihoidon toimintamallin. Toukokuun alusta lähtien kunnat ja muut toimijat ovat voineet hakea mukaan toimintamallin kokeiluun, joka kestää kaksi vuotta. Toimintamalli ei ole sellaisenaan valmis, vaan kokeiluun osallistuvat ihmiset kehittävät sitä. Kun jotkin asiat todetaan kokeilun aikana hyviksi, ne aiotaan juurruttaa kotihoidon käytäntöihin koko maassa.

Kärkihankkeeseen voivat hakea mukaan useat yhteisöt yhdessä, jotka pystyvät osallistumaan kokeiluun riittävän suurella alueella. Hankkeen toteutukseen on käytettävissä 30 miljoonaa euroa vuosina 2016–2018.

Suomalaiset lääkevaihtoehdot kiinnostavat

Suomalaisista 57 prosenttia ajattelee, että halvimman lääkevaihtoehdon lisäksi apteekissa tulisi tuoda esiin kotimainen työllistävä tuote. Tällä hetkellä apteekit on velvoitettu kertomaan kuluttajalle, jos hänelle määrätylle lääkevalmisteelle löytyy edullisempi vaihtoehto. Lääkkeiden suomalaisuudesta ei tarvitse mainita. Lääketeollisuus työllistää Suomessa noin 5400 henkilöä Tutkimuksen teetti Suomalaisen Työn Liitto, ja mielipide kysyttiin 2000 suomalaiselta.



Lääkemuistutus tekstiviestillä

Moni pitkäaikaissairas noudattaisi lääkityksiään paremmin, jos heille lähetettäisiin muistutuksia tekstiviesteillä. Havainto on tervetullut, sillä lääkitysten noudattaminen on monille vaikeaa. Tutkimuksen mukaan tekstiviestien ansiosta lääkitysten noudattaminen lisääntyi riippumatta siitä, millaisia viestejä potilaat saivat ja kuinka usein niitä lähetettiin. Tekstiviestejä on käytetty onnistuneesti myös sydänpotilaiden elämäntapamuutoksen tukemisessa.



Yöllinen verenpaine ennustaa sydänriskiä

Yöllinen verenpaine voi tutkimusten mukaan kertoa monien sydänoireiden riskistä enemmän kuin päivällä mitattu verenpaine. Olen-
naista on laskeeko verenpaine yöllä ja miten paljon. Normaalisti ihmisen verenpaine laskee 10–20 prosenttia unen aikana, mutta joillakin tämä lasku jää vähäiseksi. Nyt jul-
kaistujen tulosten perusteella heidän riskinsä sairastua sydän- ja verisuonitautioireisiin on noin kolmanneksen suurempi kuin potilaiden, joiden verenpaine laskee normaalisti.

DUODECIM

ING IMAGE

Viinanjuonti väheni

Alkoholijuomien kokonaiskulutus oli ennakkotietojen mukaan 10,8 litraa sa-
taprosenttista alkoholia 15 vuotta täyt-
tänyttä asukasta kohti viime vuonna. Alkoholin kokonaiskulutus väheni noin kolme prosenttia vuodesta 2014.

THL



Kahvi saattaa vähentää suolisyöpiä

Säännöllisesti kahvia juovat saatta-
vat säästyä paksu- ja peräsuolisyövä-
ltä muita todennäköisemmin. Kahvi on
aiemmin yhdistetty myös parempaan
ennusteeseen paksusuolisyövän jäl-
keen. Sairastumisriski oli noin 50 pro-
senttia pienempi yli 2,5 kupillista päiväit-
täin kahvittelevilla kuin niillä, jotka eivät
juoneet kahvia.

DUODECIM

TIESITKÖ:

Kouluissa käytetystä maidosta 67 prosent-
tia on rasvatonta.

TIESITKÖ:

Parkinsonin tautia
sairastaa Suomessa
14 000 ihmistä.

Proteiinia vanhuksille!

lääkkäät kärsivät yleisesti proteiinin ja muiden suojaravintoaineiden puutteesta. Tuoreen suomalaistutkimuksen mukaan 77 prosenttia vanhuksista saa liian vähän proteiinia. Vitamiineista D- ja E-vitamiinin, folaatin sekä tiamiinin riittämätön saanti oli yleisintä. Jos vanhusten ruoka-asiat pannaan kun-
toon, se parantaa ikääntyneiden ruokavalion laatua ja ravintoaineiden saantia, kohentaa heidän elämänlaatuaan ja vähentää kotona asu-
vien muistisairaiden kaatumisalttiutta. Tiedot perustuvat Satu Jy-
väkorven väitöstutkimukseen.

STT INFO



HUHTIKUUN KYSYMYS OLI:

Pidätkö aprillipiloista?

KYLLÄ
80%

- Pientä piristystä päivään, kunhan ei mennä mauttomuuksiin. Lehdessäkin pieni muistutus siitä, uskotko kaiken lukemasi.
- Herättävät ihmisten kiinnostuksen oikeaan ja väärään lehtien kirjoituksissa.
- Piristysruiske päivään.
- Saa juksailla perhettä ja kavereita ja bongailla lehdistä ja muualta aprillipiloja.
- Virallinen hulluttelupäivä, jolloin me aikuisetkin saadaan löysätä nutturaa.
- Vähän hupia ja iloa arkeen! Hassuttelupäiviä saisi olla useamminkin.
- Elämässä pitää olla huumoria!
- Ihan kivoja, jos ne ovat sellaisia, etteivät loukkaa ketään vaan pistävät ihmisten oman ajatuksen ja kriittisyyden koetukselle.
- Ne tuovat elämää pimeän talven jälkeen, saavat hymyn huulille. Mutta pilan pitää olla hyvän maun mukainen ja omaan porukkaan sopiva.

EN
20%

- Olen ehkä liian tosikko.
- Pilat ovat nykyään mauttomia.
- Joutavaa narraamista.
- En ole koskaan tykännyt aprillipäivästä. Se on turha päivä.

TOUKOKUUN KYSYMYS LÖYTYY SUPERIN JÄSENSIVUILTA KOHDASTA SUPER-LEHTI. KAIKKIEN 27. TOUKOKUUTA MENNESSÄ VASTANNEIDEN KESKEN ARVOTAAN SUPER-LEHDEN KÄTEVÄ AAMIASTARJOTIN. HUHTIKUUSSA SEN VOITTI RIINA PALOVUORI LUOPAJÄRVELTÄ. ONNITTELUT!



MUUT LEHDET

// Palautua pitäisi viikoittain, mieluiten päivittäin. Jopa kesken työpäivän tulisi olla hetkiä, jolloin ei rutisteta ihan täysillä."

TOIMITTAJA HANNA HYVÄRINEN
TERVE PIRKANMAA 1/2016

// Uskon viestinnässä kehonkielen voimaan. Sanoilla on hyvin pieni merkitys."

PALVELUALOJEN AMMATTILIITTO PAMIN
PUHEENJOHTAJA ANN SELIN
DEMOKRAATTI 21.4.2016

// Emme osaa kertoa tekemisistämme siten, että tulisimme helposti ymmärretyksi."

SAK:N KEHITTÄMISPÄÄLLIKKÖ
JUHA ANTILA
PALKKATYÖLÄINEN 2/2016

30 VUOTTA SITTEN



Vuonna 1985 uusia apuhoitajia oli valmistunut 1843. Lääkintöhallituksen keskus-kortiston mukaan Suomessa oli tuolloin 30 208

apuhoidattajaa. Noin 70 prosenttia heistä oli alle 40-vuotiaita. Miesten määrä tuossa joukossa oli vähäinen, vain 239 miesapuhoidattajaa. Apuhoidattajien työllisyysstilanteessa ongelmana oli se, että avoimet työpaikat ja työnhakijat eivät kohdanneet.

"Uudenmaan läänissä on paljon avoimia työpaikkoja ja Kouvolan sekä Rovaniemen työvoimapiirien alueilla on työttömyyttä."

PERUSHOITAJA 5/1986

Aikuiseen makuun: Alban quesadillat

TEKSTI JA KUVAT MARJO SAJANTOLA

Lähihoitaja Alba Sobalvarro Lopez tarjoaa tulisia meksikolaisia quesadilloja. Täytetyt tortillat sopivat niin ateriaksi kuin tuhdiaksi iltapalaksikin.

Lähihoitaja Alba Sobalvarro Lopezin ensimmäiset muistot Suomesta ovat ajalta, jolloin hän oli juuri täyttänyt 16 vuotta. Hän muutti silloin Nicaraguasta Pohjois-Karjalaan Enon kuntaan, minne hänen äitinsä oli muuttanut puolisonsa ja Alban pikkusisarusten kanssa jo aikaisemmin. Kielitaitoa Alballa oli espanja äidinkielenä ja heikohko englanti, koska englannin opetus alkoi hänen synnyinmaassaan vasta yläasteella. Kolmen kuukauden suomenkielen opiskelun jälkeen hän aloitti koulunkäynnin peruskoulun kahdeksannella luokalla yhtenä oppilaana muiden enolaisten joukossa.

– Minulla ei ollut muita vaihtoehtoja, kuin pärjätä sillä kielitaidolla ja oppia vain lisää. Tykkäsin opiskella ja sain koulusta kavereita, enkä ollut mitenkään syrjitty. Ihmiset halusivat tutustua minuun.

Äidin muutettua aikaisemmin Suomeen Alba ja hänen isosisarensa sekä pikkuveljensä olivat jääneet tätinsä hoiviin, mutta toki koko suku auttoi kasvatuksessa. Täti olikin siskoksille kuin toinen äiti.

– Äitini on lähihoitaja, ja minulla on kaksi siskopuolta Suomessa, joista toinen on lähihoitaja ja toinen sairaanhoitaja. Lähihoitajan ammatti ei minulle ollut kuitenkaan itsestään selvä valinta. En halunnut myöskään opiskella johonkin ammattiin vain ihan opiskelun vuoksi. Siksi menin lukioon vastoin opettajien suosituksia ja kirjoitin ylioppilaaksi. Sain kolme vuotta lisää aikaa miettiä, mitä oikein haluan työkseni tehdä.

Alba oli tehnyt opiskeluaikoina kesätöitä lasten parissa ja nauttinut siitä työstä, joten lukion jälkeen hän hakeutui Lappeenrantaan lähihoitajaopintoihin. Hän halusi suuntautua lasten ja nuorten hoitoon.

– Ensimmäinen työssäoppimisjakso oli päiväkodissa. Se oli mielestäni tosi kivaa työtä, mutta isossa päiväkodissa oli kuitenkin aivan erilaista kuin Enon pienessä. Joten päätin harkita vielä.

– Kun menin työssäoppimisjaksolle vanhusten puolelle,

tykästyin siihen työhön ja ajattelin, että tämä on minun juttuni. Vuodeosastolla tehdyistä jaksoista pidin myös paljon, joten päätin valita sairaanhoidon ja huolenpidon koulutusohjelman.

Valmistumisen jälkeen Alba meni kesätöihin Armilan sairaalaan vanhusten pariin kolmeksi kuukaudeksi ja sen jälkeen jatkoi Mäntylän sairaalassa.

– Ei ollut kulunut puolta vuottakaan, kun minulle jo tarjottiin kehitysvammaispuolelta sijaisuutta Honkakodissa. Minun oli vaikea päättää heti, koska minulla ei ollut siitä työstä mitään työkokemusta. Seuraavana päivänä soitin, että kyllä mie tulen! Silloin oli maaliskuu 2005 ja kolmen kuukauden sijaisuuden jälkeen sain vakituisen paikan. Näihin töihin olen jäänyt, mitä nyt eri työpisteissä olen kiertänyt.

Alba kertoo välillä muistelevansa hyviä kokemuksiaan vanhusten hoidosta. Sekin oli työtä lähellä hänen sydäntään, joten ehkä jossain vaiheessa hän voisi kokeilla työkiertoa. Tällä hetkellä hän työskentelee Lappeenrannan Männikössä, joka on kehitysvammaisille asukkailla tarkoitettu kodinomainen ympärivuorokautinen erityisasumisyksikkö.

– Työni on monipuolista, ja kehitysvammaiset asukkaamme ovat niin aitoja ihmisiä. Heiltä saa heti palautetta. Pyrimme siihen, että heillä olisi mahdollisimman hyvä elämä.

Koska myös Alban äiti ja sisaret ovat hoitoalalla, yhteisten tapaamisten järjestäminen kolmivuorotyötä tekevien kesken on haastavaa, etenkin kun asutaan eri paikkakunnilla. Jouluna pyritään kuitenkin järjestämään yhteinen jouluruokailu vaikka tapeninpäivän illaksi.

– Syömmme ihan suomalaisia jouluruokaa, koska kaikki pidämme siitä. Joskus olemme tehneet jotain nicaragualaista tarjottavaa, mutta aineksia on vaikea saada, joten pitää jotenkin soveltaa. ■

**MENIN LUKIOON
VASTOIN OPETTAJIEN
SUOSITUKSIA
JA KIRJOITIN
YLIOPPILAAKSI.**



Quesadillat kahdella täytteellä

- 1 paketti tortilloita

KANATÄYTE

- 300 g hunajamarinoituja kanasuikaleita
- 1 tölkki ananasta

JAUHELIAHATÄYTE

- 400 g jauhelihaa
- 1 pussi tacomaustetta

SALSA:

- 1 paprika
- 1 tomaatti
- 1 sipuli
- maun mukaan makeaa chilikastiketta
- juustoraastetta ja sinihomejuustoa



Pilko ja paista pannulla tomaatti, sipuli ja paprika. Lisää lopussa chilikastike. Seos on valmis, kun paprika ja sipuli ovat pehmeitä. Paista broilersuikaleet pannulla ja lisää pilkottu ananas. Paahda jauheliha ja mausta tacomausteella.

Levitä tortillan toiselle puoliskolle juustoraastetta, broileri- tai jauhelihatäytettä, muutama lusikallinen tomaatti-paprika-sipulisalsaa ja lopuksi vähän sinihomejuustoa ja vielä juustoraastetta. Taita toinen puolisko täytteidensä päälle.

Paista paistinpannalla miedolla lämmöllä kummaltakin puolelta paistinlaskalla päältä painaen, kunnes täyte lämpenee ja juusto sulaa. Voit myös valmistaa quesadillat uunissa 225 asteessa noin 8 minuuttia.

Tarjoile salaatin ja esimerkiksi guacamolen, valkosipulimajoneesin ja hedelmäisen dipin kanssa.



Välinehuoltajan työ
ei ole hätäisen hommaa

HYGIENIAA JA TARKKAA TIIRAILUA

TEKSTI JA KUVAT JUKKA JÄRVELÄ

Kun työpöydällä on poria, jyrsimiä, puristimia ja leikkureita ei olla metallipajassa vaan välinehuoltajan työpisteessä keskussairaalas-
sa. Hoitotoimenpiteissä käytettyjen likaisten instrumenttien saattaminen uudelleen käyttökuntoon vaatii pikkutarkkaa huolellisuutta ja hygieenisyyden tajua.

Sakset, mosquito, happipullo, liuoskuppi, pean. Keski-Pohjanmaan keskussairaalan välinehuoltokeskuksen pesutilojen kuivaustunnelista tulevalle liukuhihnalla on tavaraa, joka odottaa välinehuoltajan valpasta silmää.

Puhdaspuolella vuoronsa aloittanut välinehuoltaja Pirjo Lepistö ottaa pesusta tulleen, desinfioitujen instrumenttikorin toisensa jälkeen eteensä ja ryhtyy työhön: Pihdit käteen, kääntelyä, tarkastus molemmin puolin. Pihdit auki ja sama toimenpide. Auki–kiinni, toimiiko sarana, onko likaa rakosissa? Jos instrumentti läpäisee lika- ja vikatestin, se suljetaan tässä tapauksessa pussiin odottamaan höyryautoklaavisterilointia.

TYÖPISTE KUTSUU

Lepistön perjantaivuoro alkoi kello 11. Aamulenkkin jälkeen hän tuli töihin reippaana, puki päähineen, kengät ja sinivalikoisen asun ylleen ja siirtyi välittömästi käsienpesun ja käsi-desin jälkeen puhdas tilan kuljetushihnan ääreen. Palaveria ei

ollut, päivän työpisteensä hän selvitti ilmoitustaululta.

Ensimmäinen keräilylista kertoo, mitä röntgeniin on menossa. Lepistö tutkii listaa ja vertaa sitä pesusta tullessiin instrumentteihin. Kaikki näyttää täsmäävän. Lepistö pakkaa ja kuumasautaa esineet pusseihin ja kantaa ne telineeseen odottamaan autoklaavausta. Valmiin tilauksen hän laskuttaa työpisteen tietokoneella. Käytössä on WeBMarela-järjestelmä. Kesäkuun alussa käyttöön otetaan T-Doc.

– Ei tässä kahta samanlaista päivää ole. Etenkin kun edessä on sote-muutoksia sekä remontti lähivuosina. Asiat hankaloituvat, koska ainakaan koko prosessia ei tarvittavien laitteiden vuoksi voi siirtää väistötiloihin.

LEIKKAUSTEN EHDOLLA

Lepistön työpisteet vaihtelevat välinehuoltokeskuksen likaisella, puhtaalla ja steriilillä puolella, jossa käytetään lähinnä kokenutta työntekijäkuntaa. Työpisteitä löytyy myös leikkausosastolta ja päiväkirurgiasta. Medisiinisellä poliklinikalla hän ei ole työskennellyt.

Välinehuoltokeskuksessa ollaan töissä silloin, kun välineitä käytetään eniten, eli lähinnä arkipäivisin. Työvuorot alkavat aamun eri tunteina, myöhäisin vuoro on aamuyhdestä iltaseitsemään. Jos viikonloppuna on ollut vaikkapa liukas keli ja paljon kaatumisia, saattaa olla, että tuolloin joku hälytetään vapaalta huoltamaan leikkauksissa loppuneita instrumentteita.

Koska Lepistö toimii myös ohjaajana ja opiskelijavastaavana, tekemistä riittää. Nytkin työvuorossa on neljä tänä vuonna välinehuoltajana aloittanutta. ►

Pirjo Lepistö paketoi osan välineistä sterilointipaperiin. Paketti siirtyy eteenpäin kohti höyryautoklaavia.



Kaikki instrumentit steriloidaan autoklaavissa, jonka näyttötaulusta valitaan oikea ohjelma.



Järeää kalustoa. Näitä välineitä käytetään polviproteesioperaatioissa.



Pirjo Lepistö kuljettaa steriloituja instrumentteja hissillä leikkaussaliin.

PUHTAUDEN EHDOLLA

Hihna pyörii, ja viidessä työpisteessä sen ympärillä ahkeroidaan. Lepistö ottaa ison erän instrumentteja, jotka ovat tulleet synnytysyksiköstä. Korissa on ilokaasumaski, jolle riittää pelkkä pesu ja desinfiointi, koska sillä ei läpäistä limakalvoja. Yhdet kocher-pihdit osoittautuvat jäykiksi, hän laittaa niihin rasvaa.

Kaikkien asiakkaiden puhtaita ja tarkastettuja instrumentteja ei pakata pusseihin. Osa kääritään sterilointipaperiin ja osa laitetaan sterilointilaatikkoon eli kontaineriin odottamaan höyryautoklaavia. Steriloinnin jälkeen tavara varastoidaan odottamaan käyttöä. Pussissa instrumentti säilyy käyttökunnossa vuoden, kontainerissa puoli vuotta ja paperissa kuukauden.

Lepistö ottaa uusia koreja eteensä, katsoo tilauksia ja kokoaa valmiit setit toiveiden mukaan. Hyllyltä löytyy tarkat kuvalliset ohjeet jokaisesta sairaalassa käytettävästä instrumentista ja instrumenttikokonaisuudesta.

– Ihan kaikkia välineitä en heti tunnista, mutta vuosien varrella on oppinut paljon. Taipuisat tähystimet eivät ole suosikkijani, Lepistö jutustelee ja kokeilee samalla ohuella metallitikulla, onko pitkän neulan sisään jäänyt likaa. Suihkaus paineilmaa perään poistaa kosteudet.

Ennen pussitusta osa terävistä esineistä saa muovitulpan suojaksi.

RAUHALLISTA VIELÄ

– Päivä on tähän saakka ollut melko rauhallinen, Pirjo tuumii lounaan jälkeen.

– Todennäköisesti yöllä ei ole ollut kovin paljon leikkauksia. Mutta muuten takana on ollut tosi kiire viikko.

Lepistön kiireitä lisää työvuorolistojen teko, firmoille tehtävät tilaukset ja toimiminen osastonhoitajan työparina monella saralla.

Yksi uusista työntekijöistä ihmettelee, kun pesulinjalta tulevasta setistä näyttää puuttuvan osan. Pienen hakemisen jälkeen se löytyy toiselta puolelta hihnaa toisesta korista.

– Kadonnutta esinettä aletaan etsiä yksinkertaisesti siten, että kysellään, kuka sen on viimeksi nähnyt. Uusi tietokonejärjestelmä parantaa liikkuvuuden seuranta.

Lepistö käy laittamassa täyden lastin

Osa pestyistä, desinfioiduista sekä välinehuoltajan silmämääräisesti tarkastamista ja hyväksymistä välineistä suljetaan kuumasaumamalla pussiin ennen sterilointia.



”GAMMA ON HEPATIITTI JA SITÄ EI TULLA ULTRAAMAAN.”

tavaraa höyryautoklaaviin ja piipahtaa steriilivaraston puolella purkamassa autoklaaveista tulleet välineet omiin kärryihinsä. Hän käyttää raskaiden kontainerien siirrossa nosturia. Nostoja kertyy päivittäin kymmeniä, joten on turha kuluttaa itseään liikaa.

Takaisin puhdaspuolen työpisteelle, jossa käsittelyyn tulevat lonkkavälineet. Niistä voi löytyä luunmuruja, joita ei puhtaissa välineissä tietenkään saa olla. Silmiin osuu taltta, jossa on lovi. Tuo instrumentti lähetetään teroitukseen.

TUTKI JA TESTAA

Hihnalta otettu iso leikkaussetti ihmetyttää aluksi. Näyttäisi kuin siinä olisi kahta eri instrumentaatiota. Lepistö miettii, ottaa mallikirjan avuksi ja laskee esine esineeltä jokaisen kohteen.

Vähän myöhemmin hän tekee löydön: pestyjen pihdien saranassa on ruskeaa likaa, ehkä ruostetta. Näiden pih-

tien kanssa palataan pesupuolelle, jossa kahdella eri harjalla tehty pesuainepuhdistus tuottaa tulosta.

Hihna pukkaa tuttua tavaraa.

– Tässä on peruskori, joka on voinut tulla vaikka tyrä- tai umpisuolileikkauksesta. Pehmytkudosvälineitä.

Lepistö jatkaa perustyötään kuin kone. Jokainen pienikin esine kallistellaan, käännellään, testataan ja tutkitaan silmien alla.

Yhdellä tietokoneruudulla näkyvät leikkaussalin ja päiväkirurgian leikkauksilat ja tilanteet. Niistä voi päätellä, minkälaista välineistöä on tulossa ja milloin. Leikkaavien lääkärin määrä sairaalassa vaihtelee eri viikoilla. Tällä on suuri vaikutus välinehuoltajien työmäärään.

Etenkin proteesileikkaukset teettävät työtä välinehuollossa, sillä osa erikoisvälineistä tulee sairaalan ulkopuolelta. Ne pestään, desinfioidaan ja steriloidaan sekä ennen leikkausta että sen jälkeen.

– Työpaikallamme on ihan hyvä

työntekijätilanne. Kaikki ovat suorittaneet ammattitutkinnon. Ja Kokkolassa on vielä oma oppilaitoskin, Lepistö juttelee kääriessään salisettiä huolellisesti sterilointipaperiin niin sanottujen Kokkolan ohjeiden mukaan.

Sitten leikkaussalista palautetaan kaksi käyttämätöntä kontaineria. Niistä puuttuu muutama ruuvi ja priikka. Lepistö korjaa puutteet ja laittaa täydelliset instrumentaatiot odottamaan autoklavointia.

KATOAAKO VÄLINEITÄ?

– Gamma on hepatiitti ja sitä ei tulla ultraamaan.

Oma kieli on kehittynyt pitkälle, mutta uudet työntekijät omaksuvat asiat nopeasti. Loppupäivän ajan pakkaus-huoneessa työskentelee Lepistö ja kaksi uutta työntekijää.

Nyt leikkaussalista käydään sanomassa, miten perjantain iltapäivä jatkuu. Tulossa on lonkkaa, amputaatiota ja gammaa eli luuydinoperaatiota.

Yhdet pihdit ovat hukassa. Lopulta niiden kohtaloa lähdetään kyselemään leikkaussalista.

Kansan suussa elää sitkeitä huhuja vatsaan unohdetuista leikkauksivälineistä. ►



Hylätty. Näiden pestyjen pihlien saranan seudulta Lepistö löysi ruskeaa likaa.

– 29 vuotta olen tehnyt tätä ja kertaakaan en ole kuullut, että jokin instrumentti olisi jäänyt ihmisen sisään. Kerran yksi potilas kuvattiin, kun pieni esine oli hukassa. Sekin löytyi sitten erään välinekorin nurkasta.

Kello lähenee neljää iltapäivällä. Yksi leikkaus näyttäisi viivästyvän. Ilmassa on jo pientä perjantaista perusjännitystä siitä, saadaanko kaikki välineet steriileiksi kello 19:ään mennessä.

Kuljetushihna on täyttynyt ämpäreistä, porakoneista, akuista, järeästä polvileikkauskalustosta, johdoista, kipoista, letkuista ja puristimista. Pienempääkin instrumenttia riittää.

– Periaatteena on, että perjantain päätteeksi kaikki välineet ovat käyttövalmiina.

Lepistö käynnistää myös matalalämpöplasmasterilointilaitteen, johon hän laittaa tällä kertaa akkuja, sähköjohdon ja muovipullon, jotka eivät kestä höyryautoklaavisterilointia.

Kello on 17 ja se tietää välipalataukoa.

MINUUTINTARKKAA

Lepistö jatkaa alkanutta iltaa steriilillä puolella, jonka pöydille käyttövalmiit tuotteet liukuvat kolmesta autoklaavista. Kontainerit, pussit ja paperikääreet löytävät paikkansa siirtokärryihin. Osan kärryistä hän vie hissillä leikkaussaliin, osa siirretään jakeluhuoneeseen, osa jää steriiliin varastoon odottamaan käyttöä. Lepistö peittää kärryt suojamuoveilla. Muuten niille mahdollisesti laskeutuva pöly päätyisi leikkaustiloihin.

Viimeinen autoklaaviohjelma käynnistyy kello 17.57. Ohjelma kestää 57 minuuttia. Lepistö tarkistaa jokaisen autoklaavisteriloinnin jälkeen tulosten ohjelman vaiheista ja tallentaa paperit lokerikkoon todisteeksi steriloitumisesta.

Työvuorossa on Pirjon lisäksi enää välinehuoltaja Maarit Flinck. Työpisteiden siivous voidaan vähitellen aloittaa. Muutama klaavaamaton perusinstrumentti jää pussissaan koriin odottamaan uutta viikkoa, sillä välinehuoltokeskuksessa osataan arvioida, mitä välineistöä viikonloppuna päivystävät lääkärit saattavat tarvita.

Hieman ennen seitsemää viimeiset instrumentit liukuvat ulos autoklaaveista. Jokaiselle löytyy oma paikka kärryistä. Lopuksi Lepistö kerää tyhjät sterilointikorit pinoon odottamaan seuraavaa viikkoa. Kaikki on valmista, ja kello minuuttia vaille



Tänään töissä

KUKA

Pirjo Lepistö on töissä Keski-Pohjanmaan keskussairaalan välinehuoltokeskuksessa välinehuoltajana. Toimii myös välinehuoltotyön ohjaajana ja opiskelijakoordinaattorina.

KOULUTUS JA TYÖURA

Valmistui välinehuoltajakurssilta 30 vuotta sitten. Tuli ensin sijaiseksi Keski-Pohjanmaan keskussairaalaan. Vakinaisena 28 vuotta. Työskenteli leikkausosastolla noin 20 vuotta. Ammattitutkinto vuonna 2006, erikoisammattitutkinto 2010.

PERHE

Naimisissa 31 vuotta. 26-vuotias poika ja 20-vuotias tytär.

HARRASTUKSET

Ammattiosastotoiminta, käsityöt, lukeminen, lenkkeily, kuntosali, puutarhanhoito ja asuntoautomatkailu. Ihminen kerkii, jos vain haluaa! Lapsena haaveili käsityönopeettajan ammatista ja lukion jälkeen valmistui kudonnan artsaaniksi.

HAASTAVINTA TYÖSSÄ

Jaksettava pitää fyysinen ja psyykinen kunto yllä, jotta kestäisi työssä seisomista ja nostamista. Myös eteen tulevat muutokset työpaikalla vaativat jaksamista.

PARASTA TYÖSSÄ

Työn vaihtelevuus ja se, että tietää kevänsä tärkeää työtä. Palkkapäivänä tämä ei tosin näy.

Ehdolla liiton puheenjohtajaksi:

Silja Paavola

TEKSTI JA KUVA JUKKA JÄRVELÄ



1. MILLAINEN PÄÄTTYVÄ NELIVUOTISKAUSI OLI SUPERILLE?

– Suomen taloudellinen ja poliittinen tilanne on ollut todella hankala parin viime hallituksen kaudella. Tästä johtuen ei myöskään ole tehty niitä päätöksiä, joita olemme odottaneet jo kuuden vuoden ajan, eli sote on edelleen kesken. Tämä asia on vienyt todella paljon työaikaa. Sote-asiaan on kuitenkin ollut pakko laittaa työaikaa, koska sillä, millainen päätös syntyy, on todella suuri merkitys kaikille superilaisille.

– Aikaa voisi kuvata myös neuvottelukaudeksi. Paljon on neuvoteltu, mutta päätöksiä on tullut työmäärään nähden vähän, joskin onhan niitä päätöksiäkin tehty: On tehty uusi neuvottelujärjestö Koho ja eläkejärjestelmä. On neuvoteltu uudesta neuvottelujärjestelmästä. Koko ajan on puhuttu hoitamaitoituksesta ja työnkuvasta. Muutaman kerran on neuvoteltu myös palk-

kauksesta, jolla saralla on ollut todella vähän jaettavaa.

– KVTES:n jaksotyöuudistus, jota tehtiin vuosia, on saatu etenemään. Yksityisellä puolella on lisäksi neuvoteltu muun muassa luottamusmiesjärjestelmästä ja vuosilomauudistuksista.

– Monet asiat ovat kuitenkin vieläkin kesken. Liitto on myös antanut lukuisia lausuntoja ja ollut vaikuttamassa lainmuutoksiin. Voi siis sanoa, että päättyvä kausi on ollut monien eri asioiden kautta mielenkiintoinen ja antoisa.

2. MITKÄ OVAT LIITON JA AMMATIN MERKITTÄVIMMÄT HAASTEET SEURAAVAN NELIVUOTISKAUDEN AIKANA?

– Merkittävimmät asiat ovat jäsenkehitys ja se, miten jäsenille taataan hyvät jäsenpalvelut. Sote-uudistuksen etenemisestä riippuu muun muassa luottamusmiesjärjestelmän uusiminen. Samoin sote tulee muuttamaan koko lii-

ton toimiston tehtävää. Sillä on merkitystä, kuinka monta sote-aluetta tulee ja miten tai kuka palvelut järjestää.

– Koulutusjärjestelmän rahoituksen rapautuminen ja samalla kiristetty henkilöstömäärä ovat tulevaisuuden suuria haasteita. Tavoitteena on säilyttää laadukas koulutus, jotta tulevaisuudessa on hyviä hoitajia, joilla on hyvä ammatti-identiteetti ja oikeanlainen työkuva. Edelleen tässä kiristyneessä taloustilanteessa työnantaja mielellään laittaa tukityöntekijät, laitoshoitajat ja muut vastaavat pois ja teettää kyseiset työt hoitajilla, jolloin hoidettavat saavat entistä vähemmän hoitajien aikaa. Superilaiset hoitajat haluavat tehdä hyvää työtä eli hoitaa voimavaroiltaan ja ohjaten tai kasvattaen.

3. MILTÄ NÄYTTÄÄ AMMATTIYHDISTYSLIIKKEEN TULEVAISUUS?

– Luulen, että olemme edelleen kasvava liitto, joskin se vaatii koko ajan kovaa työtä jäsenten edunvalvojana. Monet ulkopuoliset tahot haluavat, että ammattiyhdistysliikkeen voima häviäisi tai ainakin pienenis. Minä luotan siihen, että kaikki superilaiset tietävät, mitä todella tapahtuisi, jos liitto ei olisi puolustamassa heitä ja heidän työolojaan, koulutustaan tai palkkojaan. Vaikka nyt näyttäisi, että kaikki onkin pelkkää miinusta, niin se miinus olisi huomattavasti suurempi ilman liittoa.

4. KUINKA MIELESTÄSI OLET ONNISTUNUT TEHTÄVÄSSÄSI PUHEENJOHTAJANA KULUVALLA KAUELLA?

– Sen saavat jäsenet päätellä. ■



SUPER
LIITTOKOKOUS
8.–9.6.2016

*Sinun liittosi.
Sinä päätät.*

Ehdolla liiton varapuheenjohtajaksi:

Jaana Dalén

TEKSTI MINNA LYHTY KUVA MARJO SAJANTOLA

1. MILLAINEN PÄÄTTYVÄ NELIVUOTISKAUSI OLI SUPERILLE?

– Turbulenssi työmarkkinoilla on aiheuttanut huolta ja levottomuutta, minkä vuoksi yhteydenotot liittoon ovat lisääntyneet. Sote-uudistus on antanut odotusta tuloon, ja myös se on työllistänyt liiton toimihenkilöitä ja puhuttanut liiton päättäjiä.

– Liitto on pärjännyt hyvin ja olemme edelleen kasvattaneet jäsenmääräämme. Liiton talous on kunnossa ja meillä on vahva ja asiantunteva joukko toimihenkilöitä, jotka tukevat ja auttavat jäsenistöä.

– SuPerin selkäranka on toimiva ammattiosastoverkosto ja aktiiviset paikalliset toimijat. Osallistujia erilaisille päiville ja kursseille on ollut kiittävästi huolimatta siitä, että työpaikoilta on ollut aikaisempaa vaikeampaa irrottautua niihin mukaan. Henki superilaisten kesken on loistava!

– Liiton painoarvo on edelleen hyvä, sillä olemme yksi suurimmista liitoista maassamme. Mielenkiintoamme kuunnellaan ja näkyvyys mediassa on ollut erinomaista. SuPer on säilyttänyt asemansa jäsentensä edunvalvojana.

2. MITKÄ OVAT LIITON JA AMMATIN MERKITTÄVIMMÄT HAASTEET SEURAAVAN NELIVUOTISKAUDEN AIKANA?

– Sote-uudistus tuo suuria muutoksia työelämään. Jäsenten työpaikkojen turvaaminen, palkka- ja palvelussuhteiden ehdot ja yksityissektorin todennäköinen laajeneminen ovat merkittäviä haasteita. Kaikkien jäsentemme edunvalvonta on turvattava myös jatkossa.

– Mikäli kilpailukyky sopimusta ei synny, syksyllä ovat edessä liittokohtaiset neuvottelut. Kilpailukyky sopimusneuvottelujen pohjana olevat heikennykset työntekijöille ovat historiallisen suuria ja lisänä tulevat hallituksen kaavaile-

mat muut heikennykset työlaissaädäntöön. Paineet työehtojen heikennyksiin tuskin vähenevät jatkossakaan. Liiton on pystyttävä pitämään jäsentensä puolia myös tulevalla kaudella.

– Ammatillisen edunvalvonnan merkittävin haaste liitolle on lähihoitajakoulutuksen laadun puolustaminen ja turvaaminen. Koulutukseen kohdistuu paineita koulutusmäärärahojen leikkausten vuoksi mutta myös EU:n taholta.

3. MILTÄ NÄYTTÄÄ AMMATTIYHDISTYSLIIKKEEN TULEVAISUUS?

– Toimintatapoja pitää uudistaa, mutta ay-liikkeen perusajatus siitä, että yhdessä hoidamme ja puolustamme työntekijöiden oikeuksia ja etuja, ei ole häviämässä mihinkään. On tärkeää, että kerromme nuorille liittoon kuulumisen eduista ja siitä turvasta, jonka sillä saa.

4. KUINKA MIELESTÄSI OLET ONNISTUNUT LIITTOHALLITUKSEN JÄSENEÄ KULUVALLA KAUDA?

– Paras vastaus tähän kysymykseen tulisi heiltä, joita liiton hallituksen pöydässä olen edustanut. Sain vaalipiirikokouksessa reilulla äänimäärällä mandaatin jatkokaudelle, joten lienen onnistunut melko hyvin hoitamaan tämän pestin.

– Yhtenä tärkeimpänä tavoitteena on ollut alueellisen yhteistyön kehittäminen ja parantaminen. Aloitteamani ammattiosastojen aktiivijäsenten tapaamiset ovatkin ilahduttavasti levinneet koko maahan ja niistä on tullut vakiintunut toimintaa.

– Olen mukana myös liiton kansainvälisessä toiminnassa, EPN:n eli Euroopan Perushoitajaneuvoston hallituksessa jo kolmatta kautta. Mahdollisuus osallistua liiton kansainvälisen toiminnan työryhmään on ollut mielenkiintoista ja auttanut ymmärtämään kansainvälisen toiminnan merkitystä ja laajuutta.

– Superilaisuudesta on tullut minulle elämäntapa. Haluan antaa kaikkeni, jotta superilaiset voivat hyvin ja jaksavat työssään. ■



Ehdolla liiton varapuheenjohtajaksi: Tiia Rautpalo

TEKSTI JA KUVA MARJO SAJANTOLA

1. MILLAINEN PÄÄTTYVÄ NELIVUOTISKAUSI OLI SUPERILLE?

– Vauhdikas kausi on vaatinut SuPerilta räväkkää toimintaa. Kauden alussa tapetilla oli vanhuspalvelulaki ja sen jälkeen valtakunnassa on tapahtunut paljon. Liitosta on pyydetty mielipiteitä ja kannanottoja erilaisiin yhteiskunnallisiin asioihin. Myös työnantajapuoli arvostaa SuPerin asiantuntemusta. Lisäksi liitto on näkynyt kauden alusta asti hyvin myös mediassa.

– Vaikka meillä oli jo ennestään vankka jalansija mediassa ja meidän asiantuntemustamme kuunneltiin jo kauden alkaessa, niin nämä vaikutuskeinot ovat tänä nelivuotiskautena vahvistuneet entisestään. Pystymme vaikuttamaan meille tärkeisiin asioihin entistä enemmän myös kansainvälisessä toiminnassa.

2. MITKÄ OVAT LIITON JA AMMATIN MERKITTÄVIMMÄT HAASTEET SEURAAVAN NELIVUOTISKAUDEN AIKANA?

– Suomessa Sote on meille tulevaisuuden suurin haaste. Jäsenten sijoittuminen töihin sote-alueilla tuo lisähaasteita myös liiton toimintaan. Meidän pitää olla ketteriä toimimaan jäsenten edun puolesta niin ammatillisena kuin sopimusedunvalvojana.

– On ratkaistava, miten ammattiosastotoiminta organisoidaan sote-alueilla niin, että paikallinen edunvalvonta toimii saumattomasti ja niin, että paikallinen aktiviteetti ja toiminta jatkuvat. Liiton järjestötoiminnalle on tärkeää kehittää alueiden verkostoitumista, sillä paikalliset aktiivit tulevat tarvitsemaan tukea ihan erilaila kuin nykyisin.

– Ammatillisessa edunvalvonnassa on koulutuksen ja ammattitaidon vahvistaminen edelleen ajankohtainen. Hoiva-avustajat ovat tulossa kovaa vauhtia mukaan vanhusten hoitoon, varsinkin yksityiselle sektorille. Ammatilliseen edunvalvontaan vaikuttavat myös EU:n direktiivit ja EU:ssa käytävä

hoiva-avustaja-keskustelu, johon SuPer on ottanut aktiivisesti kantaa. Tämä asia on puhututtanut myös Euroopan Perushoitajaneuvosto EPN:ssä, ja SuPer pyrkii vaikuttamaan kaikilla rintamilla niin, että suomalainen lähihoitajakoulutus säilyttää arvonsa.

3. MILTÄ NÄYTTÄÄ AMMATTIYHDISTYSLIIKKEEN TULEVAISUUS?

– Ammattiyhdistysliikkeen tulevaisuuden näen valoisana. Esimerkiksi maan hallituksen yksi kärkihanke, paikallisen sopimisen edistäminen, tulee olemaan asia, jossa ammattiyhdistys tuo tukea jäsenen arkeen. Ay-toimintaa tarvitaan entistä enemmän työelämän pirstaleisuuden ja kovempien arvojen maailmassa, olemaan työntekijän apuna ja toimimaan myös välittäjänä työnantajan ja työntekijän kesken.

4. KUINKA MIELESTÄSI OLET ONNISTUNUT TEHTÄVÄSSÄSI VARAPUHEENJOHTAJANA KULUVALLA KAUDELLA?

– Pitkä kokemukseni liiton päättävissä elimissä ja paikallisessa toiminnassa ovat olleet hyödyksi toimiessani liiton varapuheenjohtajana. Koen onnistuneeni myös siinä, että olen tukenut puheenjohtajaa hänen tehtävässään, sillä se on varapuheenjohtajan tärkeimpiä tehtäviä. Näen myös onnistuneeni kansainvälisessä toiminnassa. EPN:n presidenttinä toimiesani olen pystynyt ottamaan esille meille tärkeitä asioita, kuten hoiva-avustajakeskustelua, ja viemään meidän hyviä työelämän käytäntöjämme eteenpäin.

– Olen mielestäni päässyt vaikuttamaan superilaisten puolesta myös Suomen julkisen alan ammattiliittojen EU-yhdistys FIPSUn toiminnassa ja saanut vietyä SuPerin näkemyksiä eteenpäin. ■





SUPER LIITTOKOKOUS

8.–9.6.2016

*Sinun liittosi.
Sinä päätät.*

Liittokokouksen kulku

8.6.2016

KLO 8–10

LIITTOKOKOUS-
EDUSTAJAT ESITTÄ-
VÄT VALTAKIRJANSA
TARKISTETTAVAKSI
JA KUTSUVIERAAT
ILMOITTAUTUVAT.

KLO 10–11.30

LIITTOKOKOUKSEN AVAJAI-
SISSA PUHEENJOHTAJA ESIT-
TÄÄ TERVEHDYKSENSÄ. SEN
JÄLKEEN OVAT VUOROSSA
VALTIOVALLAN, TYÖNANTA-
JAN EDUSTAJAN SEKÄ KES-
KUSJÄRJESTÖ STTK:N TER-
VEHDYKSET.

KOKOUS TOTEAA JA VAHVISTAA EN-
NAKOLTA JÄSENMAÄRIEN PERUSTEEL-
LA HYVÄKSYTYN LIITTOHALLITUKSEN
PAIKKAJAON VAALIPIIREITTÄIN.

TAUKO

KLO 15

KERROTAAN OSALLISTUJILLE
KÄYTÄNNÖN ILMOITUSASIAT,
ESIMERKIKSI SE, MILLOIN
EDUSTAJISTOON VALITUT ON
TARKOITUS VALOKUVATA.

SEURAAVAKSI LIITTOKOKOUS KESKUSTELEE
JA ÄÄNESTÄÄ HEKILÖVALINNOISTA. EHDOK-
KAILLE ESITETÄÄN ESITTELY JA KANNATUS-
PUHEENVUOROJA.

LIITTOKOKOUKSEN ENSIMMÄISEN
PÄIVÄN TIEDOTE JULKAISTAAN.

ULKOPUOLINEN VIERAILIJA
LUENNOI AJANKOHTAISESTA
AIHEESTA.

LOUNASTAUKO

KLO 11.30–12.30

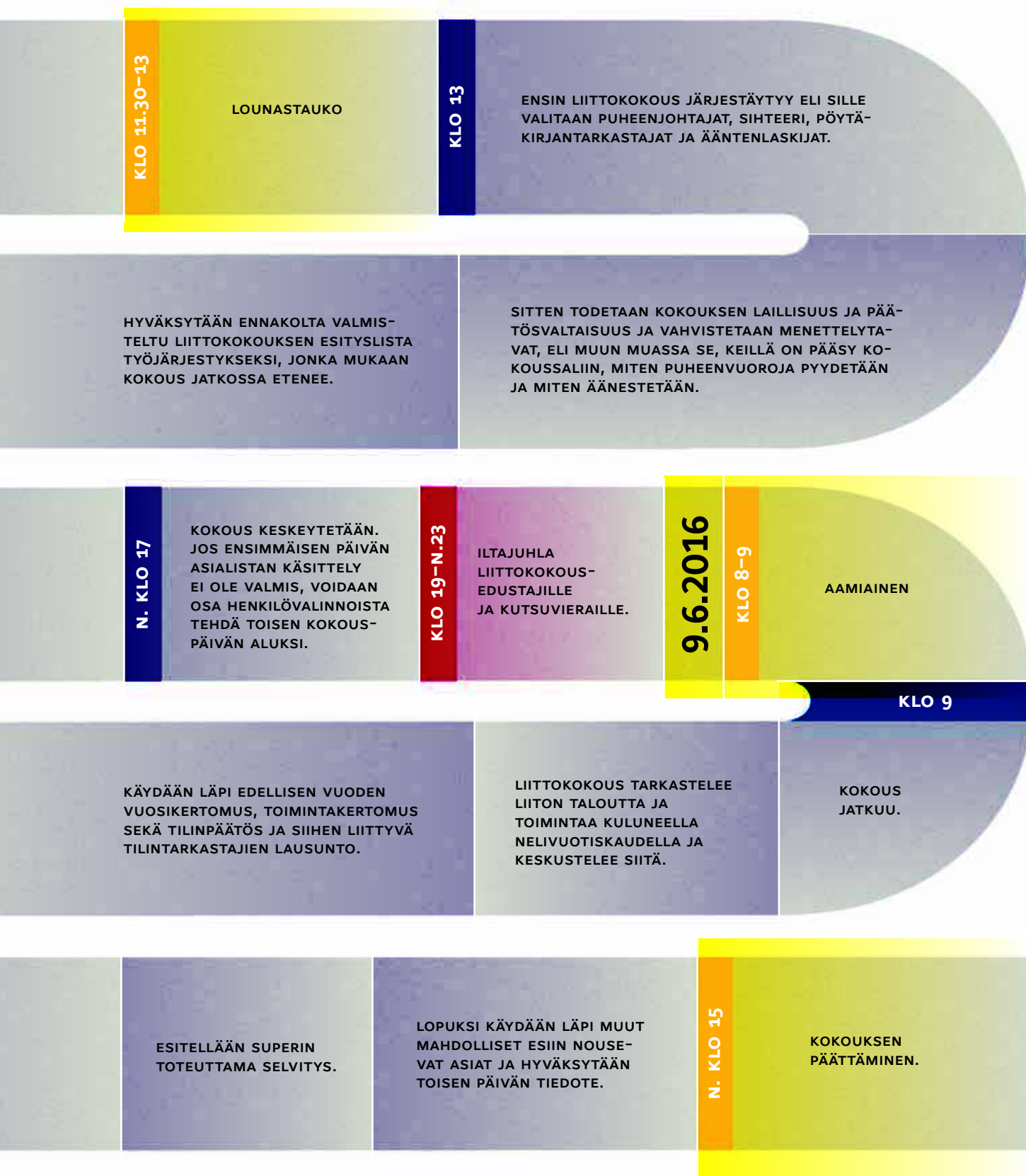
VALITAAN
TILINTARKASTAJAT.

KESKUSTELLAAN
TOIMINTALINJOISTA
TULEVILLE VUOSILLE.

KESKUSTELLAAN
AMMATTIOSASTOJEN
LIITTOKOKOUKSELLE
TEKEMISTÄ ALOITTEISTA.

KÄYDÄÄN LÄPI KUNTA-
JA YKSITYISSEKTORIN
SOPIMUS- JA NEUVOT-
TELUTILANNE.

Liittokokous etenee ennakolta valmistellun esityslistan mukaisesti. Työntäyteiset kaksi päivää antavat lähtölaukauksen uudelle nelivuotiskaudelle SuPerin toiminnassa.





SUPER
LIITTOKOKOUS

8.–9.6.2016

*Sinun liittosi.
Sinä päätät.*



Katse kohti liittokokousta

Kevään mittaan SuPerissa on käyty kahdet vaalit. Nyt katse kääntyy kohti liittokokousta. Siellä superilaisten itselleen valitsevat edustajat valitsevat liiton puheenjohtajiston, päättävät toiminnan suuntaviivoista seuraaville vuosille ja keskustelevat ammattiosastojen tekemistä aloitteista.

Kevään aikana käydyt vaalit olivat jokaisen superilaisen suora vaikuttamisen paikka. Nyt vuoroon astuvat ne 188 superilaista, jotka superilaiset äänioikeutetut ovat liittokokousedustajikseen valinneet.

Näissä vaaleissa valittiin myös edustajisto, joka pitelee SuPerin ohjaksia seuraavaan liittokokoukseen saakka. Vähintään kahdesti vuodessa kokoontuva edustajisto vahvistaa syksyisin liiton toimintasuunnitelman, talousarvion ja jäsenmaksun. Keväisin sen asialistalla ovat painopisteet seuraavan vuoden toiminnalle sekä edellisen vuoden vuosikertomuksen hyväksyminen ja tilinpäätöksen vahvistaminen. ■



WWW.SUPERLIITTO.FI/AMMATTIOSASTOT/
LIITTOKOKOUSVAALIT-2016/VAALIKILPAILUT

*Vaalifiilis-
kisa!*

Lämmin kiitos kaikille SuPerin verkkosivujen vaaliosion Vaalifiilis-kisaan vastanneille. Lähettämienne fiilisten perusteella vaikuttamisen halua ja osallistumisen intoa löytyi kaikkialta Suomesta. Käy vaaliosiossa kurkistamassa, millä mielellä vaalityötä tehtiin ja vaaleihin valmistauduttiin.

Liittokokousedustajiksi ja edustajiston jäseniksi valittiin seuraavat henkilöt

1 UUSIMAA			
Ahlroth Anne	Hiilinen Teemu	Lindroos Carina	Paro Marjut
Ahokas Sanna	Hyvönen Hannele	Lindström Minna	Peuhkurinen Anne
Asikainen Mimmi	Ikäheimo Arja	Louhi Christina	Purtilo Mikaela
Asla Annika	Ilomäki Arja	Manninen Taimi	Salmén Päivi
Ek Jenny	Inberg Päivi	Mehraein Tannaz	Siltalahti Mitri
Halttu Päivi	Kangas Eija-Liisa	Moilanen Piritta	Viitanen Anja
Hautala Päivi	Kantanen Leila	Nuutinen Paula	Viitanen Janita
Heikka Anna-Maija	Kujanpää Meri	Pajala Virpi	Vornanen Mervi
Heikkinen Seija	Kukkonen Sari		

2 SATAKUNTA JA VARSINAIS-SUOMI			
Aho Virve	Juhola Sirkka-Liisa	Lehtonen Pirjo	Rönholm Mika
Alanko Katja	Kankare Anu	Linnanketo Liisa	Saari Marie-Anne
Bruun Sanna	Karilainen Leena	Paunikallio Susanna	Sasi Jouni
Bäcklund Tanja	Kiili Anne	Rantala Katri	Soikkeli Eija
Grönroos Angelita	Kärki Anu	Rouvali Hanna	Vuorinen Tarja
Hongisto Kirsi	Lehtonen Marja		

3 HÄME, PIRKANMAA JA KESKI-SUOMI			
Aatonen Tarja	Jokinen Margit	Mäkelä Kaarina	Pöyry Päivi
Ahonen Jari	Järvelin Harri	Mäkisalo Maija	Saha Suvi
Hakulinen Birgitta	Kasurinen Seija	Nieminen Tuula	Sironen Elise
Halme Sirpa	Kinnunen Katja	Niilivuo-Saarelainen Kirsi	Sivanne Minna
Harjulampi Sari	Kisonen Anne	Niinikoski Silja-Liisa	Tuokko Ritva
Herckman Arja	Kivistö Jaana	Nordström Päivi	Valkama Anu
Ikonen Marjatta	Koivisto Jarkko	Nyrhilä Johanna	Vertainen Johanna
Jaakkola Riikka	Korkalainen Elina	Oksanen Pirjo	Villman Sanna
Jalonen Hanna-Leena	Lannetta Virpi	Pimper Helena	Vuorimaa Irma
Jokela Tuula	Metso Sisko	Puikkonen Sari	Äikiä Marja
Jokinen Hanna	Muhonen Sirpa	Puskala Arja	

4 KYMI JA ETELÄ-SAVO			
Halonen Eini	Laukkanen Marika	Nupponen Hannele	Rantamo Tuula
Harlin Suvi	Lemola Anna	Paakkunainen Leena	Rönkkö Teija
Koistinen Suvi	Loikkanen Tarja	Piipponen-Pekkola Seija	Seppälä Sari
Kolehmainen Marita	Mälikä Merja	Pätilä Ulla	Sistonen Jaana
Laitinen Katja	Niemenmaa Taina	Pönnkä Marjaana	

5 POHJOIS-SAVO JA POHJOIS-KARJALA			
Hakkarainen Virva	Huikuri Eeva	Kosloff Johanna	Ryynänen Tarja
Heiskanen Anne	Hynninen Erkki	Kummunmäki Minna	Räty Kaija
Heiskanen Eeva	Jouhkimo Kirsi	Partanen Eija	Rönkkö Sirpa
Hollström Paula	Kiljunen Marja	Piironen Markku	Tolvanen Paula
Hoskonen Soile	Koskinen Sirpa	Ruotsalainen Anita	Virkkunen Tanja

6 ETELÄ-POHJANMAA JA POHJANMAA			
Asunmaa Stina	Kanerva Susanne	Kujala Maarit	Paloneva Katri
Hakala Eeva	Kangaskoski Armi	Kujanpää Marja	Pellonpää Katariina
Halonen Tiina	Karppi Sonja	Leppälä Anu	Rantanen Erja
Isomöttönen Marja	Kniivilä Anne	Malinen Mira	Saarenmäki Pauliina
Isosaari Heikki	Kuitti Tuija	Maunula Päivi	Säynäjoki Marita

7 POHJOIS-POHJANMAA JA KAINUU			
Haapasaari Eine	Karjalainen Eija	Komulainen-Aakko Merja	Parkkila Paula
Hauru-Kouvala Satu	Karppinen Eija	Koutonen Eeva	Patokoski Maarit
Hernetkoski Maili	Kemppainen Raija	Kujansuu Ritva	Puhakka Satu
Hynynen Soile	Koistinen Toini	Latvakoski Tarja	Tervo Sari
Ilves Mirva	Koivusipilä Satu	Niva Marianne	Vartiainen Paula
Kaivorinne Mira			

8 LAPPI			
Jama Kristiina	Keränen Riitta	Löf Sirkka	Tervo Helena
Juopperi Katja	Leppänen Piiju	Suopanki Kaisa	Tirroniemi Tarja

9 AHVENANMAA			
Wikström Carola			

YHTEENSÄ		
LIITTOKOKOUS- EDUSTAJAT: 188	EDUSTAJISTON VARSINAISET JÄSENET: 40	EDUSTAJISTON VARAJÄSENET: 40

LIITTOKOKOUSEDUSTAJAT

MYÖS EDUSTAJISTOON VALITUT
LIITTOKOKOUSEDUSTAJAT

PAPERITTOMIEN PELASTAJA

TEKSTI JA KUVA ELINA KUJALA

Viivi Lehdonvalo on itse tullut maahanmuuttajana Suomeen 26 vuotta sitten. Nyt hän hoitaa heitä, joita ei muualla hoideta.

Turussa eräällä kadulla, yhden lukitun oven takana on pieni, vaatimattomasti kalustettu terveysklinikka. Huonekalut ja välttämättömimmät välineet: stetoskooppi, otoskooppi, verenpainemittari ja haavanhoitotuotteet on saatu lahjoituksena. Tänne, vain harvojen tietämään osoitteeseen, paimiolainen lähihoitaja Viivi Lehdonvalo, 50, tulee melkein joka viikko ja odottaa potilaita. Joskus heitä ei tule ollenkaan, toisinaan tulee useita.

– Jos lapsi kaatuu kadulla, hänet nostetaan ylös. Tämä on sama asia. Auttaminen on inhimillistä.

Global Clinic on toiminut Turussa kaksi vuotta. Klinikana asiakkaat ovat niin sanottuja paperittomia: ihmisiä, joilla ei ole Kela-korttia ja oleskelulupaa, eivätkä he ole suomalaisten terveyspalvelujen piirissä.

Paperittomien klinikoita on Suomessa viisi, ja niitä pyörittävät lääkärit, hoitajat, alan opiskelijat ja muut terveys- ja so-

siaalialan ammattilaiset vapaaehtoisvoimin. Lehdonvalo meni mukaan toimintaan viime syksynä. Turun klinikka on au-ki kerran viikossa pari tuntia. Kuluneen vuoden aikana potilaskäyntejä on ollut viitisenkymmentä.

– Suurin osa potilaistamme on tullut maahan ihan laillisesti, mutta heidän viisuminsa tai oleskelulupansa on päättynyt, ja he ovat jostakin syystä jääneet Suomeen. Suomalaisen ulkomaalaisia puolisoita, odottavia äitejä, käy jonkin verran. He käyvät meillä raskaudenseurannassa, mutta synnyttävät sairaalassa. Näiden naisten tilanteen ratkaisee lapsen syntymä, sillä sen jälkeen äidit voivat hakea oleskelulupaa perheeseen perusteella.

EI VIRALLISTA MUTTEI LAITONTAKAAN

Turun kaupunki teki viime vuonna linjauksen, että paperittomat lapset ja raskaana olevat äidit hoidetaan julkisen terveydenhuollon piirissä. Suunta on oikea, mutta käytäntö hakee vielä uomaansa. Ajanvarauksessa ja vastaanotolla ei aina tiedetä, miten paperittomaan tulijaan pitäisi suhtautua. Kii-reelliseen hoitoon paperittomat pääsevät kaikkialla Suomessa.

Klinikalla ei kysytä nimiä, yhteystietoja tai taustoja. Potilaat saavat tietää klinikan palveluista puskaradion kautta. Vaikka toiminta ei ole virallista, se ei ole laitonta. Lehdonvalo sanoo, että hoitoon hakeutuvat ihmiset ja heidän vaivansa ovat hyvin tavallisia. Kaikki ovat kiitollisia saamastaan avusta.

– Selkäkipuja, vatsakipuja, korkeaa verenpainetta ja muita tavallisia vaivoja, ei mitään kovin eksoottista, luettelee Lehdonvalo yleisiä hoitoon hakeutumisen syitä.

Turun Global Clinic pystyy antamaan pienimuotoista perusterveydenhuoltoa. Erikoislääkäreitä voidaan konsultoida tarpeen vaatiessa, ja laboratoriokokeisiin saa klinikalta lähetteen. Hammaslääkäripalveluja klinikalla ei ole. Toiminnassa on mukana kolmisenkymmentä eri alan ammattilaista.

KULTTUURIEN TULKKI

Viivi Lehdonvalo on neljän lapsen äiti, joka tuli 1980-luvun lopussa maahanmuuttajana Suomeen. Hän tietää, minkälais-ta täällä on elää ulkomaalaisena.

– Tulin 24-vuotiaana Stora Ensolle töihin ja tänne jäin.

TUNNISTA IHMISKAUPPA

Paperittomien klinikoilla kohdataan myös ihmiskau-paan uhreja. Uhrin kohtaaminen, tilanteen tunnistami-nen ja hänen auttamisensa vaatii erityistä osaamista lääkäriltä ja hoitajalta.

Maailman pakolaistilanne näkyy myös ihmiskauppa-tapausten lisääntymisenä. Epätoivoisessa tilanteessa olevat ihmiset haluavat päästä Eurooppaan, mutta tänne saavuttuaan he ovat veloissa ja joutuvat mak-samaan matkanjärjestäjälle tavalla tai toisella takai-sin. Ilman kielitaitoa, tukiverkostoja ja henkilöpape-reita heitä on helppo kiristää ja käyttää hyväksi.

Suomessa toimii tehokas ihmiskaupan uhrien autta-misjärjestelmä, jossa yhden puhelinsoiton päässä on tarjolla konkreettinen apu ja asiantuntemus. Toimin-taa koordinoi Joutsenon vastaanottokeskus, mutta järjestelmä on valtakunnallinen.



LISÄTIETOA IHMISKAUPASTA



Viivi Lehdonvalo sanoo, että turvapaikanhakijoita ei toistaiseksi ole käynyt Turun paperittomien klinikalla. Tilanne todennäköisesti muuttuu, kun maahan tulleet pakolaiset saavat kielteisiä turvapaikkapäätöksiä.

Suomi on hyvä paikka kasvattaa lapset ja elää naisena, koulutusjärjestelmä on erinomainen.

Lehdonvalo on syntynyt Ranskan Dijonissa, mutta asui ennen Suomeen muuttoaan 10 vuotta Pariisissa. Hän on työskennellyt markkinoinnin parissa, kääntäjänä ja tulkkina sekä hierojajritäjänä, kunnes päätti opiskella lähihoitajaksi. Ihmisläheinen työ Paimion kotioidossa tuntuu nyt oikealta paikalta.

Suomen vuosien aikana Virginie on vaihtunut Viiviksi ja suomen kieli hioutunut lähes täydelliseksi, mutta mieleen muistuu yhä ensimmäinen, suuri kulttuurishokki uudessa kotimaassa.

– Uimahalli! En voinut käsittää, että ihmiset kuljeskelevat pukuhuoneessa, suihkussa ja saunassa iloksen alasti! Ranskassa on vaatteidenvaihtoa varten henkilökohtaiset pukukopit ja suihkussa käydään uimapuku päällä. Ei kukaan esiinny vieraiden ihmisten seurassa alasti.

Lehdonvalon omista kokemuksista ja kielitaidosta on hyötyä vapaaehtoistyössä paperittomien klinikalla. Hän tulkkaa, ottaa potilaita vastaan aulassa ja tuo toisinaan mukanaan matkahierontapöytänsä, jos joku selkä- tai niskäräkyinen kaipaa hierontaa.

– Vapaaehtoisilta ei vaadita erityistaitoja. Elämäkokemus on eduksi, sillä klinikalla kuullut tarinat voivat olla raskaita. Kärsivällisyyttä tarvitaan, sillä joka viikko ei tule asiakkaita. Silloin juodaan kahvia ja rupatellaan. Klinikka pidetään kuitenkin aina sovitusti auki.

Lehdonvalo on seurannut maahanmuutosta käytävää julkista keskustelua surullisena.

– Avoimesti rasististen suomalaisten joukko on pieni, mutta kovaääninen. Heitä enemmän olen huolissani siitä suuresta, hiljaisesta massasta, joka ei sano mitään. Siinä näkyy ehkä se suomalainen mentaliteetti, että ei haluta puuttua, vaan mieluiten odotellaan ja toivotaan, että tämä menee itseksensä ohi.

Vapaaehtoistyö on Lehdonvalolle elämäntapa.

– Miksi en olisi mukana? Jos voin vaikuttaa positiivisesti toisen ihmisen elämään, teen sen mielelläni.

– Koskaan ei voi tietää, milloin itse on avun tarpeessa ja auttaako minua silloin juuri se ihminen, jota minä olen auttanut tänään. ■



LISÄTIETOA GLOBAL CLINICISTÄ

- Global Clinic tarjoaa terveyden- ja sairaanhoitoa sekä juridista neuvontaa potilaille, jotka eivät ole oikeutettuja julkiseen terveydenhoitoon. Klinikkoja on Helsingissä, Turussa, Tampereella, Oulussa ja Joensuussa.

- Vapaaehtoistoiminnassa on mukana noin sata vapaaehtoista lääkärinä, sairaanhoitajana, lähihoitajana, terveydenhoitajana, kättilöä, tulkkia sekä joukko muiden alojen ammattilaisia.

- Paperittomien klinikoilla oli viime vuoden aikana useita satoja potilaskäyntejä. Kiireisin klinikka on Helsingissä.

- Global Clinicin toimintaa koordinoi kansalaisjärjestöjen muodostama paperittomien verkosto. Mukana ovat muun muassa Helsingin ja Oulun Diakonissalaitokset, Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän Diakoniakeskus, Pakolaisneuvonta ry, Pro-tukipiste ja HIV-tukikeskus.



Freedom

Julkisen ihon koristelusta voi yhä seurata vaikeuksia

TATUOINTI ON RISKILLÄ TERÄSTETTYÄ TAIDETTA

TEKSTI ANTTI VANAS KUVITUS SALLA PYYKÖLÄ

Tatuointi on vahva kasvuala. Buumista todistavat paitsi katukuva kuumana kesäpäivänä, myös tatuointiaiheiset tv-sarjat ja kauppojen lehtihyllyt. Tatuointiliikkeiden määrä on kasvanut kahdessa vuosikymmenessä 50-kertaiseksi, eikä lama ole tahtia hidastanut.

Tatuointien nopea yleistymisen ei tarkoita niiden automaattista hyväksymistä. Tatuointikulttuurista viime syksynä väitelleen Jari Ruotsalaisen mukaan tatuoinnin otanut on edelleen vaarassa leimautua vaikkapa vähälahjaiseksi tai seksuaalisesti ”helpoksi”.

Tatuointeja on perinteisesti pidetty merkkeinä moraalista heikkoudesta, kontrolloimattomasta elämäntavoista ja heikoista älynlahjoista, eivätkä nuo merkitykset ole kuluneet kokonaan pois.

Hoito- ja palvelualoilla tatuoinnit mielletään usein syyttä epähygieenisiksi, ja ne voidaan määrätä peitettäväksi. Työpakan saanti voi siis edelleen tyssätä vääränlaiseen ja väärässä paikassa olevaan tatuointiin.

Varovaisuuteen on myös hyvin peruteltuja syitä. Ulkoasiainministeriö varoittaa matkustusohjeessaan Sri Lankaan matkaavia näkyvistä Buddhaa esittävästä tatuoinneista, jotka voivat sikä-

läisten rajaviranomaisen mielestä olla häpäiseviä ja estää maahanpääsyn. Kulttuurien kohtaupaikoissa työskenteleviltä lentoemänniltä ja stuerteilta näkyvät tatuoinnit on kielletty kokonaan.

TUSHIA JA TERÄWIÄ NEULOJA

Yhdysvalloissa muutama vuosi sitten tehdyn tutkimuksen mukaan viidennes tatuoinnin ottaneista on siihen jossakin vaiheessa tyytymätön, ja kuusi prosenttia päättää sen poistattaa.

Yleensä tatuoinneista halutaan päästä eroon siksi, että niiden koetaan kuuluvan menneeseen elämään ja nuoruuden identiteettiin. Useimmat teettävät tatuointinsa parikymppisinä tai sitä nuorempina.

Kyseisen tutkimuksen mukaan naiset katuvat ja poistattavat tatuointejaan miehiä useammin. Naiset myös kertoivat useammin poistattamisen syyksi häpeän tunteen, kielteiset huomautukset ja vaikeuden peittää tatuointi vaatteilla.

Suomeen tatuoinnit rantautuivat

paljon muita länsimaita myöhemmin, kertoo Ruotsalainen väitöksessään. Yhdysvalloissa ihon pysyvästä koristelusta tuli ensimmäistä kertaa laajempi muoti-ilmiö jo 1800-luvun loppupuolella.

”Tatueraus eli ihon kirjaileminen on tätä nykyä uusinta muotia New Yorkin bienossa maailmassa. Milloin pistellään ►





TATUOINNIT OVAT YHÄ USEAMMIN UNIIKKEJA JA ESTEETTISESTI KORKEATASOISIA, JA TEKIJÄN MERKITYS ON KASVANUT.

käsiwarteen teräwillä neuloilla rakastetun nimi, milloin runoja tai rannerenkaan kuva ja hierotaan sitten tushilla”, raportoi Uusi Suometar marraskuussa 1883.

Tanskassa tarjottiin sähköisellä koneella tehtyjä tatuointeja vuonna 1901. Suomen ensimmäinen virallinen tatuointiliike avasi ovensa vuonna 1987.

Tilastotieto vuodelta 2009 kertoo,

että 13 prosentilla 15–29-vuotiaista nuorista on yksi tai useampia tatuointeja. Tatuointeja kantojia siis noissa ikäluokissa noin 130 000 suomalaista.

Tämän hetkinen koko kansaa koskeva luku on monin verroin suurempi, sillä moni ikäluokka on tullut tilaston teon jälkeen parhaaseen tatska-ikään, eivätkä vanhempien ikäluokkien ihokuviot ole kadonneet mihinkään. Tatu-

oitujen tarkkaa lukumäärää ei tiedä kukaan, sillä koko väestöä käsittäviä tilastoja ei ole olemassa.

VAATTEIDEN ALTA JULKISELLE IHOLLE

Tatuointikulttuurin historia on Ruotsalaisen mukaan marginaalissa eläneiden ihmisten historiaa. Tatuoinnit eivät ole koskaan edustaneet kauneutta, älykkyyttä, korkeaa moraalista tai mitään muutakaan ylevää ominaisuutta.

Kuvan kaivertamista elävään ihmiskudoksen on pidetty luonnottomana. 1800-luvun loppupuolella vaikuttanut italialainen antropologi Cesare Lombroso yhdisti tatuoinnit yhdessä poikkeavan kallonmuodon kanssa synnynnäisesti rikolliseen luonteenlaatuun. Rikollisten ohella tatuoinnit on perinteisesti liitetty merimiehiin.

Jari Ruotsalaisen ensimmäinen oma livekokemus tatuoinneista on tyyppilinen ajalle ennen tatuointibuumia: kauttaaltaan kuvioitu, paikkakunnan tunnettu taparikollinen käyskenteli kesähelteellä kyläraitilla ilman paitaa.

”Näky oli sängen erikoinen, ja se syöpyi lähtemättömästi nöösiipojan verkkokalvoille”, tutkija muistelee.

Nykyään marginaalisuus on kadonnut, ja tatuoinneista on tullut enemmän tai vähemmän valtavirtaa. Tatuointien kuvien koko on viimeisen kymmenen vuoden aikana kasvanut, ja niitä teetetään yhä useammin julkiselle iholle eli kämmenselkiin, sormiin, kaulaan ja kasvoihin – alueille, jossa ne ovat hankalasti peitettävissä.

Sikäli kehityksessä ei ole mitään ihmeellistä, että terveen ja kauniin ruumiin määreet ovat aina olleet muuttuvia. Vielä 1900-luvun alkupuoliskolla rusketuksen katsottiin paljastavan alhaisen syntyperän, ja ihon vaaleus kertoi varakkuudesta. Ruskettuneeseen ja kalpeaan ihoon liitetyt merkitykset ovat sittemmin vaihtaneet paikkaa.

KATU HAASTAA GALLERIAN

1900-luvun alkupuolen synkät arviot tatuointien turmeltuneisuudesta ovat kaukana niistä näkemyksistä, joita asiasta nykyään esitetään. Tänäpäin puhutaan kehotaiteesta, yksilöllisestä identiteetti-projektista ja oman kehon hallinnasta.

Jari Ruotsalaisen sanoin tatuointi on taiteistunut: sekä tekijät että teettäjät kokevat olevansa tekemisissä taiteen

kanssa. Tatuoinnit ovat yhä useammin uniikkeja ja esteettisesti korkeatasoisia, ja tekijän merkitys on kasvanut.

Viimeaikaisessa kehityksessä on sekin mielenkiintoinen piirre, että toisin kuin edellä mainitun amerikkalaisen tutkimuksen tuloksista voisi päätellä, alun perin hyvin miehistä kulttuuria hallitsevat nykyään naiset. Tatuointistudioiden asiakkaista jopa 70 prosenttia on naisia.

”Vielä kymmenen vuotta sitten isot tatuoinnit oli miesten juttu ja kauniim-

pi väki keskittyi ottamaan pientä sievää. Nykyään liikkeeseen saapuu entistä enemmän nuorta naisväkeä valtavien projektien kanssa, joita on mietitty ajatuksella ja ajan kanssa”, kertoo eräs tatuoiija Ruotsalaiselle.

Kaikille tatuoinnit eivät merkitse taidetta. Ruotsalainen vertaa tatuointeja graffiteihin: se mikä on yhdelle kulttuuria, on toiselle pelkkää pahantekoa.

Suvaitsevaisuuden kasvusta ja tatuointikulttuurin hienostuneisuudesta huolimatta tatuoinnit voivat yhä haita-

ta myös työllistymistä. Työpaikan epämisestä tatuoinnin perusteella on Ruotsalaisen mukaan kuitenkin vaikea saada näyttöä, sillä tällainen päätös voitaisiin tulkita oikeudessa työsyrynnäksi. Työnantaja välttää riskin jättämällä hylkäyksen todellisen syyn kertomatta. ■

JARI RUOTSALAINEN: IHOILLE KAIVERRETTU. TATUOIMISEN KULTTUURINEN MURROS SUOMESSA. ITÄ-SUOMEN YLIOPISTO 2015.

 TIEDOTTEEN VÄITÖKSESTÄ
LÖYDÄT TÄÄLTÄ

Iho on yksityisasia

Kun ihminen ottaa tatuoinnin, siitä tulee osa hänen ulkonäköään, ja ulkonäön perusteella on huonommennä ketään arvostelemaan – saati sitten, että sen perusteella päätettäisiin, kenestä voi tulla lähihoitaja ja kenestä ei.

– Puhua voi, mutta ei puuttua. Suosittelen opiskelijoille, että jos he haluavat tatuoinnin ottaa, niin ottaisivat sen sellaiseen paikkaan, jossa se jää piiloon vaatteiden alle. Useimmilla tatuoinnit on kuitenkin teetetty jo ennen opintojen alkua. Asiaa koskevia kirjallisia ohjeita ei Salpauksessa ole, sanoo hoitotyön lehtori Tuula Hiltunen-Kilpinen koulutuskeskus Salpauksesta Lahdesta.

Hän kertoo keskustelleensa äskettäin Päijät-Hämeen keskussairaalan hygieniatyöryhmän kanssa sellaisista hoitotyön hygieniaan vaikuttavista tekijöistä kuin lävistyksistä ja islaminuskoisten hoitajien huiveista.

–Tatuoinneistakin puhuttiin, mutta niitä ei pidetty huiveihin ja lävistyksiin verrattavana ongelmana, koska niihin ei liity hygieniariskiä. Uusia ohjeita ei siis ole tulossa.

Lähihoitajaopiskelijaa ei voi estää ottamasta tatuointeja mielensä mukaan. Asennekasvatus voi auttaa, mutta väärin toteutettuna sekin saattaa potkaista pahemman kerran takaisin. Opiskelijat kun ovat 15–20-vuotiaita, eli kukkeimmassa kapinaiässä. Ja makuasiastahan tässä puhutaan.

– Usein näkee hoitajia, joilla on isoja tatuointeja mitä näkyvimmissä paikoissa. Jotkut niitä ihailevat, toiset eivät. Pitää ymmärtää, että nämä nuoret elävät erilaisten sääntöjen hallitsemassa maailmassa kuin minä heidän ikäisenään, tuumii viisikymppinen Hiltunen-Kilpinen.

Toisaalta makuasiat ovat jossakin määrin ennustettavia, sillä ne perustuvat kantajansa elämäntaustaan. Esimerkiksi vanhusten hoitokodeissa ei saisi olla mitään, joka herättää asiakkaissa turhaan negatiivisia tunteita.

– Nykyaika suosii erilaisuudesta ja omasta persoonasta kertovia merkkejä. Hoitokodissa elävän 95-vuotiaan mummon mielessä tatuoinnit voivat kuitenkin liittyä pelkästään merimiehiin ja epäsosiaaliseen ainekseen. Pyydän usein opiskelijoita ajattelemaan, miltä he sen tietyn asiakkaan silmissä vaikuttavat, ja usein tämä ohje myös toimii.

Jos tatuoinnit ovatkin hoito- ja hoivatyössä jonkinasteinen ongelma, niin onneksi sellainen, joka korjaantuu ajan myötä itsestään. Yleistyminen tylsyyttää tatuointikulttuurin särmiä, ja tatuointien sieto on Hiltunen-Kilpinen mukaan parantunut vanhustyössäkin.

– 20 vuoden kuluttua tatuointi voi olla normi ja sen puuttuminen huomiota herättävä poikkeus.

ANTTI VANAS





PERUNOIDEN KUORINTAA JA LAKANOIDEN TAITTELUA

Olen käynyt puhumassa vanhustenhoidon työntekijöille monissa maamme kunnissa viimeisten 30 vuoden aikana. Erään käyntini yhteydessä yövyin vanhainkodissa omaisille tarkoitettussa toisen kerroksen huoneessa. Heräsin aamulla viiden maissa alakerrasta kuuluvaan astioiden kalinaan ja veden lorinaan. Aamiaiskeskustelussa hämmästelin sitä, kuinka aikaisin henkilökunta aloittaa työnsä keittiössä. Tähän ihmetelyyni työntekijät vastasivat kertomalla koulun laitokset keittiössä työskennelleen asukkaan halunneen tehdä työtä tämänkin laitoksen keittiössä. Yhdessä oli sovittu, että varhain heräävä muistisairas iäkäs menee aamuisin keittiöön kuorimaan perunat ja muut juurekset päivän aterioiden valmistusta varten. Minä riemuitsin: "Onpa hienoa!" Tämä varhaisen aamun kokemus on painunut mieleeni lähtemättömästi.

Sosiaalisen vanhenemisen tutkijat korostavat oman elämäntyylin jatkamisen merkitystä onnistuneelle vanhenemiselle. Mielenkiintoisen toiminnan ja ystävyssuhteiden ylläpitäminen fyysisten ja kognitiivisten kykyjen sallimissa rajoissa tuo mielekkyyttä elämään. Vanhenemista käsittelevän psykologisen kirjallisuuden mukaan työn pätevä hallitseminen on keskeinen oman

arvon tunteen elementti työikäiselle. Sopeutuminen eläkeläisen rooliin vaatii työtä vastaavaa itsetuntoa ylläpitävää tekemistä ja osallisuutta.

Kuvaamani muistisairas oli ollut onnekas löytäessään ja saadessaan oikean tehtävän ja aidon roolin vanhainkodissa. Hän sai jatkaa omaa elämäntyyliään ja kokea olevansa jollakin tavalla tarpeellinen vielä laitoksessa asuessaankin. Keittiötyöntekijän rooli tuki hänen itsetuntoaan ja ehkäisi masentuneisuutta.

Muistisairaiden ja fyysisesti huonokuntoisten määrä on kasvanut tuon 90-luvun kokemuksen jälkeen. Nykyisin järjestetään palveluita huonokuntoisemmille iäkkäille kuin 20-30 vuotta sitten. Itsetuntoa tukevien tehtävien järjestäminen heille ei ole helppoa. Toimet eivät onnistu ilman ohjausta. Hoitotyöntekijöiden luovuutta ihaillen olen kuunnellut niistä lukuisista ratkaisuista, joita palvelutaloissa ja vanhainkodeissa on tehty asukkaiden toiminnan ja osallisuuden tukemiseksi. Yhteislauluja laulavat, tanssivat, voimistelevat, pullia leipovat, lakanoita taittelevat tai kaappeja järjestelevät vanhukset ovat muutamia esimerkkejä niistä.

Omassa kodissa asumista korostettaessa on unohdettu toiminnan ja osallisuuden merkitys vanhusten hyvinvoinnille. Kotihoito järjestetään ikään kuin fyysinen kotiympäristö takaisi yksinasuvienkin muistisairaiden tai fyysisesti huonokuntoisten onnellisen elämän. Kiireiseksi organisoitu kotihoito ei tue työntekijöidenkään työtyytyväisyyttä ja jaksamista. Talouden ja muiden kovien arvojen ylivalta on vaarallisesti hiipimässä koko yhteiskuntaamme – kuten arkkkipiispa Kari Mäkinen totesi pääsiäisen aikaisessa haastattelussaan. Vastavirtaan uivia ajattelijoita ja toimijoita, jotka yrittävät kehittää halpoja, mutta inhimillisiä tapoja auttaa heikoimpia yhteisön jäseniä, tarvitaan yhä enemmän. ■



MIKSI PITÄÄ TENTTIÄ LÄÄKELASKUJA?

Miksi lähihoitajien pitää tenttiä viiden vuoden välein lääkelaskuja? Emme todellakaan tarvitse työssämme lääkkeen määräämislaskuja, liuoslaskuja ynnä muuta, sillä lääkärit määräävät lääkkeet.

Enää ei tarvitse jakaa lääkkeitä dosetteihin, koska lääkkeet tulevat annosjakelupusseissa. Olisihan se säästää terveydenhuollolle kun ei tarvitsisi maksaa tenteistä.

Kertaakaan en ole joutunut työssäni laskemaan lääkelaskuja joten lääketentit pois nopeasti.

LÄÄKETENTIT POIS

TURVALLINEN LÄÄKEHOITO VAATII OSAAMISEN PÄIVITTÄMISTÄ

Sosiaali- ja terveydenhuollon ammattihenkilöillä on lakisääteinen velvollisuus ylläpitää ja kehittää omaa ammattitaitoaan. Lääkkeen määräämisestä vastaa lainsäädännön mukaan lääkäri. Hoitajien vastuulla on toteuttaa lääkehoitoa lääkemääräyksen mukaisesti. Esimiesten tehtävänä on varmistaa, että työntekijöillä on riittävä ammattitaito sekä hyvät ja turvalliset työolosuhteet lääkehoidon toteuttamiseen.

Läkehoidon käytännön toteuttamista kuvataan Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisemassa oppaassa *Turvallinen lääkehoito: Opas lääkehoitosuunnitelman tekemiseen sosiaali- ja terveydenhuollossa*. Oppaan tarkoituksena on yhtenäistää turvallisen läkehoidon toteuttamisen periaatteet, selkiyttää läkehoidon liittyvä vastuunjako ja määrittää vähimmäisvaatimukset, joiden tulee toteutua kaikissa lääkehoitoa toteuttavissa yksiköissä. Oppaan mukaan kaikkien läkehoidon osallistuvien tulisi päivittää läkehoidon osallistujien hyväksytysti 3–5 vuoden välein. Läkehoidon osaamisen varmistaminen määräajoin yhtenäistää läkehoidon käytäntöjä ja saattaa läkehoidon osaamisen ajan tasalle potilasturvallisuusvaatimusten mukaisesti.

Lääkkeiden jakaminen annosjakelupusseista on osa lääkehoitoa. Lääkkeen antajan on tunnistettava lääkkeet ja osattava seurata niiden vaikutuksia.

SuPer suosittelee, että kaikki nimikesuojatut sosiaali- ja terveydenhuollon ammattihenkilöt suorittavat työnantajan järjestämän läkehoidon tentin ja antavat tarvittavat näytöt. Työnantajalla on oikeus vaatia, että kaikki asiakas-, asukas- ja potilastyöhön osallistuvat suorittavat läkehoidon tentin.

OPAS LÖYTYY SÄHKÖISENÄ LINKISTÄ:



[HTTP://WWW.JULKARI.FI/BITSTREAM/HANDLE/10024/129969/URN_ISBN_978-952-302-577-6.PDF?SEQUENCE=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/129969/URN_ISBN_978-952-302-577-6.pdf?SEQUENCE=1)

ELINA OTTELA
ASIAINTUNTIJA, SUPER

KODINHOITAJATKIN ANSAITSEVAT ARVOSTUSTA

Viitaten kirjoitukseen Pätevästä epäpäteväksi 3/2016:

SuPer on toisen asteen koulutuksen käyneiden hoitajien liitto, myös meidän kodinhoitajien.

Meidän laaja-alainen koulutuksemme kesti kaksi vuotta sisältäen lapsi-, perhe-, vanhus-, vammais-, mielenterveysharjoittelut ja -opiskelut. Kun kodinhoitajien ja muut sosiaali- ja terveysalan hoitajakoulutukset loppuivat, tilalle tuli lähihoitajakoulutus.

Me olimme se ammattilaisryhmä – silloin virkasuhteessa kaikki – joka koulutti, ohjasi, opasti ja arvioi tulevia lähihoitajia työssäoppimisessa. Toivomme, että me pitkän työuran tehneet ja paljon laaja-alaista ammattitaitoa oppineet kodinhoitajat saamme ansaitun arvostuksen liitolta ja nykyisiltä lähihoitajilta. Oma koulutus ja 30 vuoden ”työssäoppiminen” on varmaan pätevämmästä päästä. Välillä tuntuu, että ammattinimike ”lähihoitaja” on mennyt liialliseksi mainostamiseksi, miksi kaikkien pitää olla lähihoitajia? Olkaamme kaikki ammattilaisia vaativassa ja palkitsevassa vanhustyössä. Kaikkea meitä tarvitaan!

Aurinkoa kevääseen!

PÄTEVÄ KODINHOITAJA

KODINHOITAJIEN AMMATTI-IDENTITEETTI KANTAA EDELLEEN

Aivan oikein, SuPer on toisen asteen tutkinnon suorittaneiden ammattiliitto. Nykyisten sääntöjen mukaan jäseneksi otettavalta vaaditaan vähintään toisen asteen tutkinto. Tämä kattaa edelleen myös kaikki ne tutkinnot, jotka väistyivät ison koulutusmuutoksen mukana 90-luvulla. Näitä lähihoitajakoulutuksen alkaessa väistyneitä tutkintoja ovat perushoitaja, mielenterveyshoitaja, hammashoitaja, lastenhoitaja, päivähoitaja, kodinhoitaja, kehitysvammaistenhoitaja, lääkintävahvistamari-sairaankuljettaja, jalkojenhoitaja ja kuntohoitaja.

Lähihoitajia on jo 150 000, joten se on ehdottomasti suurin ammattiryhmä Suomen sosiaali- ja terveydenhuollossa, eikä muita ryhmiä enää valmistu. Kun SuPerissa puhumme lähi- ja perushoitajista, tarkoitamme usein myös kaikkia edellä mainittuja ammattihenkilöitä. Olemme pahoillamme, jos tuntuu siltä kuin puhuisimme vain lähihoitajiksi kouluttautuneista hoitajista.

Olemme tyytyväisiä siitä, että pätevä kodinhoitaja osoittaa kirjoituksellaan ammattilylpeyttä ja vahvaa ammatti-identiteettiä. Uudessa sosiaalihuollon ammattihenkilölaissa ja tulevassa Suosikki-rekisterissä sosiaalihuollon ammattihenkilöiksi voivat rekisteröityä toisen asteen tutkinnon suorittaneista niin kodinhoitajat, kehitysvammaisten hoitajat kuin lähihoitajatkin.

LEENA KAASINEN
ASIAINTUNTIJA, SUPER



Itsehoitovalmisteet ovat osa lääkityskokonaisuutta

Itsehoitolääkkeillä tarkoitetaan apteekista ilman reseptiä ostettavia lääkkeitä, jotka on tarkoitettu lievien ja tilapäisten sairauksien oireiden hoitoon silloin, kun tilanne ei vaadi lääkärin arviota.

Apteekeista, luontaistuotemyymälöistä ja kaupoista saatavia ravintolisiä, esimerkiksi vitamiineja, voidaan käyttää täydentämään ruokavaliota ja tasapainottamaan elintoimintoja, mutta niillä ei ole sairauksia parantavaa vaikutusta. Itsehoitolääkkeillä ja ravintolisillä voi olla haittavaikutuksia tai yhteisvaikutuksia muiden lääkkeiden kanssa eivätkä ne aina sovellu kaikille esimerkiksi perussairauden tai korkean iän takia.

Ravintolisien ja lääkkeiden välisistä yhteisvaikutuksista on olemassa vain vähänlaisesti tietoa, joten varsinkin monia lääkkeitä käyttävän on hyvä noudattaa varovaisuutta ravintolisien suhteen. Jotta kokonaislääkitys olisi hallinnassa, tiedossa tulisi olla myös potilaalla käytössä olevat itsehoitovalmisteet, mukaan lukien tarvittaessa otettavat lääkkeet.

KIVUN JA FLUNSSAN ITSEHOITO

Ilman reseptiä saatavat tulehduskipulääkkeet esimerkiksi Burana, Aspirin ja Ketorin, ovat yleisesti käytettyjä lievässä kiputiloissa ja flunssan oireissa. Ne saattavat kuitenkin ärsyttää ruoansulatuskanavan limakalvoja eivätkä siksi sovi vatsatautiin sairastaneelle tai muuten herkkävaltaiselle. Astmaatikolla tulehduskipulääkkeet saattavat laukaista astma-kohtauksen tai vakavan allergisen reaktion.

Tulehduskipulääkkeet voivat nostaa verenpainetta, heikentää verenpainelääkkeiden tehoa ja rasittaa munuaisia. Siksi niitä ei suositella sydän- tai verenpainelääkkeitä käyttäville. Käyttöä tulee välttää sydämen- tai munuaisten vajaatoimintaa sairastavilla sekä iäkkäillä, joilla munuaisten toiminta on usein heikentynyt. Tulehduskipulääkkeet lisäävät verenvuotoriskiä, eikä niitä saa käyttää esimerkiksi Marevanin kanssa.

Parasetamoli on turvallinen kipu- ja kuumelääke silloin, kun tulehduskipulääkkeitä ei voida käyttää. Se on vatsatautiin vaivallisempi ja sopii myös astmaatikoi-

le, sydänsairaille ja munuaisten vajaatoimintaa sairastaville sekä iäkkäille. Liian suurina annoksina lääkkeeseen liittyy kuitenkin maksavaurion riski. Näin voi käydä, jos käytössä on esimerkiksi lääkärin määräämä parasetamolia sisältävä valmiste Panacod, ja sen lisäksi itsehoitolääke, tai jos käytetään epähuomiossa useampaa eri kauppanimellä olevaa parasetamolia, esimerkiksi tuotenimiä Panadol Hot, Paramax ja Pamol. Suuret parasetamoliannokset lisäävät myös Marevan-potilaiden vuotoriskiä.

Flunssan oireita voidaan lievittää yskänärsytystä vähentävillä lääkkeillä. Niistä ei kuitenkaan ole apua astmaa sairastavalle, sillä heillä yskän aiheuttaa krooninen keuhkoputkentulehdus. Astmaattista yskää hoidetaan lääkärin määräämillä astmalääkkeillä, tarvittaessa tavallista suuremmilla annoksilla. Osa yskänlääkkeistä ei sovi munuaisten vajaatoimintaa sairastaville ja niillä saattaa olla yhteisvaikutuksia muiden lääkkeiden kanssa. Iäkkään tilapäistä yskää tulisikin lääkkeiden sijaan hoitaa kotikonstein esimerkiksi hunajal-

ESIMERKKEJÄ ITSEHOITOVALMISTEIDEN JA RESEPTILÄÄKKEIDEN VÄLISISTÄ YHTEISVAIKUTUKSISTA

ITSEHOITOVALMISTE	RESEPTILÄÄKE	YHTEISVAIKUTUS	SUOSITUS
TULEHDUSKIPULÄÄKKEET Burana Ketorin Aspirin	verenohennuslääkkeet Marevan, Clopidogrel, Xarelto, Pradaxa, Primaspan	verenvuotoriski kasvaa	Vältä yhteiskäyttöä, parasetamoli sopii tilapäiseen käyttöön
KARPALO , Tranemax INKIVÄÄRI , Zinaxin SAHAPALMU , Curbisal OMEGA-RASVAHAPOT , Möller UBIKINONI , Qstatin	verenohennuslääke Marevan	verenvuotoriski kasvaa	Vältä luontaistuotteiden käyttöä
IHOINFEKTIOT Daktarin voide	verenohennuslääke Marevan	verenvuotoriski kasvaa	Vältä käyttöä, käytä vaihtoehtoisia valmisteita: Canesten, Lamisil, Sorbact
KALSIUM, MAGNESIUM, RAUTA, SINKKI Calcichew, Kalcipos, Emgesan, Retafer, Obsidan, Rennie	kilpirauhaslääke Thyroxin	kilpirauhaslääkkeen teho heikkenee	Annostelu vähintään 4 tunnin välillä
	antibiootit Tavanic, Apocyclin, Ciprofloxacin	antibiootin teho heikkenee	Annostelu vähintään 2–3 tunnin annosteluvälillä
	osteoporoosilääke Alendronat	osteoporoosilääkkeen teho heikkenee	Annostelu eri aikaan vuorokaudesta, vähintään 2 tunnin välillä
	Parkinson-lääkkeet Kardopal, Stalevo	Parkinson-lääkkeen teho heikkenee	Annostelu vähintään 2 tunnin välillä
YSKÄNLÄÄKKEET Resilar, Rometor	muisti-, mieliala- ja rytmihäiriö-lääkkeet Memantin, Voxra, Paroxetin, Seronil, Cordarone, Tambocor	keskushermostohaittojen riski kasvaa	Vältä yhteiskäyttöä

la ja lämpimällä juomalla, sillä lääkkeiden haitat ovat usein hyötyä suuremmat.

ITSEHOITOLÄÄKKEET IÄKKÄILLÄ

Iäkkäät ovat herkempiä lääkkeiden keskushermostoon kohdistuville vaikutuksille. Esimerkiksi suun kautta otettavat allergialääkkeet ja yskänlääkkeet saattavat väsyttää ja muistisairaalla aiheuttaa jopa sekavuutta. Joskus iäkkään jatkuvan päiväväsymyksen takaa voi paljastua esimerkiksi liian pitkäaikaiseen käyttöön jäänyt allergialääke. Allergian itsehoidossa iäkkäille sopivia valmisteita ovat paikalliset allergiasilmätipat tai nenäsumutteet.

Myös tietyt närästyslääkkeet kuten Ranixal, Pepcid ja Gaviscon, voivat aiheuttaa iäkkäillä keskushermostohaittoja ja huonontaa munuaisten toimintaa. Turvallisimmat vaihtoehdot tilapäisen närästykseen hoitoon ovat esimerkiksi protonipumpun estäjä Somac tai alginaattia sisältävä valmiste Galieve.

Suonenvedot ovat iäkkäillä melko yleisiä ja niiden hoitoon käytetään usein magnesiumtabletteja. Magnesiumin tehosta iäkkäiden suonenvetojen hoidossa ei kuitenkaan ole näyttöä. Sitä vastoin magnesiumilla voi olla yhteisvaikutuksia muiden lääkkeiden kanssa eikä se sovi munuaisten vajaatoimintaa sairastavalle. Sen käyttöä ei siksi suositella.

Iäkkäiden kohdalla itsehoitovalmisteiden hyöty-haittasuhde on mietittävä erityisen tarkkaan ja usein tilapäisten oireiden hoitoon riittävätkin lääkkeettömät tai paikalliset hoidot. Toisaalta pitkittynyt tarve esimerkiksi itsehoidosta saatavalle ummetus- tai ripulilääkkeelle voi olla merkki toisesta sairaudesta tai muiden lääkkeiden haittavaikutuksista, jolloin lääkärin arvio tai lääkityksen arviointi on paikallaan.

LÄÄKEKORTTI APUNA

Tieto kokonaislääkityksestä ja mahdollisista perussairauksista on tärkeää turvallista itsehoitovalmistetta valittaessa. Siksi apteekissa asioidessa on hyvä olla mukana ajantasainen lääkekortti. Lääkekorttiin kirjataan myös käytössä olevat vitamiinit ja luontaistuotteet sekä tarvittaessa otettavat itsehoitolääkkeet. Lääkekortti olisi oltava mukana myös asiakkaan puolesta asioivalla omaisella tai asiamiehellä, ja heille tulisi antaa tietoa itsehoitovalmisteiden vaikutuksesta potilaan kokonaishoitoon.

Lääkelista tai -kortti päivitetään säännöllisesti hoitavan lääkärin kanssa, jotta myös hoitopaikka on ajan tasalla kokonaislääkityksestä. Joskus esimerkiksi vatsavaivan taustalta voi löytyä itsehoitovalmisteen haittavaikutus. Kalkkilisä saattaa aiheuttaa ummetusta, rautatabletti tai tulehduskipulääke ripulia ja suuret c-vitamiiniannokset närästystä. Luontaistuotteet voivat heikentää munuaisten tai maksan toimintaa. Ratkaisu ongelmaan voi aikaa vievien tutkimusten sijaan löytyä lääkityksen arvioinnissa, joka voidaan tehdä, kun lääkitystiedot ovat ajan tasalla. ■

LEA LAMMINMÄKI
FARMASEUTTI, LHKA
HOIVAKOTIFARMASIA RY



KYSY LÄÄKKEISTÄ

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



Allergiaa ilmassa

TEKSTI JA HENKILÖKUVA SILJA KIEHELÄ

lhana kevät on taas täällä. Päivät pitenevät, aurinko luo lämpöään ja puut ja pensaat alkavat vihertää. Atsuu, sanoo allergikko.

Luonnonvarakeskuksen annettua ensimmäiset arvionsa tämän kevään siitepölytilanteesta moni huokaisi helpotuksesta. Koivun kukinta ei tule olemaan runsasta, ja Allergia- ja Astmaliiton allergia-neuvoja Anne Vuorenmaan mukaan juurikin koivu on yleisin siitepölyallergian aiheuttaja.

– Siitepölyallergia on kaiken kaikkiaan 20 prosenttia väestöstä, ja heistä 15 prosenttia on koivulle allergisia, hän kertoo.

Siitepölyallergia aiheuttaa pääasiassa nuhaoireita, jotka voivat olla lieviä tai vakavia, mutta oireet heikentävät joka tapauksessa elämänlaatua. Nenän tukkoisuus heikentää unenlaatua, jolloin potilas voi päivisin olla väsynyt.

Tukkoista oloa voi helpottaa muun muassa nenänhuuhtelukannulla tai siihen tarkoitukseen tarkoitetuilla merisuolasuihkeella. Myös nenän limakalvoja supistavat lääkkeet avaavat tukkoista nenää, mutta ne eivät sovi pitkäaikaiseen käyttöön. Allergisen nuhan hoitoon on tarkoitettu kortisonipohjainen nenäsuihke, jota käytetään säännöllisesti.

– Suihkeen oikea käyttö on tärkeää, sitä ei vain suihkauteta nenään, vaan samalla pitää niiskauttaa sisäänpäin. Kanu ja suihke siis vaativat ohjauksen oikeaan käyttöön, Vuorenmaa muistuttaa ja antaa lähihoitajille muutaman käytännön vinkin asiakkaan olon helpottamiseksi.

– Asiakkaiden petivaatteita ei kannata siitepölyaikana tuulettaa ulkona eikä pyykkiä viedä ulos kuivumaan, sillä siitepöly tarttuvat tekstiileihin. Jos lapsi tai vanhus on kovin tukkoinen, sängyn päätyä kannattaa kohottaa. Jos mahdollista, ulkoilut kannattaa ajoittaa aamuun tai myöhäiseen iltaan.

Hunajaa Vuorenmaa ei suosittele käytettäväksi.

– Hunajaa on kokeiltu siitepölyallergian hoitoon, mutta siitä ei ole saatu kehitettyä vakioitua muotoa. Sitä ei voi asiakkaalle suositella, kuten ei muitakaan luontaishoitoja. Ne voivat tehdä päinvastaisen vaikutuksen eli pahentaa allergiaoireita.

Allergioiden hoitoon on kehitetty erilaisia siedätyshoito- vaihtoehtoja. Siitepölyistä valmistetaan allergeeneja, jotka pistetään ihon alle tai otetaan kielen alle laitettavana valmisteena. Allergeenit ovat niin sanottuja biologisia lääkkeitä, joiden vaikutus solussa kohdistuu tarkasti tiettyyn elimistön rakenteeseen. Näin pystytään vähentämään koko kehoa koskevia ei-toivottuja vaikutuksia.

SIEDÄTYKSESTÄ APUA

18-vuotias Atte Haarni on kärsinyt koivuallergiasta nelivuotiaasta asti. Ensimmäiset selkeät oireet ilmenivät, kun perhe vietti äitienpäivää kesämökillä, koivun parhaaseen kukinta-aikaan. Välipalalla syöty omena aiheutti välittömän reaktion: pojan naama alkoi turvota. Onneksi mökillä oli myös lääkäri-vaari, joka teki allergiadiagnoosin ja antoi potilaalle antihistamiinia.

Nenän vuotaminen, väsymys, aivastelu, silmien kutina ja punoitus ovat siitä lähtien olleet jokakeväisiä vieraita. Oirei-

ta on lääkitty nopeasti tehoavilla anti-histamiinitableteilla sekä paikallishoitona toteutettavilla nenäsumutteilla ja silmätippoilla.

– Joskus silmiä on kutittanut niin, että on ollut pakko hieroa niitä koko ajan ja sitten silmät ovat tulleet todella kipeiksi. Silmätipat toimivat, mutta varsinkin pienenä niitä oli hankala laittaa, Haarni muistelee.

Keväällä 2012 koivun siitepölykausi oli erityisen vaikea. Haarnilla oli jatkuvasti tukkoinen olo, silmät kirvelivät ja koko ajan väsytti.

– Olin kuullut äitini puhuvan siedätyshoidosta, ja koska oireeni tuona keväänä olivat todella ikäviä, aloin miettiä vaihtoehtoa tosissani. Kesän lopussa tilasimme ajan terveyskeskukseen, mistä alkukartoituksen jälkeen sain lähetteen Allergiasairaalaan. Siellä lääkäri haastatteli minua ja määräsi allergia- ja astemateihin.

Allergialääkäri suositteli siedätyshoitoa, mutta koska vuosi jo lähenteli loppuaan, hoidon aloitus siirrettiin seuraavaan syksyyn. Aloitusvaiheessa allergeniannosta suurennetaan viikon välein annettavilla pistoksilla eikä siitepölyaikana annosta voida kasvattaa.

– Siedätyshoito aloitettiin, kun olin 15-vuotias. Aluksi kävin lääkärissä kerran viikossa. Siellä ihoni alle pistettiin koivun ja timotein allergeeniuutteita. Yleensä pistoskohdat turposivat ja alkoivat punoittaa, mutta muita reaktioita minulle ei tullut. Kotiin hankimme hoidon edellytyksenä vaaditun adrenaliini-injektiokynän, Haarni kertoo.

Potilas haastatellaan aina ennen pistosta edelliskerran mahdollisten reaktioiden selvittämiseksi, sillä seuraavan annoksen määräävät aina edellisestä pistoksesta mahdollisesti tullut reaktio ja potilaan senhetkiset oireet.

– Kävin Allergiasairaalla parin kuukauden ajan, kunnes allergeenitaso oli nostettu riittävän korkeaksi. Ylläpitovaiheen alettua olen saanut pistokset omassa terveyskeskuksessa kerran kuudessa tai kahdeksassa viikossa, Haarni sanoo.

Kohta siedätystä on takana kolme vuotta ja allerginen oireilu on toivotusti vähentynyt. Kokonaan hän ei niistä kuitenkaan ole päässyt.

– Joudun yhä käyttämään lääkkeitä, lähinnä silmätippoja silloin kun silmät alkavat kutista. En syö raakaa omenaa tai porkkanaa, sillä niistä saan aina allergisen reaktion. ■



Kaupungista maalle muuttanut Atte Haarni ei enää välttä ulkoilua edes koivun runsaimpana kukintakautena.

RISTIALLERGIA

Jos henkilö on allerginen siitepölylle, hän voi olla allerginen myös joillekin juureksille, hedelmille ja mausteille. Kyseessä on tällöin ristiallergia. Oireiden voimakkuus voi vaihdella. Koivulle allerginen saa usein oireita omenasta.

ANAFYLAKSIA

Anafylaksia on vaarallisen voimakas allerginen yleisreaktio. Siitepölyallergiassa anafylaksiaa ei ole todettu, mutta siihen liittyvä ruoka-aineallergia voi altistaa reaktiolle. Anafylaksian ensihoito on adrenaliini.

ANTIHIISTAMIINI

Antihistamiinit ovat allergiaoireita aiheuttavan välittäjäaineen, histamiinin, vastavaikuttajia. Ne sopivat kausittaisten allergiaoireiden hoitoon, kuten ihon kutinaan, aivasteluun ja nenän tukkoisuuteen ja muihin yleisiin allergiaoireisiin.

KORTIKOSTEROIDIT

Kortikosteroideja eli kortisonivalmisteita on saatavana tabletteina, tippoina, suihkeina tai jauhesuihkeina. Kortikosteroidit vaikuttavat hoitamalla limakalvotulehdusta.

KROMONIT

Käytetään paikallisesti annosteltuna nenään tai silmään allergiaoireita lievittämään. Teho on parhaimmillaan ennaltaehkäisevästi käytettynä. Kromoneja on saatavilla suihkeina, nenä- ja silmätippoina.

IGE

Allergiassa elimistössä on vasta-aineita tai herkistyneitä valkosoluja allergiaa aiheuttavaa ainetta, allergeenia, kohtaan. IgE eli immunoglobuliini E on tällainen vasta-aine. IgE-määryksiä käytetään osoittamaan potilaan oireet allergisiksi.

PUJOT

Pujo kasvaa teiden varsilla ja joutomailla rikkakasveina. Pujon siitepöly ei lennä kovin pitkälle, joten allergiaoireita tulee yleensä vain kasvin lähellä. Pujon kannattaa kitkeä ennen kukintaa pihapiiristä sekä koulujen ja päiväkotien läheisyydestä.

Mielenterveyttä kotiin

TEKSTI JA KUVA IRENE PAKKANEN

Yksityinen mielenterveyden kotikuntoutus käynnistyi syksyllä naapurikunnissa Rautalammilla ja Vesannolla. Palvelulla halutaan tukea kotona asumista, välttää ambulanssirallia ja säästääkin.

Psykososiaalinen kotikuntoutus lähtee asiakkaan tarpeista. Osa asiakkaista haluaa keskustella, osa tarvitsee enemmän käytännön apua. Palvelut ovat pitkälti samoja, mitä aikaisemmin annettiin mielen-terveysneuvolasta.

Palvelun tuottaa rautalampilainen hoitokoti Hermanninranta, joka toimii myös kotikuntoutusasiakkaiden jaksohoitopaikkana. Lähihoitaja Niina Jääskeläinen on kotikuntoutuksen ensimmäinen ja toistaiseksi ainut työntekijä.

Keskusteluavun ohella Jääskeläinen lähtee asiakkaan kumppaniksi kauppaan, virastoon tai lenkille, neuvoo kotiaskeissa, auttaa paperiasioissa ja tarvittaessa jakaa lääkkeet.

– Asiakkaat tarvitsevat tukea monissa käytännön asioissa. Tavoitteenani on tukea omatoimisuutta niin, että asiakas lopulta hoitaisi esimerkiksi kauppaostoksensa tai tuloksetyksiensä itse.

Päihteettömyyteen tukeminen on tärkeä osa työtä.

– Selvittelemme asiakkaan kanssa tilanteita, missä retkahtaminen on tapahtunut ja miten niitä voidaan ehkäistä.

Koetamme etsiä päivään mielekästä tekemistä niin, että asiakkaan ei tarvitse lähteä juopottelemaan.

Asiakkaat sitoutuvat sopimusvaiheessa päihteettömyyteen.

– En mene asiakkaan kotiin, jos tämä on päihdynyt tai jos muuten on pienintäkään epäilystä turvallisuudesta.

SAIRAALAJAKSOJEN VÄHENEMINEN VAKUUTTI

Psykososiaalisen kotikuntoutuksen malli periferia-alueelle luotiin hankkeessa. Hermanninrannan yrittäjät, sisarukset Hugo Miskala ja Emilia Heinoja sekä vastuuhenkilö, sairaanhoitaja Anu Postari hakivat vinkkejä ja kokemuksia kaupunkioista Iisalmesta ja Tampereelta. Iisalmessa kotikuntoutus on julkinen ja Tampereella yksityinen palvelu.

– Molemmissa on saatu kotikuntoutuksesta hyviä kokemuksia. Sairaalahajosten vähentyminen vakuutti meidät siitä, että kotikuntoutusta kannattaa viedä eteenpäin myös pienillä kylillä, Miskala sanoo.

Kenttätyössä tarvitaan vankkaa kokemusta mielenterveyden päihdetyöstä.

– Kokemusta painotettiin myös Iisalmessa ja Tampereella.

Meillä oli malli valmiina, mutta työkäytännöt ja yhteydenpitotavat kuntiin ja muihin toimijoihin Niina ja Anu ovat luoneet yhdessä, Miskala kokoa.

Jääskeläinen kuvaa työtään hyvin itsenäiseksi.

– Työyhteisöni on hoitokodilla. Haen välillä varmuutta Anulta tai Emilialta, olenko tehnyt oikean ratkaisun. Tilanteet, joita on tullut vastaan, eivät ole olleet helppoja. Anu myös tuuraa minua, kun olen vapailla.

KODIN NÄKEMINEN AVAA MIELEN SOLMUJA

Monet mielenvointia heikentävät tekijät huomaa vasta asiakkaan kotona. Ahdistus voi kasvaa sietämättömäksi esimerkiksi pihassa rojottavasta halkokasasta tai uudesta asunnosta, jonka kalustamiseen pitäisi tarttua. Lamaannus voi iskeä myös tavarankeskellä, jota koti tursuaa lattialta kattoon.

– Kuntoutuksen kannalta on tärkeää nähdä, miltä arki asiakkaan kotona näyttää ja mitä apua tarvitaan. Jos vertaa hoitojaksoon, kotona myös puhellaan paljon avoimemmin omasta voinnista.

Rautalammilla kotikuntoutuksen asiakkaat saavat psykiatrian palvelut Suonenjoen mielenterveyskeskuksesta. Vesannolla on oma psykiatriapalvelu.

– Ihanteellista olisi, jos meillä olisi oma psykiatri käytettävissä. Mutta olemme saaneet lääkäripalveluja aina, kun niitä on tarvittu. Kun on kyse mielenterveys- ja päihdekuntoutuksesta, vastuu asiakkaasta on viime kädessä omalääkärillä, Postari sanoo.

VÄLIMATKAT MÄÄRITTÄVÄT MITOITUSTA

Yhteydenotto kotikuntoutuksesta tulee yleensä kunnalta. Omaiset ja mielenterveyskuntoutujat ovat kyselleet palvelusta myös suoraan hoitokodilta.

Ensimmäisiä merkkejä kotikuntoutuksen tarpeesta ovat, kun omassa taloudessa asuva mielenterveyskuntoutuja jättää tulematta avohoitoon, jättää lääkkeet pois tai jos omaiset tai kotihoito ovat hänestä muuten huolissaan.

– Kotikuntoutus on vapaaehtoista. Kaikki, joille palvelua on kunnasta ehdotettu, eivät ole sitä halunneet, Miskala kertoo.

Kuntoutussuunnitelma tehdään asiakkaan, sosiaalityöntekijän ja kotikuntoutuksen kesken.

– Asiakkaan rooli kuntoutuksen suunnittelussa on tärkeä. Asiakas on meille tavallaan työnantaja. Huimempia tavoitteita tiputellaan, mutta muuten mennään asiakkaan tarpeet edellä, sosiaalityöntekijä Marja-Liisa Kauppinen Vesannolta kertoo.

Hermanninranta ja kunnan sosiaali-toimisto solmivat ostopalvelusopimuksen kuukaudesta puoleen vuoteen kerrallaan.

– Käyn asiakkaan luona vähintään kaksi kertaa viikossa ja viivyn tunnista kahteen. Jos asiakkaan vointi huononee, käyntejä voi olla viisikin. Asiakasta osa käy samanaikaisesti mielen-terveysneuvolassa, Jääskeläinen kertoo.

Tällä hetkellä hänellä on neljä asiakasta, mikä tarkoittaa 75–100 kilometrin ajomatkaa päivittäin. Jos asiakkaalla on käyntiä jossakin, kilometrejä kertyy enemmän.

– Kotikuntoutuksen toimintasäde on noin 50 kilometriä. Jos asiakkaan luona käydään 3–6 kertaa viikossa, yhdellä hoitajalla voi olla 5–10 asiakasta, Miskala laskee.

Vesannolla palvelua täydennetään lähitulevaisuudessa videoyhteydellä. Video on Miskalan mukaan kätevä tilanteissa, joissa asiakkaan kanssa on tarkistettava jokin käytännön asia, esimerkiksi miten jokin lomake täytetään.

– Kyse on täydentävästä palvelusta, joka ei sovi kaikille asiakkaille. Luottamus asiakkaaseen tulee olla rakennettu, ennen kuin videoyhteyttä voidaan edes ajatella.

SELVÄT SÄVELET PAHAN PÄIVÄN VARALLE

Kriisisuunnitelmassa sovitaan, miten toimitaan, jos asiakkaan olo kotona käy sietämättömäksi.

– Päiväsaikaan asiakas voi ottaa minuun suoraan yhteyttä ja sitten mietitään, mitä tehdään. Muulloin asiakkaat voivat Rautalammilla ottaa yhteyttä hoitokotiin ja Vesannolla kotipalveluun, Jääskeläinen kertoo.

Soitto viestii Jääskeläiselle, että asiakas on sitoutunut kotikuntoutukseen ja kriisisuunnitelmaan. Kun asiakkaalle saadaan kokemus, että apua myös tulee, voidaan muuttaa vanhoja käyttäytymiskaavoja.

– Esimerkiksi sosiaalisen pelon voit-



– Edellinen työni oli koko lailla perushoidollista. Tässä työssä ei ikinä tiedä, mitä päivä tuo tullessaan, lähihoitaja Niina Jääskeläinen kuvaa.

tamiseksi on harjoiteltava kotoa lähtemistä ja ihmisten kohtaamista. Onnistumisen kokemus on valtava, jos lopulta voidaan mennä sinne, missä on paljon porukkaa.

Yksi vaihtoehto kriisitilanteissa on tulla suoraan jaksolle hoitokotiin.

– Paha olo voi mennä ohi sillä, että asiakas pääsee viikonlopuksi hoitokotiin. Asiakkaille on inhimillisempää, kun ei tarvitse lähteä ambulanssikäynnillä palloteltavaksi lääkäriltä ja paikat toiseen, Postari sanoo.

Yhtenä kotikuntoutuksen tavoitteena on säästää osastohoidoissa ja ambulanssikäynteissä.

– Osastovuorokausi maksaa suurin piirtein saman kuin meillä kuukauden palvelu, tai viikonloppu saman kuin meillä noin kolme kuukautta, Postari vertaa.

Vesannolla sairaalakierteen katkea-

minen on jo huomattu.

– Näen, että palvelusta on hyötyä erityisesti nuorille mielen-terveyskuntoutuville, kun apu tulee kohdennettusti ja ajoissa, Kauppinen pohtii.

Harvaan asutulle alueelle kehitettyä ja useamman kunnan alueella ope-roivaa psykososiaalisen kotikuntoutuksen mallia halutaan levittää Savon sydä-mestä laajemmalle Suomeen.

– Kotikuntoutus on uusi mielen-terveysneuvolan ja tehostetun palveluasumisen väliin asettava palvelupalikka, jonka avulla voidaan tukea pidempään kotona asumista. Siitä voi olla apua esimerkiksi, jos mielen-terveyskuntoutujan omainen ei enää voi tai jaksa auttaa en-tiseen malliin, Miskala sanoo. ■



Puheenjohtaja Silja Paavola kutsui salin eteen pitkään pääluottamusmiehen tehtävissä toimineet Eeva Huikurin Liperistä ja Leena Hyttisen Ylämyllyltä, jotka nyt olivat jättämässä tehtävänsä.

Pääluottamusmiehen on oltava PIINKOVA EDUNVALVOJA

TEKSTI JA KUVAT MARJO SAJANTOLA

Pääluottamusmiesten on erotettava hoitajan identiteetti edunvalvojan tehtävästä ja oltava entistä kovempi edunvalvoja tulevaisuuden haasteissa.

SuPerin pääluottamusmiesten neuvottelupäivillä huhtikuussa Helsingissä saatiin kuulla juuri edellisenä päivänä maan hallituksen julkituomat linjaukset sote- ja aluehallintouudistuksesta. Uusinta tietoa saatiin myös niin eläkkeistä kuin lainsäädännöstäkin ja ajankohtaisista ammatillisista asioista. Lisäksi syvennyttiin taruihin ja totuuksiin työn tuottavuudesta.

Puheenjohtaja Silja Paavola aloitti kommentoimalla hallituksen linjauk-

sia sote- ja aluehallintouudistuksesta. Hän painotti sitä, että nämä tulevat lisäämään pääluottamusmiesten tehtäviä ja vastuuta. Ne tuovat lisäpainetta siihen, että pääluottamusmiesten on osattava erottaa neuvottelutilanteessa hoitajan rooli pääluottamusmiehen roolista.

– Teistä pitää kasvaa piinkovia edunvalvojia ja teidän pitää unohtaa hoitajapuoli, mutta ei kuitenkaan inhimillisyyttä. Olette tehneet erittäin hyvää työtä tähänkin asti ja nyt sitä on edelleen terävöitettävä, koska edessä on monia sudenkuoppia.

Paavola jatkoi, että sote-uudistus on todella merkittävä muutos, joka tulee vaikuttamaan luottamusmiestenkin

toimintaan. Uudistuksessa on huolehdittava henkilöstön edustuksesta kaikissa työryhmissä. SuPerin tärkein tavoite on turvata superilaisten työpaikat. Pääluottamusmiesten on valvottava, että työolosuhteet ja palkka ovat kunnossa ja superilaisten ammatillisuus ja ammattitaito hyödynnetään.

– SuPer on Suomen suurin sosiaali- ja terveydenhoitoalan toisen asteen tutkinnon suorittaneiden ammattiliitto, Suomen kuudenneksi suurin liitto, suurin vanhustenhoidon työntekijöiden liitto ja toiseksi suurin varhaiskasvatuksen työntekijöiden liitto. Olemme paljon vartijoita. SuPer on iso liitto. Jos lähihoitajia ei olisi, Suomi pyssähtyisi.

OLEMME PALJON VARTIJOITA. SUPER ON ISO LIITTO. JOS LÄHIHOITAJIA EI OLISI, SUOMI PYSÄHTYISI.

YLI KAKSISATAATUHATTA TYÖNTEKIJÄÄ

Edunvalvontajohtaja Anne Sainila-Vaarno selvitti kilpailukyky sopimuk- sen taustoja ja nykytilannetta.

Kilpailukyky sopimuksessa nykyistä KVTES:n voimassaoloaikaa jatkettai- siin vuodella eli tammikuuhun 2018 saakka. Palkkoja ei koroteta, eikä mui- takaan maksavia muutoksia tehdä. Li- säksi työnantaja saa huomattavia alen- nuksia erilaisissa sosiaalivakuutusmak- suissa ja työntekijöiden rahoitusosuus kasvaa.

– Tämä kierros tulee olemaan puh- taasti kilpailukyky sopimuksen ottami- nen KVTES:n osaksi. Hankalin asia meille on vuosittaisen työajan pidentä- minen 24 tunnilla. Erilaisia laskelmia tehdään ja etsitään ratkaisua pienim- män pahan periaatteella, Sainila-Vaar- no huomautti.

Kun sote-uudistuksessa vuoden 2019 alussa sote-palveluiden työnte- kijät ja maakunnille siirrettävien tu- kipalveluiden henkilöstö siirtyvät liik- keenluovutusperiaatteiden mukaises- ti maakuntien palveluun, tämä koskee

yli kahtasataatuhatta työntekijää. Yh- teinen sopimus olisi KVTES, ja hen- kilöstö kuuluisi Kuntien eläkevakuu- tuksen piiriin. Henkilöstön asemaa tar- kennetaan vielä toukokuun alussa lau- suntokierrokselle lähtevässä lakiluon- noksessa.

– On muistettava, että superilaisia jää myös kuntien palkkalistoille, var- haiskasvatukseen ja koulutoimen pal- velukseen. On huolehdittava, että myös sinne saadaan tarpeeksi luottamusmie- hiä.

Kuntatyönantajien neuvottelupääl- likkö Henrika Nybondas-Kangas jatkoi aiheesta ja toi esiin Kuntatyönantajien näkemyksiä sote-uudistuksesta.

Hän kertoi muun muassa, että KT:n tavoitteena on olla jatkossakin työanta- jaorganisaatio, joka on myös työmark- kinakeskusjärjestö ja antaa yhtiömuo- toisten organisaatioiden liittyä omien päätöstensä mukaan myös tähän uu- teen työnantajajärjestöön.

– KT myös haluaa, että historialli- sesti Suomen suurin henkilöstön työn- antajasiirto tapahtuu hallitusti niin työnantajajyksiköitä kuin henkilöstöä ajatellen ja palkkaharmonisaatioiden



SuPerin edunvalvontajohtaja Anne Sainila-Vaarno ja Kuntatyönantajien neuvotte- lupäällikkö Henrika Nybondas-Kangas kertoivat osaltaan sote-uudistuksen mukana tulevista uusista haasteista.

Ajatuksia sotesta



Kirsi Niilivuo-Saarelainen Heinolan kaupungista kertoo, että jäsenistöä mie- tityttää sote-uudistuksessa etenkin se, kumpaan yhteistyöalueeseen he tulevat kuulumaan tulevaisuudessa Tampereen vai Helsingin.

– Kuuluminen Tampereen yliopis- ton piiriin on ollut meille luontevaa. Jos liitymme Helsinkiin, mehän huku- taan sinne. Miten hyvin saamme ajettua omien jäsentemme asioita, en osaa sitä vielä itsekään hahmottaa.



Anne Salmi toteaa, että Tornion pää- luottamusmiehenä hän on neuvotel- lut tavallisista asioista, kuten työvuoro-, palkkaus- ja määräaikausjutuista, eikä sote-uudistus ole vielä vaikuttanut.

– Sote tulee, kun tulee. Turha höt- kyillä. Odotetaan mitä tulee ja sen mukaan toimitaan. Meillä on kaikkien järjestöjen pääluottamusmiesten kanssa hyvää yhteistyötä ja säännölliset tapaa- miset. Olemme keskustelleet tulevai- suuden yt-neuvotteluista ja siitä, kuinka paljon tulemme tarvitsemaan myös lisää luottamusmiesaikaa.



Anni Hertteli on huolissaan siitä, miten pääluottamusmiehen ääni sote-uudistusten jälkeen tulee kuulumaan ja katsoo, että pääluottamusmiesten on yhdistettävä voimansa entistä paremmin.

– Perho on minun alueeni ja siellä sote-puheet näkyvät kyllä. Ollaan vähän hiipposillaan. Nyt sentään valtiolta on antanut jotain suuntaa ja se vähän rauhoittaa tilannetta. Jussi Salon uhkakuva vanhustenhuollolle jäävistä rippeistä tulee pitämään paikkansa. Kun raha alkaa sanella, se sanelee sitten. Kenellä ei ole puolestapuhujia, jää yksin ja syrjäyty entisestään.



Seija Piipponen-Pekkola kertoo, että Kymenlaaksossa on ollut käynnissä sote-projekti ja maakuntaprojekti, joiden työryhmiin on saatu hyvin henkilöstöedustajia. Hän on itsekin SuPerin edustajana soten projektiryhmässä.

– Kuntapuolen neuvottelupäällikkö Henrika Nybondas-Kangas toi vähän lohtua aamun kauhuskenaarioihin. Olen kaupunginvaltuuston jäsen ja Kotkassa ovat uudistuva kuntalaki ja konserniohjaus tuoneet jo nyt lisävelvoitteita. Jos konserniohjaus saataisiin toimimaan maakuntatasolla, sillä pystytään vaikuttamaan myös henkilöstön asemaan työehto- ja eläkesopimusten kautta.



Lifted valmennuksesta kertonut valmentaja Jukka Joutsiniemi pisti pääluottamusmihiin liikettä.

kustannukset pysyvät mahdollisimman alhaisina.

SUTTA JA SEKUNDA VAI HYVINVOINTIA?

Johtaja Timo Lindholm Sitrasta avasi luennossaan tuottavuuden käsitystä, tuottavuuden mittaamista ja osoitti, miten tuottavuudella on hyvinvointiin selvä linkki.

– Määrän mittaaminen työtuntia, työpäivää tai työntekijää kohti on kovin kapea ja virheellinen tapa miettiä tuottavuutta. Tuottavuuden määrällä ei ole merkitystä, jos tuloksena on sutta ja sekundaa, huonoa tuotetta tai huonoa palvelua. Silloin ei tuottavuus ole nousut. Määrää parempi on tarkastella työn laatua ja asiakastytytyvyyttä.

Hän jatkoi, että esimerkiksi potilaan tuntema hyvinvointi ja kokemukset saamastaan palvelusta ovat hoitotyön tuottavuuden oikea mittari, ei se, montako suoritusta, mittausta ja hoitotoimenpidettä hoitajaksossa on hänelle tehty.

Lindholm myönsi, että tuottavuus on kovin vaikeaselkoinen termi. Sillä myös kaupitellaan ja perustellaan kaikenlaisia muutoksia, vaatimuksia ja

tarpeita työelämään. Hänen mielestään sopii epäillä ja suhtautua kriittisesti kaikkeen siihen, mitä sanalla tuottavuus tuputetaan.

– Järkevästi ja pysyvästi tehty tuottavuuden lisäys ei ole hikisempi työtahti. Fiksu lisäys tulee siitä, että työ organisoituaan sujuvaksi, työ motivoi ja siinä on osaamista mukana, se on hyvin johdettua ja työvälineet ovat kunnossa. Jos tämä paketti on kasassa, silloin laatu tulee ikään kuin itsestään ja silloin ollaan oikeilla jäljillä.

Lindholm jatkoi, että tällainen fiksuulla tavalla tehty talouskasvu tulee ihmellisestä pääomasta ja sieltä voi tulla myös hyvinvointia lisäävä kasvu. Talouden on palveltava ihmistä eikä päinvastoin.

– Kun kasvua tavoitellaan, on oltava hyvin toimivat järjestelmät, instituutiot, työnantajat ja osapuolet, jotka tätä yhteiskuntaa pyörittävät. Työn kannustimien on oltava kunnossa, että kaikki työ koetaan mielekkääksi ja kannustavaksi. Jos mielekkyys ja kannustavuus häviävät, häviää varmasti myös tuottavuus, eikä se itsestään tunnu hyvältä. ■

TUOTTAVUUDEN MÄÄRÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ, JOS TULOSENA ON SUTTA JA SEKUNDA, HUONOA TUOTETTA TAI HUONOA PALVELUA.

Päivänpolttavaa asiaa varhaiskasvatuksesta

TEKSTI JA KUVA MINNA LYHTY

Helsingin messukeskus täyttyi tuhansista lapsista, vanhemmista ja kasvatusalan ammattilaisista 15.–17. huhtikuuta. SuPer oli Lapsimesseillä mukana.

Lasten parissa työskentelevät superilaiset pysähtyivät SuPerin osastolle juttelemaan varhaiskasvatuksen ajankohtaisista aiheista. Hoitajien huolena ovat subjektiivisen päivähoito-oikeuden rajaaminen ja ryhmäkoon kasvattaminen.

– Varhaiskasvatuksen järjestäjät voivat elokuusta lähtien suurentaa ryhmäkokoja ja rajata päivähoito-oikeutta vanhemmilta, jotka eivät ole työssä tai koulutuksessa. Onneksi on monia paikkakuntia, jotka eivät aio lähteä tähän mukaan, kertoi messuosastolla päivystänyt SuPerin asiantuntija Johanna Pérez.

Pérez on vieraillut ammattiosastojen jäsenilloissa ja tavannut kuntien varhaiskasvatuksen johtoa. Hän haluaa rohkaista myös varhaiskasvatuksessa työskenteleviä jäseniä olemaan suoraan yhteydessä kunnan päättäjiin. Heiltä voi kysellä tilanteesta ja heille voi kertoa kokemuksia omasta työstä.

SuPer haluaa tehdä tunnetuksi, mitä lähihoitajuus tarkoittaa varhaiskasvatuksessa. Pérezin mukaan hoitajien osaaminen pitää saada kokonaisuudessaan käyttöön.

– Lähi- ja lastenhoitajat ovat suurin ammattiryhmä varhaiskasvatuksessa, vaikka jotkut luulevat, että päiväkodeissa työskentelee vain lastentarhanopettajia. Hoitajat ovat läsnä lasten arjessa ja siinä tapahtuvassa oppimisessa ja kasvussa. He vastaavat tarvittavasta lääkehoidosta ja terveyden edistämisestä, tukevat vanhempia sekä tekevät varhaiskasvatussuunnitelmia yhdessä mo-



SuPerin Keijo-maskotti ilahdutti lapsia satuhahmokuulueessa Lapsimesseillä huhtikuussa. Keijoksi oli pukeutunut SuPerin opiskelija-asiamies Tico Svart.

niammatillisen tiimin kanssa.

Lähihoitajatutkinnon perusteet uudistuvat vuonna 2018. SuPer on mukana suunnittelemassa, mitä lasten ja nuorten osaamisala sisältää jatkossa.

– Varhaiskasvatuksen osaamista pitää lisätä. Sitä ei voi kuitenkaan tehdä niin, että muu tarvittava osaaminen, esimerkiksi lasten sairaanhoito, heikenee. Työllistymisen ovet täytyy pitää avoinna moneen suuntaan.

Uudistumassa ovat myös valtakunnallisen varhaiskasvatussuunnitelman

perusteet. SuPer on mukana uudistustyössä.

Pérez kannustaa varhaiskasvatuksessa työskenteleviä hoitajia pysymään ajan tasalla.

– Kannattaa liittyä Facebook-ryhmään SuPer varhaiskasvatus. Siellä saa tietoa ajankohtaisista asioista ja voi keskustella muiden samaa työtä tekevien kanssa. ■



En ole kohdannut huonoa hoitajaa

Kimmo Kause, 56, lukee päivän Helsingin Sanomia yksiös-
sään Vantaan Lastutiellä. Televisiokin on auki. Työpäivän jäl-
keen on hyvä tietää, mitä maailmalla tapahtuu.

Mitä kuuluu?

– Hyvää kuuluu!

Mitä olet jo ehtinyt tehdä päivän aikana?

– Tulin juuri taksilla töistä Malminkartanosta. En nyt
muista mitä siellä tänään tein.

Hieno paikka tämä Lastutie. Eivätkö taida olla vanhat tilat?

– En ole kovin kauan asunut täällä. Yksin asun tässä huo-
neessa. Ei mitään moittimista.

Minkälainen on hyvä hoitaja?

– Mukava hoitaja on hyvä.

Entä huono hoitaja?

– En ole koskaan kohdannut huonoa hoitajaa. Kaikki ovat
hyviä hoitajia.

Mitä terveisiä lähettäisit Suomen tuhansille hoitajille?

– Terveisiä Kimmolta! ■

RINNEKOTI-SÄÄTIÖN LASTUTIEN ASUNNOT SIJAITSEVAT VANTAALLA
MYYRMÄEN KUPEESSA. PAIKKA ON AVATTU LOKAKUUSSA 2015. LASTU-
TIE MUODOSTUU VIIDESTÄTOISTA YKSIÖSTÄ SEKÄ NAAPURIRAKENNUK-
SEN VIIDESTÄ TUKIASUNNOSTA, JOISSA ASUKKAAT HARJOITTELEVAT
ITSENÄISEMPÄÄ ASUMISTA. ASUKKAAT OVAT ERI-ikäisiä, AKTIIVISIA JA
ILOISIA KEHITYSVAMMAISIA IHMISIÄ.

TEKSTI JA KUVA JUKKA JÄRVELÄ



Toukokuun 10. on liikuntapäivä



Tiistaina 10. toukokuuta vietetään liikuntapäivää. Unelmien liikuntapäivä perustuu ihmisten ja yhteisöjen oma-aloitteisuuteen ja vapaaehtoisuuteen.

Päivä on myös startti isommalle unelmalle. Se jatkuu syyskuussa *Liikkumisen unelmakuukautena* ja huipentuu *Liikkumisen unelmavuoteen 2017* Suomen juhliessa itsenäisyyden 100-vuotista historiaa teemalla *Yhdessä*. ■



LISÄTIETOA LIIKUNTAPÄIVÄSTÄ

Myös suuta voi ja pitää hieroa

Suomesta löytyy täydennyskoulutuksen saaneita suuhygienistejä, jotka ovat perehtyneet suun alueelta muualle kehoon säteileviin jännitystiloihin. Heillä on valmiudet tunnistaa purentavirheitä johtuvat ongelmat sekä lähteä ratkaisemaan niitä suun ja pään alueen rentoutushieronnan avulla.

Suuhygienistin tekemä rentoutushieronta on hyvin samanlaista kuin perinteinen hieronta, mutta voimankäyttö on hellävaraisempaa. Hieronnassa suuhygienisti käy lihakset huolellisesti läpi niin suun ulko- kuin sisäpuolelta.



INGIMAGE

Potilaan oireet helpottuvat usein jo yhdellä hierontakerralla, mutta myös omatoiminen jatkotreeni on tärkeää. ■

Kaatumisriskiä voi vähentää kotona

Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen THL:n mukaan Suomessa joka kolmas 65-vuotias ja joka toinen yli 80-vuotias kaatuu vähintään kerran vuodessa. Suu-



rin osa onnettomuuksista tapahtuu kotioiloissa. Suomessa murtuu vuosittain noin 7 000 lonkkaa, ja valtaosa murtumista on seurausta näistä kaatumisista.

Kaatumisia voi ehkäistä pienin valmisteluin. Vaaratilanteita aiheuttavat repsottavat matot, kylpyhuoneiden puutteelliset apuvälineet sekä väärällä korkeudella sijaitsevat säilytystilat. Home Instead -tutkimuksen mukaan jopa 85 prosenttia senioreista ei ole valmis tellut kotiaan mitenkään ikääntymisen myötä tulevien tarpeiden varalta. ■



JOO PA JOO...

”Harmittaa suomalainen ilmapiiri ja ammattiyhdistysliikkeiden asenne. Ei ymmärretä, miten huonossa jamassa tämä maa on, ja ajatellaan vain omaa etua.”

KANSANEDUSTAJA
HARRY HARKIMO.

ME NAISET 17.3.2016

Vertailu

TOUKOKUU

Vuotuinen syöpä-
tapausten määrä
kasvaa vuoteen

2030 mennessä

miehillä **40** prosenttia
ja naisilla **26** prosenttia.



SUOMEN SYÖPÄREKISTERI

INGIMAGE



Kylpyhuonetiloihin mahtuu eikä valo-
kaan tarvitse sytyttää itse. Lähihoitaja
Anne Kniivilä on tyytyväinen Lintukotiin
tehtyihin suuriin ja pieniin ratkaisuihin.

Lintukotia on suunniteltu hoitajien näkökulmasta

TEKSTI JA KUVA JUKKA JÄRVELÄ

Lappajärvelle runsas kaksi vuotta sitten valmistunut tehostetun palveluasumisen yksikkö Lintukoti tuli todella tarpeeseen. Puutteellisista vanhoista tiloista päästiin muuttamaan paikkaan, jossa viihtyvät hoitajat ja hoidettavat.

Lintukodin keittiön pöydän ääressä istuu kaksi tyytyväistä hoitajaa. Lähihoitaja Anne Kniivilä ja palveluesimies Kaija Mäntylä nauttivat uusista tiloista ja muistelevat, mistä tähän on tultu.

– Vanhat tilat olivat lääkärin asuntoon ja hoitajien asuntolaan rakennettuja. Todella ahtaita ja mahdollottoman epäkäytännöllisiä hoitotyöhön. Viimeiseen huoneeseen piti mennä kahden muun huoneen läpi, aivan järkyttävää. Suihkuhuone oli sellainen, että kun sinne laittoi lavetin, ei hoitaja enää mahtunutkaan.

Molempien mielestä oli enemmän kuin tarpeen, että Lappajärvelle saatiin ajantasainen hoitopaikka, vaikka omaiset eivät vanhasta paikasta erityisemmin hoitoväelle valittaneetkaan. Muistisaira-
raat asukkaat muuttivat uuden talon alakertaan vuonna 2013 ja monisaira-
tyläkertaan vuonna 2014.

– Hoitajan sana saatiin sanottua sii-

tä, minkälaiset tilojen pitäisi olla. Minulta kun kysyttiin sanoin, että ainakin katon on oltava riittävän korkealla. Muuten ahdistaa ja tulee tunkkainen ja vankilamainen olo, Kniivilä muistelee.

– Sokkeloita ei haluttu, vaan isoa ja avaraa tilaa, josta näkee joka suuntaan. Muistisairaalla pitää olla tilaa liikkuu ja omaa reviiriä, ettei tule skismaa asukkaiden välille.

Lintukodissa on avaraa. Katto on korkealla. Koko seinän kokoiset ikkunat tuovat valoa. Terassit ja isot parvekkeet antavat ulkoilutilaa. Kenenkään ei enää todellakaan tarvitse kärsiä tunkkaisuudesta ilmasta.

Pienet asiat palkitsevat.

– Valot syttyvät automaattisesti huoneiden pesutiloihin ja käytäville. Kun taluttaa asukasta vessaan, ei tarvitse miettiä millä kädellä löytäisi katkaisijan ja saisi valot sytyttyksi.

– Yökö puolestaan havaitsee syttyvistä valoista heti, että joku asukas on astunut käytävälle, Kniivilä havainnollistaa.

Myös erilaiset hälyttimet ovat Lintukodissa viimeisen päälle. Jos yövuorossa sattuu jotain, mukana oleva hälytysnappi hälyttää toisen kerroksen yökön paikalle. Sama laite avaa ovet hoitajalle. Kännykkään puolestaan saapuvat asukashälytykset, jos joku esimerkiksi on poistunut reviirinsä ulkopuolelle.

Vaatehuoltokin on kunnossa. Lintukodissa on isot ja tehokkaat pyykkikoneet ja kuivausrummut. Nopean kierroksen ansiosta asukkaiden kaappeja ei tarvitse täyttää liian monilla vaatekerroilla.

– Vaatteita ei tosiaankaan viedä mihinkään kauas moneksi päiväksi pestäväksi eikä kenenkään omaisilta tarvitse pyytää lisää päälle pantavaa. Vaatteet vaan omaan koneeseen, niin ne ovat parin tunnin kuluttua käyttökunnossa taas.

Lakanapyykki Lintukodista lähetetään Pietarsaareen pestäväksi. ■

KAKSINEUVOINEN ON PERUSTURVAN SOSIAALI- JA TERVEYSPALVELUJA TARJOAVA KUNTAYHTYMÄ, JONKA MUODOSTAVAT LAPPAJÄRVEN LISÄKSI KAUHAVA JA EVIJÄRVI.



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

WANTED

LUOTTAMUSMIES ELI SUPER-SHERIFFI



Etsimme yksityissektorin työpaikoille luottamusmiestä. Kiinnitä tähti rintaasi ja ryhdy työpaikan tarunhohtoiseksi legendaksi, uudisraivaajaksi ja tutkimusmatkailijaksi. Älä istu enää keikkuvassa vankkurissa – ota haaste vastaan!



YKSITYISSEKTORIN LUOTTAMUSMIESVAALIT

kaudelle 2017–2019 käydään loka-marraskuussa 2016.

*Lisätietoa: www.superliitto.fi/tyoelamassa/luottamusmiesjarjestelma
tai skannaa QR-koodi:*



SUPER
YKSITYINEN

SuPer hoitaa myös henkilökohtaisten avustajien edunvalvontaa

Vammaispalvelulaki määrittää vammaisen henkilön oikeudet ja toisaalta kunnan velvoitteet. Vammaispalvelulain 8. pykälän mukaan henkilökohtaisen avun tarkoitus on auttaa vaikeavammaista henkilöä toteuttamaan omia valintojaan päivittäisissä toiminnoissa, työssä ja opiskelussa, harrastuksissa, yhteiskunnallisessa osallistumisessa sekä sosiaalisen vuorovaikutuksen ylläpitämisessä. Keskeisimpinä osina lakia ovat määräykset vaikeavammaisen oikeudesta henkilökohtaiseen apuun.

Henkilökohtaisten avustajien työ on monipuolista ja työtehtävät liittyvät laissa määriteltyjen päivittäisten toimien avustamiseen. Avustaminen voi tapahtua kotona, kodin ulkopuolella tai vaikkapa ulkomaan matkoilla.

HENKILÖKOHTAISINA AVUSTAJINA PALJON SUPERILAISIA

Vammaisten henkilökohtaisina avustajina työskentelee arvioiden mukaan jopa 25 000–30 000 työntekijää. Yritysten ja säätiöiden tai vastaavien organisaatioiden kautta työllistyy arviolta 20 prosenttia toimialan työntekijöistä. Pääosa henkilökohtaisista avustajista on työsuhteessa suoraan avustettavaan henkilöön. Yritysten osuus on kasvanut viime vuosina nopeasti.

Arviot perustuvat muun muassa tilastokeskuksen ja THL:n materiaaleihin, jotka ovat olleet esillä myös yksityisen sosiaalipalvelualan työehtosopimuspyödyssä.

Vaikka luvut perustuvat arvioihin, osoittavat ne, että henkilökohtaisena avustajana työskentelee suuri joukko työntekijöitä. Näistä osa on superilaisia ja he ovat näin ollen SuPerin edun-

valvonnan piirissä.

HENKILÖKOHTAISTEN AVUSTAJIEN TYÖSUHTEEN EHDOT

Henkilökohtaisten avustajien työsuhteen ehdot määräytyvät pääsääntöisesti joko lain tai normaalisoitavan henkilökohtaisten avustajien työehtosopimuksen kautta.

Normaalisitovuus tarkoittaa sitä, että henkilökohtaisten avustajien työehtosopimus tulee noudatettavaksi vain niissä tapauksissa, joissa työnantajana toimiva avustettava henkilö on jäsenenä henkilökohtaisten avustajien työnantajaliitossa. Jos avustettava ei kuulu työnantajaliittoon, määräytyvät työehdot lain perusteella.

Henkilökohtaisten avustajien työskennellessä yrityksen tai vastaavan toimijan kautta, on noudatettava Yksityisen sosiaalipalvelualan työehtosopimusta. Tällä hetkellä toimialalla toimivista yrityksistä kaikki eivät noudata yleissitovaa sosiaalipalvelualan työehtosopimusta.

SuPerin edunvalvonnassa on havaittu, että työehtosopimusten ja lain noudattamisessa on alalla paljon puutteita. Osin näiden ongelmien vuoksi Yksityisen sosiaalipalvelualan työehtosopimuksen sopijaosapuolet perustivat työryhmän selvittämään Yksityisen sosiaalialan työehtosopimuksen soveltamista henkilökohtaiseen avustajatoimintaan.

Työryhmän työn tuloksena yksityisen sosiaalipalvelualan neuvotteluosapuolet ehdottavat lisättäväksi työehtosopimukseen uuden liitepöytäkirjan, joka määrittää henkilökohtaisten avustajien työsuhteen ehtoja. Samalla tulee

vahvistetuksi, että yritysten kautta työskentelevien henkilökohtaisten avustajien työsuhteen ehtoina on noudatettava yksiselitteisesti vain sosiaalipalvelualan työehtosopimusta.

PERUUTETUSTA TYÖVUOROSTA MAKSETTAVA TÄYSI PERUSPALKKA

Liitepöytäkirja tarkentaa avustajien työsuhteiden ongelmakohtiksi nousseita sosiaalipalvelualan ja lain määräyksiä, kuten velvollisuutta tarjota osaaikaiselle työntekijälle lisätyötä. Lisäksi pöytäkirjassa nostetaan esille työnantajan velvoitteet, jos työvuoro peruuntuu tai muuttuu.

Pöytäkirjan perusteella voidaan sopia joustavammin työehtosopimusta pidemmistä työvuoroista, joita henkilökohtaisten avustajat joutuvat työn luonteen vuoksi joskus tekemään. Pidempiä vuoroja voidaan käyttää vain työntekijän kanssa erikseen sopimalla. Muilta osin on noudatettava Yksityisen sosiaalialan työehtosopimuksen määräyksiä.

SuPerissa tehdyn kokonaisarvion mukaan usein tasoltaan paremman ja yleissitovan sosiaalipalvelualan työehtosopimuksen sekä uuden liitteen soveltaminen parantaa henkilökohtaisten avustajien asemaa työmarkkinoilla. Liite on voimassa määräaikaisena 31.1.2018 saakka. TSN:n hallitus hyväksyi liitepöytäkirjan kokouksessaan 12.4.2016. Liitepöytäkirja tulee noudatettavaksi kaikkien sopijaosapuolten hyväksyttyä saavutetun neuvottelutuloksen. ■

JUKKA PARKKOLA
SOPIMUSNEUVOTTELIJA

Työelämän säännöt pätevät myös sosiaalisessa mediassa

SuPerin edunvalvontaan tulee aika ajoin yhteydenottoja, jotka koskevat työnantajan oikeutta puuttua työntekijän sosiaalisen median käyttöön. Sosiaalista mediaa koskevaa ohjeistusta on myös jäsenten taholta toivottu.

Tässä artikkelissa kuvataan lyhyesti, miten työnantaja voi puuttua työntekijän sosiaalisen median käyttöön ja muistutetaan, mitä työntekijän on sosiaalista mediaa käyttäessään hyvä pitää mielessään.

Sosiaalisella medalla eli somella tarkoitetaan yleisesti monenlaisia verkkoviestintäympäristöjä, jotka mahdollistavat käyttäjien välisen kommunikaation. Käyttäjät voivat somessa muun muassa aktiivisesti kommentoida ja jakaa sisältöjä sekä ”tykätä” niistä. Esimerkiksi Facebookilla on jo yli 1,5 miljardia aktiivista käyttäjää. Muista some-palveluista voidaan mainita muun muassa Twitter, YouTube ja Instagram.

Suomen lainsäädännössä ei ole erityissäännöksiä sosiaalisesta mediasta. Suomen lait – työlainsäädäntö mukaan lukien – tulevat aivan normaalisti sovellettavaksi myös somessa toimittaessa.

Työnantajalla oikeus kieltää somen käyttö työajalla. Työnantaja voi rajoittaa työntekijöiden sosiaalisen median käyttöä työajalla. Työntekijä on työsuhteellaan päävelvoitteenaan sitoutunut henkilökohtaisesti tekemään sovittua työtä työnantajan lukuun ja tämän johdon ja valvonnan alaisena vastiketta vastaan.

Työntekijällä on työajalla velvollisuus olla työnantajan käytettävissä, ja työnantaja voi työnjohtovaltansa nojalla antaa muun muassa työntekoa ja työvälineitä koskevia määräyksiä, kuten kieltää sosiaalisen median käytön työnantajan laitteilla tai kokonaan.

Sosiaalisen median käytön kieltä-

mistä koskevien uutisointien perusteella somen viihteellinen käyttö työajalla on kielletty myös monilla superilaisten työpaikoilla. Esimerkiksi erään työnantajan kerrotaan ottaneen Facebookin käyttöä koskevan rajoituksen käyttöön työntekijän kirjoitettua siellä potilaita koskevia viestejä.

Myös vapaa-aikaan kohdistuu rajoituksia. Työajan ulkopuolista somen käyttöä työnantaja ei voi kieltää. Työsuhteesta juontuu kuitenkin velvoitteita myös työntekijän vapaa-ajalle eikä työntekijä voi vapaa-ajallaankaan kirjoittaa somessa mitä tahansa.

Esimerkiksi salassa pidettäväksi säädettyjen potilaita koskevien tietojen ilmaiseminen somessa on ehdottomasti kielletty samoin kuin työnantajan liike-

ja ammattisalaisuuksien paljastaminen. Työntekijän somekäyttäytymistä rajoittaa lisäksi työntekijän lojaliteettivelvoite.

Moitittava some-käyttäytyminen voi johtaa työsuhteen päättämiseen. Perustuslaissa on perusoikeutena turvattu sananvapaus, johon sisältyy jokaisen oikeus ilmaista, julkistaa ja vastaanottaa tietoja, mielipiteitä ja muita viestejä kenenkään ennakolta estämättä. Sananvapaus ei perusoikeusstatuksesta huolimatta ole rajoittamaton, vaan työsuhde voi asettaa rajoituksia työntekijän sananvapauden käytölle.

Työsopimuslain mukaan työntekijän on toiminnassaan vältettävä kaikkea, mikä on ristiriidassa hänen asemassaan olevalta työntekijältä kohtuuden mukaan vaadittavan menettelyn kanssa. Tätä velvoitetta kutsutaan työntekijän lojaliteettivelvoitteeksi ja se koskee niin työ- kuin vapaa-aikaakin. Kyseinen velvoite on myös työntekijän somekäyttäytymisen sopivuuden arvioinnin kulmakivi.

Vaikka työntekijällä on sananvapaus, on hänen lojaliteettivelvoitteesta johtuen vältettävä potentiaalisesti työnantajan mainetta tai liiketoimintaa vaarantavaa käyttäytymistä. Esimerkiksi työnantajan kovanainen arvostelu somessa voi johtaa siihen, että työnantaja katsoo työntekijän rikkoneen lojaliteettivelvoitettaan ja aloittaa tällä perusteella työsuhteen päättämismenettelyn.

Työsuhteen päättämisperusteen täyttymisen arvioinnissa on aina kyse tilannekohtaisesta kokonaisarvioinnista. Moitittava somekäyttäytyminen voi tilanteesta riippuen johtaa varoituksen antamiseen tai työsuhteen päättämiseen. Mikäli työnantaja pystyy näyttämään, että toiminnasta on aiheutunut vahinkoa, myös vahingonkorvausvelvollisuus voi seurata.



FIKSUSTI SOMESSA – MUISTILISTA

- Some ei ole lainsäädäntöväpää-alue.
- Työnantaja voi kieltää somen käytön työajalla.
- Salassapitovelvollisuudet ja lojaliteettivelvoite koskevat myös somea.
- Mieti ennen julkaisua, voisitko esittää saman julkisesti ”oikeassa elämässä”.
- Työnantajan arvostelu somessa ei ole suositeltavaa.

Työntekijän on syytä pidättäytyä etenkin negatiivissävyytteistä ja virheellisiä tietoja sisältävistä työnantajaan yhdistettävissä olevista kommentista, joilla tietoisesti pyritään vahingoittamaan työnantajaa. Vaikka työntekijän kommentilla olisikin todellisuuspää, ei niitä välttämättä silti ole kaikissa tilanteissa sopivaa esittää.

Esimerkiksi koruliikkeen myyjää koskevassa Helsingin käräjäoikeuden ratkaisussa *L09/36752* katsottiin, että työntekijän täytyy toiminnassaan huomioida vaikutukset työnantajaan ja pidättäytyä haitallisesta menettelystä, vaikka työnantaja on omalla toiminnallaan myötävaikuttanut tilanteeseen. Myyjän katsottiin rikkoneen lojaliteettivelvoitettaan, kun hän oli kehottanut ihmisiä boikotoimaan myymälää muun muassa siksi, että ammatiliittoon yhteydessä olleet työntekijät oli irtisanottu.

Asiallinen arvostelu on yleensä sallittua, mutta työpaikan ongelmat tulisi ensisijaisesti pyrkiä selvittämään työpaikalla työntekijöiden ja työnantajan välillä, ei somessa, jossa tieto voi tavoittaa suuren joukon ulkopuolisia eikä sitä välttämättä koskaan saa poistettua. Turvallisinta on jättää työpaikan asiat kokonaan somen ulkopuolelle.

Käytännössä ongelmia esiintyy myös tilanteissa, joissa someviestit leviävät tarkoitetun vastaanottajapiirin ulkopuolelle. Superilaisten yhteydenottojen kohdalla kyse on monesti ollut juuri tilanteista, joissa työntekijöiden omassa Facebook-ryhmässä kirjoittamat viestit ovat kulkeneet työnantajan käsiin, ja tämän jälkeen on harkittu työsuhteen päättämistä. Nyrkkisääntönä voidaan todeta, että ylilyönneiltä välttyään, jos aina ennen julkaisua mietitään, että kuka tahansa pääsee lukemaan viestin ja muokataan julkaisua tämän mukaisesti.

Oikeuskäytäntöä sananvapauden käytöstä työelämässä. Potkut moititti-

van somekäyttäytymisen perusteella eivät uutisointien perusteella ole enää uusi ilmiö Suomessa. Tuomioistuimiin tapauksia ei kuitenkaan tiettävästi ole vielä edennyt. Sananvapauden käytöstä työelämässä on kansallisissa tuomioistuimissa annettu muissa yhteyksissä muutamia ratkaisuja, jotka kuvastavat linjaa myös somekäyttäytymisen osalta. Jopa purkuperusteen on lojaliteettivelvoitteen rikkomisen johdosta katsottu täyttyneen.

Tapauksessa *TT 2011-17* oli kyse tilanteesta, jossa työntekijä oli vapaa-aikanaan esiintynyt television viihdeohjelmassa, jossa hän oli tuonut työnantajansa nimen julki. Työntekijä oli ohjelmassa muun muassa vastannut maahanmuuttajia ja eri kulttuuritaustoista tulevia ihmisiä koskeviin kysymyksiin järjestelmällisesti tavalla, joka voitiin tulkita syrjiväksi ja rasistiseksi. Työntekijä oli myös myöntänyt toimineensa työnantajansa palveluksessa epärehellisesti. TT katsoi, että työnantajan yritys kuva oli muodostunut ohjelmassa epäedulliseksi ja työntekijän menettely oli samalla vaarantanut työnantajan asiakassuhteita ja vahingoittanut työnantajan mainetta. Työntekijä oli toiminnallaan rikkonut lojaliteettivelvollisuuttaan, ja työnantajalla katsottiin olleen oikeus purkaa työsuhde.

Tapauksessa *TT 2013-191* kaupungin omistaman yhtiön työntekijä oli kaupunginvaltuuston jäsenille lähettämässään kirjelmässä arvostellut yhtiön toimintaa ja neuvoteltavan sopimusluonnoksen ehtoja erittäin kriittisesti. Lisäksi työntekijä oli antanut lehtihaastatteluja ja jatkanut mielipidekirjoittelua vielä sopimuksen hyväksymisen jälkeenkin hänelle annetusta varoituksesta huolimatta, jolloin kirjoitusten sävy oli myös muuttunut vielä epäasiallisemmaksi. Kirjoituksissa oli käytetty epäasiallista kieltä ja annettu työnantajan toiminnasta virheellinen kuva. Työntekijän menettelystä oli näytetty aiheutu-

neen yhtiölle haittaa ja vahinkoa. Työntekijän katsottiin rikkoneen lojaliteettivelvollisuuttaan ja työnantajalla katsottiin olleen oikeus irtisanoa työsuhde. ■

SINI SIIKSTRÖM
LAKIMIES



LUE SUPERIN OMA SOSIAALISEN
MEDIAN OHJEISTUS TÄÄLTÄ



TYÖNANTAJAN SUUSTA

"Meillä ei ole työehtosopimusta vaan työ-sopimus. Asiantuntija-juristimme on tämän varmistanut."

EDUNVALVONTAYKSIKÖN YHTEYSTIEDOT

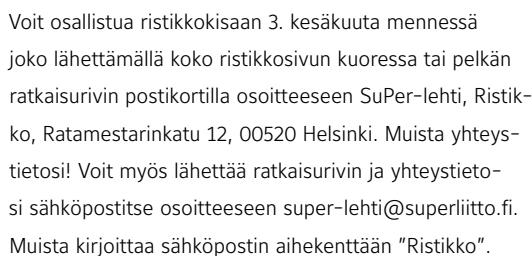
Päivystys ma-pe kello 9-13
kuntapuolen sopimusasioissa
numerossa 09 2727 9160 ja yksityis-
sektorilla työskenteleville 09 2727 9171

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

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

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

Tuuli Rauvola



Ratkaisijan nimi _____

Katuosoite _____

Postiosoite _____

PALAUTETTA VIIME LEHDEN ARTIKKELEISTA

Lehden paras juttu

Saduissa on paljon ajattelemisen aihetta: mikä on lapselle hyväksi ja mikä pahaksi?

LASTENKULTTUURIA TEHDÄÄN AIKUISTEN EHDOLLA S. 24

Tosi hyvä ja terapeuttinen kirjoitus.

OMA KOTI HALTUUN S. 44

Ihmisläheistä virkistävää toimintaa ikäihmisille.

LÄHIHOITAJIEN OMA KUMMIVANHUS S. 32

Vakituiset voisi ottaa oppia varahenkilön joustavuudesta.

TOIMIPISTEESTÄ TOISEEN TARVITTAESSA S. 16

Itsekin olen pohtinut näitä traumatisoivia satuja.

LASTENKULTTUURIA TEHDÄÄN AIKUISTEN EHDOLLA S. 24

Innostuin ideasta!

PÄIVÄKODEISSA OTETAAN KÄYTTÖÖN SINISET VAATTEET S. 70
APRILLIJUTTU :)

Herätti kysymyksiä ja myönteistä pohdintaa.

MINULLA ON OIKEUS PÄÄTTÄÄ OMASTA ELÄMÄSTÄNI S.28

Asukkaille annettu mahdollisuus toteuttaa aikaisempia harrastuksiaan.

HOIVAKOTI RUSAKKOJAHDISSA S. 57

Olitte tehneet hyvän jutun erittäin tärkeästä asiasta!

KAHDEKSAN KYSYMYSTÄ TIETOSUOJASTA S. 22

Mahtavaa hoitoa. Tätä sen pitää ollakin.

NIVALASSA KOSKETETAAN VANHUKSILLE HYVÄ OLO S. 42

Erittäin ajankohtaista omassa työyksikössäni.

KAIKISTA EI OLE TÄHÄN TYÖHÖN S. 6

Oikeaa elämää loppuun asti.

HOIVAKOTI RUSAKKOJAHDISSA S. 57

Pidän leipomisesta.

MARJOISTA SYNTYY KAVEREILLE HERUKKAHERKKU S. 14

Soveltuvuuskokeita tarvitaan ehdottomasti!

KAIKISTA EI OLE TÄHÄN TYÖHÖN S. 6

Positiivista ajattelua.

TERVETULOA ALALLE! S. 48



Kyllä soveltuvuuskokeille

Huhtikuun lehden parhaimmaksi jutuksi äänestettiin Minna Lyhdyn *Kaikista ei ole tähän työhön*, jossa hän pureutui soveltuvuuskokeiden tarpeellisuuteen. Kakkoseksi nousi Ari Hautamiehen juttu *Päijät-Hämeen kotikuntoutuksesta*, *Oma koti haltuun*. Kolmanneksi tuli Marjo Sajantolan *Toimipisteestä toiseen tarvittaessa*. Se esitteli varahenkilöstöön kuuluvan Katja Kiviniemen työvuoron. SuPer-lehden ensiapulaukun voitti Outi Vepsäläinen Ruovedeltä. Onnittelut!

Paras juttu?

Kerro meille, mikä mielestäsi on paras juttu tässä SuPer-lehdessä. Lähetä vastauksesi **3. kesäkuuta mennessä**. Kaikkien määräaikaan mennessä vastanneiden kesken arvotaan SuPer-lehden ensiapulaukku.

LEHDEN 5/2016 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

SuPer-Nuoret laineilla IX

TEKSTI JA KUVAT HENRIKKA HAKKALA



Aurinkoisena perjantai-aamuna laivaan lastattiin 120 nuorta superilaista yhdeksännelle SuPer-Nuoret laineilla -koulutus- ja verkostoistumisristeilylle Helsingistä Tukholmaan ja takaisin. Merimatkan aikana kuultiin tuhtia asiaa muun muassa innostuksesta työkaluna liiton toiminnassa, oikeanlaisesta ammattiylpeydestä sekä helpoista tavoista lisätä omaa hyvinvointia. Vapaahetkinä tietysti tutustuttiin uusiin kollegoihin letkeän yhdessäolon merkeissä.

Nuorten superilaisten suosikkireissun vetovoima ulottui lähes tuhannen kilometrin päähän. Sodankylästä ja Rovaniemeltä oli lähdetty matkaan jo edeltävänä päivänä. Tällainen into yhteiseen tekemiseen innosti myös järjestöasiantuntija Paula Soiviota. Luenollaan hän muistutti siitä, että jokainen superilainen on työpaikallaan avainasemassa varmistamassa, että SuPer kuuluu ja näkyy aktiivisena liittona, johon lähihoitajan todella kannattaa kuulua.

– Kannattaa aina miettiä, mitä an-

natte itsestänne ulospäin asiakkaille ja kollegoille. Meistä jokaisella on vaikutusvaltaa lähiympäristössämme. Kun rakennetaan yhteistä hyvää brändiä, olisi aina pyrittävä keskitasoa parempaan, Soivio muistutti.

Ammattiylpeydestä räiskyvän palopuheen piti asiantuntija Elina Kiuru. Hän haastoi jokaisen nuoren superilaisen miettimään itse, millainen on ammattiylpeä ihminen.

– Eihän kukaan vertaa omaa ammatitaitoaan minkään muun ammattiryhmän osaamiseen? Pitää olla lähihoitaja,

rautainen ammattilainen, ja ylpeä siitä!

Kiuru muistutti myös siitä, että oma-
valvontasuunnitelman on oltava aidosti saatavilla eikä museoituna lukkojen takana lasikaapeissa. Se on ainoa konkreettinen ase esimerkiksi silloin, kun puhutaan henkilöstön riittävydestä, sillä palvelun tuottajien on kirjattava siihen palvelulupaukset, johon ne ovat sitoutuneet.

– Ja ilmoittakaa epäkohdista mieluiten herkästi. Voitte ilmoittaa vaikka yhteistuumiin. Salassapitovelvoite ei koske sosiaalihuoltolain mukaista epäkohdista ilmoittamista. ■



Vääksystä tulleita Jonna Tanntua ja Tiia Honkalaa innosti ajatus tulevasta lomasta sekä selviäminen raitiovaunusta matkalla satamaan. Kotopuolella kun ei ole edes liikennevaloja.



Suurin osa osallistujista on ollut superilaisia jo opiskeluaikanaan. Eturivissä SuNu-työryhmäläisiä, jotka esittäytyvät Superin verkkosivuilla www.superliitto.fi/ammattiosastot/super-nuorten-toiminta/sunut-esittelyssa/.

Ei tahdonvoimalla vaan strategialla

Jukka Joutsiniemi ja Antti Jokela Lifted-verkkovalmentajatiimistä kävivät antamassa SuPer-Nuorille kuumat vinkit oman hyvinvoinnin lisäämiseksi. Tahdonvoimaa luotettavampi keino elämänmuutokseen pyrittäessä on hyvä strategia.

– Kolmessa elämänmuutoksessa yhtä aikaa onnistutaan vain 10 prosentissa tapauksista, kahden tavan omaksuminen sujuu noin 35 prosentilla mutta yhden muutoksen onnistumisprosentti nousee jopa 85 prosenttiin. Siinä onnistutaan siis melkein aina, valmentajat rohkaisivat yhteen ääneen.

Homman juoni on siinä, että jo yksi hyvä tapa tukee muiden hyvien tapojen omaksumista. ■



KATSO MAKUPALOJA LIFTED-VALMENTAJIEN LUENNOSTA



Jukka ja Antti saivat osallistujien veren kiertämään alkuverryttelyn ja tehokkaita käytännön vinkkejä vilisevän luentonsa aikana. Pysymällä tiukkana kaupassa ja kaapilla sekä huolehtimalla riittävästä unesta, liikunnasta ja mukavista sosiaalisista suhteista syntyy hyvinvoiva superilainen.



– Se oli Paula Soiviolta tosi hyvä kysymys, että mitä jos SuPeria ei olisi. Se sai miettimään juttuja, joita ei muuten ajattelisikaan. Keski-Suomen ammattiosasto 413:n kahdeksikko sonnustautui laineille upeisiin tiimihattuihin. Ylärivissä Noora Salonen, Päivi Myller, Anni Huisko ja Raisa Särkä. Alhaalla Heli Laitinen, Hanna Laitinen, Hanna Liponen ja Emmi Jokikallas.



FACEBOOKISSA
super-nuoret
INSTAGRAMISSA
@supernuoret tai #super-nuoret



VOIT TUTUSTUA SUPER-NUORIIN MYÖS SUPERIN
VERKKOSIVUILLA OSOITTEESSA
[http://www.superliitto.fi/ammattiosastot/
super-nuorten-toiminta/](http://www.superliitto.fi/ammattiosastot/super-nuorten-toiminta/)

ONNEA LÄHIHOITAJAKSI VALMISTUVA!



Olet valinnut ammatin,
jossa teet työtä lähellä ihmistä.

Lähihoitajien oma liitto SuPer toivottaa
sinut tervetulleeksi hienolle alalle.

P.S. Muistathan liittyä SuPerin
varsinaiseksi jäseneksi. Liittymis-
lahjaksi saat aidon, hopeisen
lähihoitajan ammattimerkin.

WWW.SUPERLIITTO.FI



SUPER



KATTILAMATKA KAMERUNIIN

TEKSTI MINNA LYHTY KUVAT JOHANNA PÉREZ

SuPerin asiantuntija Johanna Pérez kävi Marttaliiton matkalla Kamerunissa maaliskuussa. Hän tutustui Marttaliiton tekemään kehitysyhteistyöhön ja vieraili muun muassa päiväkodissa ja terveysasemalla.

Kamerunilaisessa koulussa ensimmäisillä luokilla on suurin piirtein yhtä monta tyttöä ja poikaa, mutta jo yläasteiässä luokassa suurin osa on poikia. Minne tytöt katoavat?

– Tyttöjen koulutusta ei pidetä yhtä tärkeänä kuin poikien. On tavallista, että 8-vuotias tyttö lopettaa koulun ja alkaa hoitaa sukulaisten lapsia, jopa vastasyntyneitä. Tytöt saavat palkaksi katon päänsä päälle ja ruoan ja joskus pientä palkkaa, SuPerin asiantuntija Johanna Pérez kertoo.

Tyttöjen koulutuksen esteinä ovat myös varhaiset avioliitot ja raskaudet. Lisäksi koulun keskeyttämisen syynä voi

olla se, että tytärtä tarvitaan kodin töissä. Ruoan laittaminen vie paljon aikaa, koska se alkaa usein polttopuiden ja veden hakemisella. Valmistuotteita ei juurikaan käytetä, ja kodinkoneita on harvalla. Esimerkiksi kurpitsansiemenet kuoritaan yksitellen käsin ja niistä tehdään kurpitsansiemenjauhoa.

Kamerunissa on päiväkoteja, jonne lapsensa voi viedä hoitoon maksua vastaan. Pérez vieraili pääkaupungissa Yaoundéssa päiväkodissa, jossa 25 lapsen ryhmästä vastasi kolme työntekijää. Lapset olivat iältään kuudesta kuukaudesta kolmeen vuoteen.

– Tällainen turvallinen hoitopaikka, jossa on kolme työntekijää, on etuoikeus Kamerunissa. Meille kerrottiin, että hyviä päiväkoteja, tai päiväkoteja ylipäättään, on todella harvassa. Tavallista on, että kodin ulkopuolella työskentelevä äiti hakee kotikylästä sukulais- tai naapurintytön lapsensa hoitajaksi.

Pérez kuvailee päiväkodin tunnelmaa rauhalliseksi. Kun Marttaliiton ryhmä saapui sinne, lapset heräilivät juuri päiväunilta. He nukkuivat isoissa sängyissä lomittain.



Kamerunin pääkaupunki Yaoundé
levittäytyy seitsemän kukkulan alueelle.

– Kukaan ei itkenyt herätessään, ja muutenkin he olivat rauhallisia lapsia. Kaikilla oli samanlaiset essut päällä. Ehkä niiden tarkoitus oli suojata vaatteita.

Koska lapset ovat pieniä, työntekijöiden päivät kuluvat heidän perustarpeistaan huolehtiessa. Erona suomalaiseen päiväkotiin on se, ettei päiväkodissa tarjota ruokaa, vaan kaikilla on eväät mukana. Lapset ulkoilevat sisäpihalla, mutta päiväkodin ulkopuolelle ei tehdä retkiä. Pérez arvelee sen johtuvan siitä, ettei sille nähdä tarvetta, koska lapset ovat pieniä ja liikenne on uhka päiväkodin ulkopuolella.

Pérez kertoo, etteivät henkilökunnan pätevyysvaatimukset ole samanlaisia kuin Suomessa.

– Kamerunissa on lastenhoitajille koulutusta, mutta tämän päiväkodin työntekijät eivät olleet koulutettuja.

ON ETUOIKEUS OLLA HOITAJA

Terveystenhuollon taso Kamerunissa on heikko, erityisesti maaseudulla. Perinteinen parantaja ovat monelle varteen-

otettava vaihtoehto oikealle lääkärille.

Johanna Pérezin mukaan terveydenhuollon työntekijät ovat kuitenkin ylpeitä ammatistaan. He ovat etuoikeutettuja, koska ovat saaneet opiskella itselleen ammatin ja voivat osaamisellaan auttaa muita.

Pérez vieraili Bamendassa baptistiseurakunnan ylläpitämällä terveysasemalla, jossa on lääkäripäivystys, hammaslääkäri, fysioterapia, laboratorio, näöntarkastus, AIDS-klinikka ja apteekki.

– Näytti siltä, että terveysasemalla on mahdollisuudet hyvään hoitoon. Siellä on osaava henkilökunta, jolla on käytössä käypää tekniikkaa, kuten ultraäänilaitte. Tiloja yritetään pitää siisteinä, mutta maaperän hienojakoisuuden vuoksi pöly kuluu sisälle. Se luo nuhjuisen vaikutelman. Se on ero meidän terveydenhuoltoon, jossa kaikki on siistiä ja puhtaanvalkoista. Bamendan terveysasemalla kuitenkin ymmärretään hygienian merkitys ja pidetään siitä huolta.

Terveysaseman viereen on valmistumassa synnytyssairaala.

– Meille kerrottiin, että kaupungissa naiset synnyttävät sai- ▶

MONIKULTTUURINEN KAMERUN

- Päiväntasaajalla sijaitsevassa Kamerunissa on trooppinen ilmasto, noin 20–35 astetta ympäri vuoden.
- Väkiluku on noin 20 miljoonaa.
- Maassa on noin 250 kielellistä ja etnistä ryhmää. Virallisia kieliä ovat ranska ja englanti.
- Kamerunin talous on paremmassa kunnossa kuin monessa muussa Afrikan maassa. Tärkeitä vientituotteita ovat kahvi ja kaakao. Öljyvarat ovat ehtymässä.
- Köyhyysrajan alapuolella elää yli 40 prosenttia asukkaista.
- Kamerun on yksi korruptoituneimmista maista.
- Kamerunissa solmitaan yksi- ja moniavioisia avioliittoja. Keskimäärin perheissä on viisi lasta.
- Keskimääräinen eliniän odote on vähän yli 50 vuotta.
- Lukutaitoisia on yli 70 prosenttia, mutta monella taito on hatara.
- Rikkaimmista perheistä nuoret lähtevät opiskelemaan ulkomaille, useimmiten Ranskaan tai Yhdysvaltoihin. Heidän odotetaan palaavan opintojen jälkeen kotimaahansa.

raalassa. Maaseudun tilanteesta emme saaneet tarkkaa tietoa.

AIDS-klinikka on tarpeen, sillä hiv on yleinen sairaus Kamerunissa. Tältä klinikalta saa noin 3 500 potilasta hoitoa, joka on heille ilmaista.

Kamerunissa taistellaan edelleen sellaisia tauteja vastaan, jotka Pohjoismaissa on jo kukistettu. Esimerkiksi polio-potilaita hoidetaan tällä terveysasemalla.

– Lapset käyvät terveysasemalla hammaslääkäritarkastuksessa vuosittain. Meille kerrottiin, että karkit ja limsat aiheuttavat hammasongelmia. Tilanne on siis samankaltainen kuin Suomessa.

KATTILAN AVULLA YRITTÄJÄKSI

Marttaliiton järjestämän matkan tarkoitus oli tutustua kehitysyhteistyöhön, jota Marttaliitto tekee paikallis-

TOISISTA HUOLEHTIMINEN JA VÄLITTÄMINEN OVAT ELINEHTOJA KAMERUNISSA.



Vasemmanpuoleinen nainen on saanut mikrolainan kehitysyhteistyöhankkeen kautta. Hän on perustanut pähkinäkioskin. Marttaliiton kehittämispäällikkö Terhi Lindqvist tulkaa keskustelua.



Liikenne Bafoussamissa on vilkasta ja värikästä. Autot ovat usein täynnä matkustajia ja tavaraita. Marttaliiton seurue liikkui tilausbussilla.

ten kotitalousammattilaisten ACESF-CA:n kanssa. *Köyhien naisten oikeus omiin tuloihin ja ruokaturvaan* -hankkeen tavoitteena on parantaa köyhien naisten ja heidän perheiden sä elämänlaatua.

Hankkeessa on perustettu tytöille kotitalouskerhoja ja annetaan naisille koulutusta ravitsemuksesta ja yrittäjyydestä. Naisilla on mahdollisuus saada myös mikrolainoja yritystoiminnan käynnistämiseen.

– Nainen voi saada lainan esimerkiksi kattilan ostamiseen. Hän voi valmistaa siinä lounaan ja myydä sitä kadulla. Tapasin naisen, jonka keittiö on maassa paljaalla savipohjalla ja liesi oli kolme kiveä nuotion ympärillä. Hän pystyi elättämään lounasbisneksellään itsensä ja kolme lastaan, Pérez kuvailee.

Yrittäjäksi alkaville naisille opetetaan muun muassa kirjanpitoa ja säästämistä. Heidän kanssaan voidaan tehdä esimerkiksi suunnitelma, miten paljon pitää säästää kuukausittain, että pystyy hankkimaan uuden kattilan, kun käytössä oleva on liian kulunut.

– Tapasin naisia, jotka ovat ylpeitä yritystoiminnastaan ja siitä, että he voivat seistä omilla jaloillaan. Useat heistä olivat leskiä. Ilman työtä he olisivat sukulaisten armoilla ja riskissä joutua kaltoin kohdelluiksi. Nyt he pystyvät pitämään elämänsä omista käsistään.

Marttaliitto käy paikan päällä valvomassa hankkeen edistymistä. Pérezin mukaan tällaisissa kehitysyhteistyöprojekteissa lähes kaikki varat pystytään ohjaamaan suoraan köyhien naisten elämän parantamiseen ja tyttöjen kouluttamiseen. Hän on huolissaan kehitysyhteistyön määrärahojen leikkauksista.

– On tärkeää auttaa ihmisiä heidän omalla kotiseudullaan. Paras tapa auttaa kehitysmaiden ihmisiä on viedä heille osaamista. ■

MIKÄ KOSKETTI KAMERUNISSA?

Johanna Pérez kertoo, kuinka häntä kosketti Kamerunissa toisista välittäminen. Hän näki, kuinka pieni lapsi kantoi pienempää sisarustaan reppuselässä kouluun. Selässä olevan lapsen koulureppu oli melkein yhtä iso kuin hän itse.

– Toisista huolehtiminen ja välittäminen ovat elin-ehtoja Kamerunissa. Heillä on suvun tuoma turva, muuta turvaa ei ole. Sosiaaliturvan budjetti on 0,8 prosenttia koko valtion budjetista.

Myös ihmisten iloisuus, kiitollisuus ja ystävällisyys puhuttelivat.

– Minun silmissäni he ovat köyhiä, mutta he ovat tyytyväisiä, kun on katto päin päällä ja ruokaa riittävästi.

Matka oli muistutus siitä, miten hyvin meillä on asiat Suomessa.

– Pitäisi arvostaa sitä, mitä meillä on. Säästä huolimatta. Täällä ihmisistä huolehtiminen ei ole suvun varassa ja työelämässäkin on pääsääntöisesti hyvät oltavat. Toisaalta matka synnytti toiveen, kunpa meilläkin olisi enemmän yhteisöllisyyttä. ■



Maaliskuussa sadekausi oli alkamassa ja luonto vasta puhkeamassa kukkaan.



Lapset ilahtuivat, kun suomalaisseurue tuli vierailulle heidän kyläänsä.



Kehitysyhteistyöhankkeen avulla naiset ovat pystyneet perustamaan esimerkiksi kauppia. Tässä kaupassa myydään muun muassa papuja, keittobanaaneja, tomaatteja, pähkinöitä ja pesuaineita.

JÄSENKORTTI ON ENEMMÄN KUIN ARVASITKAAN

TEKSTI MARJO SAJANTOLA KUVAT INGIMAGE

Sininen korttisi todistaa, että olet SuPerin jäsen. SuPerin tarjoamien jäsenetujen lisäksi superilaisena voit hyödyntää eri puolilla Suomea ammattiosastojen neuvottelemia paikallisia jäsenetuja vain jäsenkorttia näyttämällä.

SuPerin jäsenilleen neuvottelemista eduista saat tietoa niin SuPer-lehden välissä lähetetystä jäsenetuliitteestä kuin liiton nettisivuiltakin. Oma ammattiosastosi on myös voinut neuvotella paikkakunnallasi monenlaisia jäsenetuja.

Mutta ei tässä vielä kaikki.

SuPerin järjestöasiantuntija Paula Soivio muistuttaa, että ammattiosastojen neuvottelemat SuPerin jäsenkortilla saatavat edut ovat pääsääntöisesti jokaisen superilaisen käytössä. Jos siis matkustat lomallasi kotimaassa, katso netistä mitä etuja matkallesi sattuvien alueiden ammattiosastot ovat neuvotelleet.

– Ammattiosastojen kannattaa neuvotella paikallisia etuja ja tietenkin niitä, joita jäsenet pitävät tärkeinä. Jäsenillat ja kokoukset ovat oivallisia tilaisuuksia tiedustella jäsenten toivomuksia. Jäsenetupaikat kannattaa valita niin, että ne mahdollisimman hyvin palvelevat omaa jäsenkuntaa. Suosituttuja ovat kampaamot, kauneushoitolat, putiikit ja kaikki hyvinvointiin liittyvät asiat.

Soivio kehottaa myös ottamaan yhteyttä suoraan sähköpostilla paula.soivio@superliitto.fi, jos sinulla on toiveita liiton neuvottelemiin jäsenetuihin.

POSITIIVISTA PIEKSÄMÄELLÄ

Pieksämäen ammattiosaston puheenjohtaja Suvi Harlin kertoo, että ammattiosastolla on ollut jo muutaman vuoden jäsenetusopimus kymmenkuntaan paikkakunnan liikkeeseen.

– Olin silloin sihteeri, kun puheenjohtajan kanssa kiersim-

me yhdessä liikkeitä läpi. Missään ei sanottu, ettei kiinnostaisi. Olemme laatineet kaavakkeen, jolla uusimmat sopimukset vuosittain. Saamme alennuksia viidestä aina kahteenkymmeneen prosenttiin. Etuja suunnitellessamme ajattelimme jäsenten hyvinvointia, työssäjaksamista ja itsensä hemmottelua.

Harlin muistuttaa, että eduista pitää myös tiedottaa. Opiskelijajäsenet kuulevat niistä kouluilla ja nuorten illoissa ja yhdysjäsenet tiedottavat työpaikkojen ilmoitustaululla.

– Ammattiosastolla on oma Facebook-ryhmä, ja lähetän puheenjohtajakirjeen sähköisenä kaikille jäsenille, joilla osoite on oikein.

KAMPAAMO SUOSITUIN

Janakkalan-Hattulan ammattiosaston puheenjohtaja Anne Kisonen kertoo, että he ovat menneet myös suoraan yrityksiin ja kertoneet SuPerista ja siitä, kuinka paljon jäseniä liitossa on. Yritykset ovat olleet yllättyneitä jäsenmäärän suuruudesta.

Osa sopimuksista on tehty määräaikaiseksi, toisilla ei ole päättymisaikaa. Liikkeisiin on sopimuksen ohella annettu valokopio jäsenkortista. Uudet jäsenet saavat ammattiosaston kirjeestä tietoa eduista ja kehotuksen seurata nettisivuja. Ammattiosasto markkinoi myös Facebook-sivuillaan.

– Kauppaahan tässä käydään. Liikkeet hyötyvät, kun mainostamme heidän palveluitaan. Kaikista käytetyin on kampaamopalvelut, sitten on esimerkiksi kauneushoitoloita, kukkakauppa, automaalaamo ja parkettiliike. Täytyykin lähteä taas kierrokselle!

MAINONTAA HAMINASSA

Haminan seudun ammattiosaston puheenjohtaja Helvi Hietalan taktiikka jäsenetujen hankkimisessa on ollut mainonnan korostaminen. Ammattiosaston nettisivuilta löytyykin mukava lista, jonka myös yhdysjäsenet printtaavat ilmoitustauluille.

– Vastapalveluna nämä firmat ovat Facebookissani ja tulevaisuudessa varmasti perustetaan ammattiosastollekin oma ryhmä. Firmat saavat mainostaa myös mahdollisista sesonkiloppuunmyynneistä ja minä pistän viestiä eteenpäin. Tästä hyötyvät kaikki. Ei se sen kummempi homma ole. ■

**OSASTON PUHEENJOHTAJAN
KANSSA KIERSIMME LIIKKEET
LÄPI. MISSÄÄN EI SANOTTU,
ETTEI KIINNOSTAIS.**



HEMMOTTELUA
JA HIERONTAA



JALAT
IHANIKSI



KYNNET
KAUNIIKSI



KAIKKEA
KIVAA KOTIIN



SHAMPOOT JA
HIUSTUOTTEET



LAHJOJA
LEMMITYLLE



KAHVILA-
HERKKUJA



SISUSTA
SIEVÄSTI

TÄSSÄ JOUKKO
ETUJA, JOITA VOIT
SAADA JÄSEN-
KORTILLASI!

MAIJA
MEIKÄLÄINEN
Voimassa 2015–2017

SUPE

SUPE

Nimi: _____

Jäsennumero: _____

Henkilötunnus: _____

MAKSUTON PALAUTUSOSOITE:

SUPER RY / Jäsenyksikkö

Tunnus 5005173

00003 VASTAUSLÄHETYS

TILAUS:

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

MUUTOS:

Uusi sähköpostiosoitteeni / puhelinnumeroni: _____

Uusi postitusosoitteeni: _____

Uusi sukunimeni: _____

UUDET TYÖSUHDETIETONI:

Työnantajani: _____

Työpaikkani: _____

Työsuhteeni on voimassa:

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

ILMOITUS:

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

- ☐ jatko-opiskelija ☐ työlomalla ☐ ulkomailla ☐ yrittäjänä ☐ muu, mikä _____

- ☐ eläkkeellä alk. ____ . ____ 20____. (jään liiton eläkeläisjäseneksi, mutta työttömyyskassan jäsenyyteni päättyy)

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

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

Eroamisen syy (ei pakollinen): _____

JÄSENMAKSUVAPAUTUS:

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

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

TERVEISET SUPERILLE:

YHTEYDENOTTOPYyntö:

Haluan, että minuun otetaan yhteyttä.

- ☐ Sähköpostitse. Sähköpostiosoite: _____

- ☐ Puhelimitse. Puhelinnumero: _____

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

Allekirjoitus: _____ Päiväys: ____ . ____ 20____



SURU ON KODITTOMAKSI JÄÄNYTTÄ RAKKAUTTA

Tammikuisena lauantaina istuin tutun kirkon penkissä. Albinonin Adagion soidessa katselin isääni, setääni ja serkkuani, jotka kantoivat valkeaa arkkua. Suru kirveli musertavana sydämessä, kihosi kyynelinä poskille ja käsi hakeutui äitini käteen väkisinkin. Niin kovaa se kaikki sattui. Katselin tuota nuorta miestä, serkkuani. Tuota upeaa nipin napin parikymppistä meidän kaikkien lemmikkiä. Ei hänen kuuluisi tuossa kulkea oman isänsä sydämen puolella, tämän arkkua kantaen. Hänen kuuluisi mieluummin saatella jotakuta nuorta daamia vihille isänsä yllepeänä katsellessa.

Minun lähipiiriäni kohtasi suuri suru juuri joulun alla. Menetimme meille kaikille niin rakkaan ja tärkeän ihmisen. Niin väärältä, epärealistiselta ja surulliselta kun se tuntuikin, niin karu totuus on, että koko serkusparvemme nuorimmainen menetti isänsä. Tätini puolisonsa. Isäni hyvän ystävän, äiti ja tädit rakkaan lankomiehen.

Surun keskellä hautajaisissa ja jo niitä ennen vallitsi myös väkevä rakkaus. Yhteisöllisyys ja ystävyys. Se suuri ja vahva voima, joka sitoo meidät yh-

teen kuin vahvin side tai tarttuvan liima. En voinut olla miettimättä, miten onnellisessa asemassa olen kun me ”setää” saimme saattaa loppuun asti, suurella rakkaudella. Ja kuinka lohdullista on, että tiedämme kaikki, että täti ja serkku eivät joudu yksin kohtaamaan tänä vuonna ensimmäistä isänpäivää, syntymäpäivää tai joulua, joihin edesmennyt rakas perheenjäsen ei enää ota osaa. Tullemme pitämään omistamme huolen.

Kaikilla ei ole yhtä hyvin. Työssä hoitajina kohtaamme usein selvittämättömiä riitoja ja liian syviä henkisiä haavoja omaisten ja kuolevan välillä. Toisinaan perilliset ovat täysin hylänneet papan, äidin, kummin tai riitaneet keskenään. Usein kuoleman tullessa kuitenkin vahvana herää myös katumus. Kunpa olisin ehtinyt tehdä sovinnon ja pyytää anteeksi. Sitä surua, joka kohtaa katuvaa omaista, on miltei mahdollon helpottaa, vaikka kuinka kohtaisi kauniisti ja lohdullisesti. Jotain on peruuttamattomasti rikki ja loppunut. Koskaan ei enää tule mahdollisuutta pyytää ja antaa anteeksi, pitää yhteyttä. Joskus näitä syyllisyyden tunteita puretaan hoitajiinkin välillisesti. Syytellään ja toisinaan jopa uhkaillaan esimerkiksi

oikeustoimilla, jos se meidän mummo nyt kuolee tähän kohdalle osuneeseen infektiin tai perussairauden pahentumiseen. Usein todellisuudessa omaisen sydämessä asuu suuri suru ja hätä siitä, ettei saanut aikanaan sovintoa tehdyksi tai ettei koskaan ollut aikaa käydä hoitokodissa katsomassa omaistaan.

Hautajaisissamme papin sanat ”suru on kodittomaksi jäänyttä rakkautta” jäivät soimaan päähäni. Toivon että ne saivat sinutkin miettimään. Onko sinussa rakkautta, jonka kohde jostain syystä on etääntynyt? Voisitko sinä olla se, joka ottaa heti tänään ensimmäisen askeleen anteeksipyyntöä ja välien korjaamisen tiellä? Voisitko saada rakkautesi vielä kodin ennen kuin se joskus kuoleman edessä lopullisesti jää kodittomaksi?

Älä enää anna auringon laskea vihaksi ylle. Rakkaan ihmisen hautajaisaaton katsominen on tarpeeksi raskasta ilman, että surun lisäksi kannat katumusta. Meillä on vain tämä hetki ja tämä hetki on aina uusi mahdollisuus tehdä toisin ja korjata virheensä. ■



LISÄÄ HANNAN AJATUKSIA LÖYDÄT
HÄNEN BLOGISTAAN

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



JOONAS VÄÄNÄNEN

Ammattisuojan rajoittaminen hallituksen tiukennuslistalla

TEKSTI SIRKKA RYTINKI KUVA JANNE HARJU

Työministeri Jari Lindström on esitellyt hallituksen kaavailuja työttömyyden vähentämiseksi. Muun muassa ammattisuojan rajoittaminen on suunnitelmassa. Myös työstä kieltäytymisestä annettua karenssia oltaisiin pidentämässä.

Tällä hetkellä työnhakijalla on kolmen ensimmäisen kuukauden aikana pätevä syy kieltäytyä työstä, joka ei vastaa hänen koulutukseensa ja työkokemuksensa perustuvaa ammattitaitoa. Kolmen kuukauden aika alkaa alusta, kun henkilö on täyttänyt työttömyyspäivärahan edellytyksenä olevan työssäoloehdon ja työttömyyspäivärahan enimmäisaika alkaa alusta.

Hallitus on kaavaillut ammattitaitosuojan rajoittamista osana työttömyysturvaan liittyviä säästötoimia. Jää nähtäväksi minikälaisia uudistuksia työttömyysturvaan tulee, mutta jo nyt TE-toimistot ovat asettaneet selkeästi aiempaa enemmän karensseja työstä kieltäytymisestä ja työn tarjonta on muutoinkin tehostunut.

Päivärahan hakijan on hyvä huomioda, että vaikka koulutus olisi suuntautunut muuhun kuin vanhuspalveluun ja työkokemustakaan vanhuspalvelusta ei olisi, vanhustyöstä kieltäytyminen johtaa karenssirisktiin.

TYÖTTÖMÄLLE TÄSMÄINFOA

Huhtikuun puolivälistä alkaen kassa on lähettänyt uusille ha-

kijoille infokirjeen siitä, miten päivärahaa haetaan ja mitä liitteitä hakemukseen tarvitaan. Kirjeen liitteenä on myös ansiopäiväraha hakemuslomake. Päiväraha hakemuksen voi kätevästi täyttää myös osoitteessa www.supertk.fi -> Nettikassa.

Kirje uusille hakijoille lähetetään, kun te-toimiston työttömyyttä koskeva lausunto on saapunut kassalle. Kirje lähtee täysin uusien hakijoiden lisäksi myös niille hakijoille, jotka eivät ole hakenneet päivärahaa puoleen vuoteen.

Jos jätät työttömäksi, lue ohjekirje ja toimi ohjeiden mukaisesti. Jos et saa kaikkea tarvitsemaasi tietoa kirjeestä, ota yhteyttä työttömyyskassaan.



OPISKELIJAJÄSENEÄ TYÖTTÖMYYSKASSAAN

Jos olet hakenut työttömyyskassan jäsenyyttä liittyessäsi SuPerin opiskelijajäseneksi ja lähettänyt todistuksen työstä Su-

perin jäsenyksikköön, jäsenyytesi työttömyyskassassa on alkanut ensimmäisestä todistukseen merkitystä työpäivästä.

Tämä jäsenyys jää voimaan, vaikka et valmistuttuasi liittyisi SuPerin ammattiliiton jäseneksi. Työttömyyskassajäsenyys ei siis pääty, vaikka jäsenyys SuPerin liitossa päättyisi sillä perusteella, että et maksuttoman opiskelijajäsenyyden päätyttyä valmistumiseen, määräajassa liittyisi SuPerin maksavaksi jäseneksi.

Lisätietoa SuPer jäsenyksikkö jäsenrekisteri@superliitto.fi tai 09 2727 9140. ■

Työttömyyskassan kassan kokous

Super työttömyyskassan kassan kokous pidetään Helsingissä 24.5.2016 klo 18.00 alkaen osoitteessa Hotelli Presidentti, Eteläinen Rautatienkatu 4, Helsinki. Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat, valitaan kassalle puheenjohtaja ja hallitus seuraavaksi nelivuotiskaudeksi. Ennen kokousta on mahdollisuus ruokailuun klo 17.00 alkaen. Ilmoittautuminen ruokailuun 16.5.2016 mennessä reima.poittinen@supertk.fi. Kassan hallitus toivottaa osallistujat tervetulleiksi kassan kokoukseen.



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

LÄHIHOITAJAOPISKELIJOIDEN JA OPETTAJIEN OMA TAPAHTUMA!



SUPER



JUONTAA
**JANNE
KATAJA**

PUHUMASSA
JARPPI



LÄHIHOITAJA 2016

VAPAA
PÄÄSY!

PERJANTAINA 9.9.2016 KLO 10–15.30
HELSINGIN MESSUKESKUS, KONGRESSISIIPPI

NÄILLÄ PERUSTEILLA VALITAAN TYÖNTEKIJÄT • ITSEARVIOINTI
UUDEN TYÖNTEKIJÄN SUDENKUOPAT • KOKONAISVALTAINEN HYVINVOINTI
VAIKUTTAJANA VANHUSTENHOIDOSSA, VAPAALLA JA MEDIASSA
LÄHIHOITAJANA LASTENSUOJELUSSA • KUORMITTAVUUS TYÖSSÄ
UNELMISTA, YSTÄVYYDESTÄ JA SUVAITSEVAISUUDESTA
+ NÄYTTEILLEASETTAJIA • KILPAILUJA • SUPERIN ASIAANTUNTIJAT

LISÄTIETOJA: PAULA.SOIVIO@SUPERLIITTO.FI

SuPer-Voimaa ja Aktiivinen SuPer

21.–23.10.2016

M/s Mariella Viking Line
Helsinki-Tukholma-Helsinki

Perjantai 21.10.

11.00–12.00	Ilmoittautuminen Viking Linen terminaalissa
11.30	Siirtyminen laivaan ja kokouslounas
13.00	Tervetuloa
13.30	SuPer-säpinää tuleviin vuosiin
14.15	Kahvi
14.45	Homma etenee, mutta mihin suuntaan?
15.15	Jos minä nyt kuitenkin jaksan – kun työ kuormittaa
16.00	Tauko
16.30	Työtapaturmat – mitä korvataan ja miten toimin tapaturman sattuessa
18.00–19.00	Voitolla yöhön!
20.30	Viking Buffét

Lauantai 22.10. (Ruotsin aikaa)

7.00–10.00	Aamiainen
Vapaata aikaa	Tukholmassa
	Kahvi
15.00	Ammatissa tapahtuu
15.45	Ajankohtaista SuPerin edunvalvonnasta
16.30	Tauko
17.00	Onko sote solmussa?
17.30–18.00	Tästä eteenpäin
19.00	Viking Buffét

Sunnuntai 23.10. (Suomen aikaa)

7.30–9.45	Aamiainen
10.10	Laiva saapuu Helsinkiin

Ilmoittaudu heti, ettet jää rannalle!

Risteilyllä tapaat muita superilaisia ja SuPer-aktiiveja ja saat tärkeää tietoa SuPerista, omista oikeuksistasi työelämässä sekä ajankohtaista asiaevästä työpaikalla, hauskampitoa unohtamatta.

Paikkoja on yhteensä 300, joista puolet on SuPer-Voimaa osallistujille ja puolet Aktiivinen SuPer osallistujille.

SuPer-Voimaa-osallistujat ovat superilaisia, jotka eivät toimi aktiivisesti SuPerin toiminnassa.

Aktiivinen SuPer -osallistujat ovat superilaisia, jotka toimivat SuPer-aktiiveina esimerkiksi ammattiosaston hallituksessa, luottamusmiehinä, työsuojeluvaltuutettuina, opoina ja SuNuina.

Ohjelma on molemmille ryhmille yhteinen.

Omapastuuosuus on ainoastaan 70 €, joka sisältää laivamatkan, hyttipaikan jaetussa A-luokan kahden hengen hytissä, koulutuksen, materiaalin sekä kokouslounaan, 2 x buffét-illallisen juomineen ja aamiaiset. Jokainen vastaa kodin ja sataman välisistä matkakustannuksistaan itse, eikä SuPer maksa risteilyltä ansionmenetyskorvauksia. **Risteilyn alaikäraja on 21 vuotta.**

Ilmoittaudu SuPerin verkossa kirjautumalla jäsensivuillesi. Tarkista samalla yhteystietosi.

Risteilyt löytyvät kohdasta Ilmoittaudu kurssille/kurssit/kurssitarjonta:

- Koulutusristeily/SuPer-Voimaa –koulutusristeily
- Koulutusristeily/Aktiivinen SuPer –koulutusristeily

Ilmoita majoituskohdassa mahdollinen hyttikaverisi.

Viimeinen ilmoittautumispäivä on 15.6.2016. Paikat jaetaan ilmoittautumisjärjestyksessä. Mikäli halukkaita on paljon, etusijalla ovat ensimmäistä kertaa mukaan risteilylle ilmoittautuvat. Lähetämme ilmoittautuneille kirjeitse lisätietoa hyvissä ajoin ennen risteilyä.

Lisätietoja: sihteeri Raili Nurmi,
raili.nurmi@superliitto.fi, puh. 09 2727 9172



SUPER



KUINKA SELVIÄISIT KAIKESTA *jos jäisit yksin?*

Henkivakuutus turvaa toimeentulosi, jos jätät yksin pitämään huolta perheestäsi. Esimerkiksi SuPerin 44-vuotiaalle jäsenelle henkivakuutus 50 000 euron turvalla maksaa 6 euroa kuussa. Nyt saat kaikkiin uusiin Primus-henki- ja -tapaturmavakuutuksiin lisäetuna 2000 euron Selviytymisturvan, joka on lisäkorvaus kuolemantapauksessa. Eiköhän hoideta asia kuntoon saman tien! Kattavimman vakuutusturvan koko perheelle saat osoitteesta

henkivakuutuskuntoon.fi

Suomen edullisimman henkivakuutuksen (Vakuutus- ja rahoitusneuvonta FINEn tekemä hintavertailu 11/2013) myöntää Keskinäinen Vakuutusyhtiö Kaleva, jonka asiamiehenä toimii If Vahinkovakuutusyhtiö Oy.

Nyt
kaupan päälle
2000 €
SELVIITYMISTURVA





Tunne potilaasi oikeudet terveyspalveluihin – Suomessa ja ulkomailla

Mitä tarkoittaa potilaan vapaus valita
terveyspalvelunsa kotimaassa?
Kuinka hän pääsee hoitoon ulkomaille?
Miten toimia, kun ulkomailta tuleva
tarvitsee hoitoa Suomessa?

Hoitopaikanvalinta.fi-verkkopalvelu
on tietopaketti terveyspalvelujen
käyttämisestä, potilaan oikeuksista ja
korvauksista. Tutustu verkkopalveluun
– ja kerro myös potilaillesi.



Hoitopaikanvalinta.fi

SUOSITTELE SUPERIA



ja laitat hyvän kiertämään!

Suosittelija palkitaan mainiolla SuPer-lahjakortilla. Uusi jäsen saa paitsi liiton vakuutukset, edunvalvontapalvelut ja koulutusta myös edullista lomailua ja paljon reiluja alennuksia esimerkiksi laivamatkoista.

Muista kesälomaa suunnitellessasi tarkistaa paikalliset jäsenedut!

Katso ohjeet suositteluun SuPerin verkkosivuilta kohdasta
Jäsenyys > Suosittele SuPeria 2016
tai skannaa koodi.



Uusi varsinainen jäsen saa tervetuliaislahjaksi monitoimikaulanauhan sekä arvokkaan ammattimerkin.

Vanhenemista ei voi siivota pois silmistä

Oma koti, palvelutalo, lapsen koti, sairaala. Missä on vanhuksen paikka? Ihmiset ovat yksilöitä, eikä yhtä oikeaa vastausta ole olemassa.

– Myös minun, kuten varmaan melkein jokaisen, lähipiirissä on jouduttu miettimään näitä asioita. Tahdoin näyttää asian moniulotteisuuden, sanoo Reija Glad, Uusi koti isoäidille –näytelmän käsikirjoittaja.

Oulun ylioppilasteatterin intiimi uutuusnäytelmä kertoo kolmen sukupolven naisista ja siitä, kuinka he selviävät isoäidin muistisairaudesta. Näytelmää rytmittävät isoäiti-Mirjamin muutot kodista ja laitoksesta toiseen. Ihmisen muistin ja mielen muuttumista käsitellään herkkyydellä ja huumorilla.

– Pysin näyttämään vanhuksen ja hänen läheistensä ajatuksia aiheesta. Mietin paljon sitä, kuinka ennen kolme sukupolvea asui samassa talossa, ja läheisen vanheneminen ja lopulta kuolemakin nähtiin läheltä. Miksi näin ei enää ole, pohtii Glad ja lisää, ettei tarkoita että



juuri omaishoitajuus olisi oikea tapa. Se on yksi vaihtoehto muiden joukossa.

Glad on itse vielä nuori, mutta kirjoittaessaan hän on käynyt läpi omia pelkojaan vanhenemisesta. Kuka uskaltaa vanhentua, jos vanhustenhoidon määrärahat leikataan olemattomiin, eikä olekaan perhetä huolehtimassa?

– Toisaalta olen myös saanut lohtua kirjoitusprosessista ja keskusteluista työryhmän kanssa. Ehkä sitä ei kuitenkaan jää lopulta yksin.

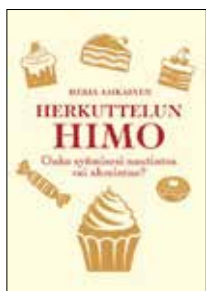
Ylioppilasteatteri tarjoaa oululaisiin palvelukoteihin lippuja kaksi yhden hinnalla, joten erityisesti omaiset ja palvelukodissa asuvat vanukset toivotetaan tervetulleiksi viettämään yhteistä aikaa kulttuurin parissa.

– Vanhenemista ei voi siivota pois silmistä, vaikka se pelottaa ja vaikka se ei olekaan mediaseksikästä ja innovatiivista. Se on osa elämää, sanoo Reija Glad.

Uusi koti isoäidille Oulun ylioppilasteatterissa toukokuussa 2016. ■

Kirjauutuudet

MERJA ASIKAINEN:
HERKUTTELUN HIMO README, 2016

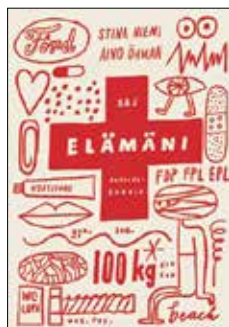


Mikael Jungner rakastaa jääkaappikylmää appelsiininimehua, Marco Bjurström päälystää karjalanpiirakan aina sinapilla, Emmen-talilla ja perunasalaatilla. Herkut

hellivät ja hyvä ruoka kuuluu elämään. Suomalaisjulkikkiset raottavat ruokamuistojaan ja kertovat mikä nostaa veden kielelle.

Herkuttelulla on rajansa. Äänen pääsevät myös syömishäiriöiden asiantuntijat. Tutkijat ja omakohtaisesti asian kokeneet kertovat miltä ruokariippuvuus tuntuu, mitä siitä seuraa ja miten syömishäiriöstä voi parantua.

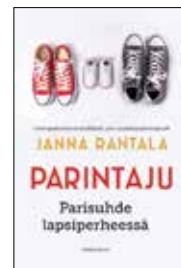
STINA NIEMI, AINO ÖHMAN:
ELÄMÄNI S&S, 2016



kääntäjän kokoama potilasrunous naurattaa! Kaikki säkeet ovat aidoista potilasteksteistä, mutta eivät yhdestä ja samasta kertomuksesta. Hauskat ja oudot fragmentit muodostavat lyhyitä tarinoita, joihin sisältyy kokonainen ihmiselämä.

”Asiallinen ja huoliteltu rouva. Ei kaari-maisia oksennuksia. Potilaalla tai potilaan suvussa ei äkkikuolemia”. Sisäpiirin vitsistä alkanut, kahden

JANNA RANTALA: PARINTAJU
GUMMERUS, 2016



oletko koskaan kysynyt puolisoilta, millainen hänen mielestään on hyvä parisuhde ja millaisia oikeuksia ja velvollisuuksia siihen kuuluu? Kysy! Saatat yllättyä vastauksesta. Puolisoilla saattaa olla ihan erilainen parintaju, ja varsinkin lapsiperheen arjessa käsitys meistä parina muuttuu ja saattaa unohtua.

Psykoterapeutti ja erikoislääkäri Janna Rantala käsittelee kirjassaan parisuhdedynamiikkaa arkisten esimerkkien ja käytännöllisten ohjeiden kautta. Vaikka kaikkien ei tarvitse parisuhteissaan kriisiytyä eron partaalle, joskus perinpohjainen pöyhminen kannattaa.

40 vuotta valmistumisesta

Maaliskuun 12. päivänä Seinäjoen AHJ3 kurssi kokoontui Seinäjoella 40-vuotistapaamisen merkeissä. Päivä oli upea. Tutustuimme Seinäjoen keskussairaalaan ja vaihdoimme kuulumisia. Seuraava tapaaminen on viiden vuoden kuluuttua ja toivomme mukaan myös teitä, jotka ette nyt ehtineet osallistua. Mukana olivat Maila Finni, Aino Sepponen, Minerva Hänninen, Tuulikki Leppäniemi, Ritva Mäkinen, Eeva Niemi, Sirkka Rautiainen, Ritva Köykkä, Aila Köykkä, Marja Idänheimo, Helena Vainio sekä opettajat Aila Vallejo Medina ja Aino Ristimäki.

HELENA VAINIO



Opettajatapaaminen SuPerissa



Puheenjohtaja Silja Paavola ja kehittämisjohtaja Jussi Salo toivottivat 19. huhtikuuta pääkaupunkiseudun ja lähialueiden lähihoitajakoulutusta antavien oppilaitosten opettajat tervetulleiksi SuPerin toimistoon keskustelemaan koulutuksen uusista haasteista liiton edustajien ja opettajakollegoidensa kanssa. Tilaisuuteen osallistui 56 opettajaa. Kättelyvuorossa Tiina Maavirta Variasta.

Kutsut

• AHK32 LAPPEENRANTA!

Valmistuimme jouluna 1984. Uusi-taan kurssitapaaminen, josko saat-tiin poissa olleetkin paikalle. Aika on 11.6.2016 klo 16.00 Lappeenrannassa linnoituksessa, ravintola Kehruuhuoneessa. Jos kysyttävää, soittale Maija Haaparanta 040 572 1569 tai meilaa maija.haaparanta@eksote.fi. Tapaa-misiin!

• OULAISTEN SEUDUN AO 207

järjestää perheretken Ähtäriin la 18.6. Mahdollisuus 7-vuotiaasta ylöspäin oleville käydä omakustanteisesti myös Flowpark-seikkailuvipuistossa aikuisen kanssa. Lähtö linja-autolla klo 7.00 Oulaisten rautatieasemalta. Kotiin-lähtö noin kello 15.30. Menomatkalla ruokaillaan omakustanteisesti. Hin-nat: superilaiset ja perheenjäsenet 20 euroa henkilöltä. Lapset ilmaiseksi. Ulkopuoliset 40 euroa. Hinta sisältää matkan ja lipun eläinpuistoihin. Maksu 12.6. mennessä: Oulaisten seudun SuPer ao 207, FI80 1105 3000 1030 16. Viite: 1232. Sitovat ilmoittautumi-set Marrulle myös 12.6. mennessä puh. 040 1705 944.

• TOHMAJÄRVEN AO 518

Saunailta jäsenille Jouhkolan Hovissa 3.6. alkaen klo 17.00. Tarjolla sauno-mista, iltpalaa, arpajaiset ja mukavaa yhdessäoloa. Ilmoittautumiset 30.5. mennessä puh. 050 514 1858. Kevät-terveisin Seija Kekäle.

JUTUT JA KUVAT KUULUMISIIN

Jutut, kuvat ja mahdolliset www-lin-kit ammattiosaston omille sivuille lehteen 6-7 voit lähettää osoitteella super-lehti@superliitto.fi toukokuun 17. päivään mennessä ja elokuun leh-teen kesäkuun 16. päivään mennessä.

LÄHIHOITAJA KÄHÖNEN



RISTIKKORATKAISU 4|2016

	E	V	A	T	K	O	R	I	N	A
	H	A	L	I	J	A	A	R	A	I
	Y	L	L	E	R	U	P	I	A	T
	E	V	I	T	A	T	I	S	M	O
K	E	S	A	N	T	O	L	A	I	N
E	R	O	T	A	M	U	N	A	T	A
T	O	M	I	T	O	H	U	T	E	S
O	S	A	K	A	S	O	R	I	O	N
M	L	U	H	T	I	H	O	N	A	T
A	U	L	A	U	S	E	R	T	O	
A	P	I	N	A	T	K	I	T	A	E
E	N	S	I	R	A	J	U	S	T	O
S	A	N	A	T	U	R	A	A	N	I
O	U	T	A	K	U	L	A	P	I	D
K	A	N	T	A	J	A	T	A	U	A
K	A	P	U	A	T	R	O	R	O	H
E	T	E	L	Ä	T	I	K	E	A	A
L	O	S	O	K	S	A	V	A	K	A
I	S	Ä	T	Ö	N	U	T	R	A	S

O N R U H L A P V J

Huhtikuun ristikkokisan voitti
 Merja Kandelin Helsingistä.
 Lämpimät onnittelut!

PELOTTAAKO?

Vedän teltan vetoketjun kiinni ja sujahdan makuupussiin. Hiljainen erämaa muuttuu mielessäni pian oudoiksi ääniksi. Teltan takana tassuttelee sutta ja karhua. Jokin niistäkin hurjempi peto raapii kelon pintaa. Tarkasti kuunnellessa ahma hengittää aivan telttakankaan lähellä. Menninkäinen nousee kannon alta ja ravistelee multaa turkistaan. Yritän antaa mieleni laukata vieläkin lujemmin, mutta en keksi mitään pelottavaa. Silmät lupsahtelevat ja nouseva tuuli peittää äänet. Nukahdan tietäen olevani maailman turvallisimmassa paikassa.

Eihän mummoni voinut arvata, minkä virheen teki, kun meitä pieniä lapsia susilla pelotteli. Toki se oli tehokas keino pitää pikkuiset sisällä ja poissa pahanteosta. Mielellään olisimme metsissä juoksennelleet, mutta jospa se peto kuitenkin nappaisi.

Hämmästyin kuullessani aikuisten ihmisten pelkäävän yötä metsässä. Illan vähänkään hämärtyessä kiirehditään autolle ja kotiin. Jos nyt paljon autoa kauemmaksi on uskallettu. Tämän päivän media hoitaa nyt tuota mummon virkaa ihan kiitettävästi. On kamalaa, jos jossain karhu on syönyt hirven. Iltaapäivälehdistä vinkiksi – raatelin tänään ison lautasellisen makkarasoppaa!

Vanha sanonta ”se huutaa, joka pelkää” pitää petopelossa paikkansa. Luonnonystävä saa aina kuulla vanhan marinan, että mitäs sitten kun se susi vie ensimmäisen lapsen. Turha on siinä selitellä, ettei ole vienyt sataan vuoteen. Turha on viitata uutisiin, jotka ovat päivittäin täynnä onnettomia tarinoita ihmisestä ja sen raakuudesta. Hulluudesta, jossa viattomat lapsetkin saavat osansa.

Kesän mukavat retket ovat ovella. Metsän eläimillä alkaa pelottavat ajat. Ihmisiä on juostava pakoon, minkä kintuistaan pääsee. Kokemuksesta voin kertoa, että juuri niin ne tekevät. Ne eivät halua vahingossakaan lähelle ihmistä. Jokaiselle risahdukselle ja kahinalle löytyy luonnollinen selitys, eikä mikään niistä uhkaa sinua telttaretkelläsi.

Luontoa kannattaa opetella ymmärtämään ja kunnioittamaan. Kuuntele metsän hengitystä ja sen rauhaa. Retkeile rauhallisin mielin. ■



WWW.PIRTTIMAA.FI





SUPERIN AMMATTIOSASTOJEN PUHEENJOHTAJAT ERI PUOLILTA MAATA KOMMENTOIVAT LEHDEN AIHEITA.

EDUNVALVONTA KOUKUTTI

Juotko maitoa? ► s. 12

En juo.

Tykkäätkö aprillipiloista? ► s. 13

Mielestäni ne ovat lasten juttu. Lapset saavat aprillina juksata aikuisia vaikka koko päivän ja nauraa päälle.

Mitä toivot SuPerin seuraavalta puheenjohtajalta, joka valitaan kesäkuussa? ► s. 21

On oltava rohkea ja oikeudenmukainen. On osattava ratkoa erimielisyyksiä. Toivon työtä hoitajamitoituksen eteen. Asia on saatava läpi eduskunnassa. Työnantajienkin on kannettava tässä vastuu ja ymmärrettävä, mikä on oikea minimimäärä henkilöstöä.

Häiritseekö jokin allergia elämääsi? ► s. 38

Ei, mutta vanhainkodin huonon sisäilman takia olen huomannut korvien kutinaa. Kaksi työkaveriani on sairastunut huonosta ilmasta astmaan.

Käytätkö sosiaalista mediaa? ► s. 52

En käytä. En ole edes Facebookissa, koska en halua kertoa kaikille, mitä olen tehnyt. Ystäville soitan tai tekstaan tai näen mieluiten kasvotusten.

Teetkö ristisanatehtäviä? ► s. 54

En tee, ovat liian vaikeita!

Terveisesi nuorille superilaisille? ► s. 56

Tervetuloa työelämään, odotamme teitä!

Saavatko teidän ammattiosastonne jäsenet etuja paikallisista liikkeistä tai palveluista? ► s. 62

Virtain ammattiosaston puheenjohtaja Helena Rantanen vaihtoi aikuise- na alaa vakuutuspuolelta hoitoalalle ja siirtyi samalla yksityispuolelta julkiselle sektorille.

Rantanen huomasi, että henkilöstöasioiden asema muuttui.

– Hämmästyin, että hoitoalalla on niin paljon asioita, joita työnantaja tai esimies eivät tiedä. Heitä pitää usein opastaa edunvalvonnasta. Esimerkiksi koulutuspäivistä pitää aina neuvotella, mikä oli ilman neuvottelujakin selvää yksityispuolella muilla aloilla. Hoitoalalla vaaditaan, että ammattitaitoa pitää pitää yllä, mutta työnantaja ei kovin helposti tule tässä asiassa silti vastaan.

Rantanen valmistui lähihoitajaksi vuonna 2010 ja on siitä asti ollut SuPer-Opo. Nykyään 142-jäsenisen ammattiosastonsa puheenjohtajaksi hänet valittiin 2013.

– Olin aiemmalla uralla ay-liikkeen rivijäsen, mutta hoitopuolella edunvalvonta koukutti. Oli alettava pitää työntekijän puolta. Se minua hämmästytti vaihdon jälkeen, että hoitoalalla täytyy olla itse niin valveutunut.

Rantanen on töissä vanhainkoti Keiturinpuistossa. Virroilla ei tarvitse pelätä työttömyyttä, sen takaa väestörakenne. Uusia hoitopaikkoja rakennetaan parhailaankin.

Virrat on äskettäin yhtiöittänyt sosiaali- ja terveystalvelunsa Keiturin Sote Oy:ksi. Yhtiö myy palveluja myös Ruovedelle. Yhtiöittäminen on pitänyt puheenjohtajaa tiiviisti neuvottelupöydässä. Toistaiseksi suuria muutoksia hoitokentällä ei ole tapahtunut, mutta Rantanen on valmistautunut niihinkin.

Rantanen rohkaisee kaikkia superilaisia:

– Kun huomaat ongelman, puhu siitä rohkeasti eteenpäin. Luottamusmiehet ovat hyvä linkki. Tällä alalla ei ole tyhmiä kysymyksiä eikä asioihin vain yhtä näkemystä eli työmurheiden kanssa ei pidä jäädä yksin. ■



Helena Rantanen toivoo, että hoitoalan palkkaus ja työn arvostus kohenisivat.

JUKKA JÄRVELÄ

Jäsenkortilla saadaan TB:ltä polttoainealennusta. Täällä päin kaupat ja yritykset eivät oikein ole lähenteet mu-

kaan tähän jäsenalennusjuttuun. Ammattiosastomme antaa jäsenille ilmaisen elokuvalipun keväisin ja syksyisin.

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
- järjestöasiantuntija Paula Soivio p. 09 2727 9156
- järjestöasiantuntija Tiina Pendolin p. 09 2727 9297
- järjestöasiantuntija Lauri Kämäri p. 09 2727 9184
- järjestöasiantuntija Eero Lemola p. 09 2727 9153
- opiskelija-asiamies Tanja Oksanen p. 09 2727 9192
- opiskelija-asiamies Tico Svart p. 09 2727 9205
- koulutuskoordinaattori Marianne Ronkainen p. 09 2727 9124
- sihteeri Aira Silvasto p. 09 2727 9135

VIESTINTÄ

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

SUPER-LEHTI:

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

TIEDOTUS:

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

KEHITTÄMISYKSIKKÖ

- palveleva sähköposti: kera@superliitto.fi
- kehittämisjohtaja Jussi Salo p. 09 2727 9292
- 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 Elina Ottela p. 09 2727 9154
- asiantuntija Johanna Pérez p. 09 2727 9115
- asiantuntija Elina Kiuru p. 09 2727 9194
- mediakouluttaja Timo Väkimies p. 09 2727 9141
- sihteeri Raili Nurmi p. 09 2727 9172
- sihteeri Sirpa Lahtiluoma p. 09 2727 9182
- e-posttjänst på svenska: svkera@superliitto.fi

TIETOHALLINTA

- toiminnanjohtaja Arja Niittynen p. 09 2727 9123
- it-päällikkö Sakari Hulkkonen p. 09 2727 9145
- järjestelmäasiantuntija Irja Nevala p. 09 2727 9158
- järjestelmäasiantuntija Markus Österlund p. 09 2727 9210
- mikrotukihenkilö Mira 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 Eila Koponen p. 09 2727 9132
- sopimusasiantuntija Anne Villman p. 09 2727 9196
- sopimusasiantuntija Mirja Juusola p. 09 2727 9185
- sopimusasiantuntija Satu Kervinen p. 09 2727 9139
- sopimusasiantuntija Jarkko Koivisto p. 09 2727 9187
- edunvalvontasihteeri Sari Kaartoaho p. 09 2727 9179
- lakimies Anna-Reetta Friipyöli p. 09 2727 9204
- lakimies Karoliina Huuskonen p. 09 2727 9188
- lakimies Merja Hyvärinen p. 09 2727 9166
- lakimies Juho Kasanen p. 09 2727 9161
- lakimies Niina Poijärvi p. 09 2727 9165
- lakimies Riitta Saarikoski p. 09 2727 9114
- koulutuskoordinaattori Tarja Sundqvist p. 09 2727 9164
- sihteeri Sirpa Lahtiluoma p. 09 2727 9182

YKSITYISSEKTORI:

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

TALOUS- JA HENKILÖSTÖHALLINTO

- talous- ja henkilöstöjohtaja Anne Panttila p. 09 2727 9127
- asiakaspalvelusihteeri Merja Poikselkä-Takala p. 09 2727 910
- henkilöstösihteeri Heli Utter p. 09 2727 9130
- henkilöstösuunnittelija Kirsi Kauppinen p. 09 2727 9126
- kiinteistökoordinaattori Kaarina Laintila p. 09 2727 9118
- kirjanpitäjä Leena Luostarinen p. 09 2727 9128
- laskentasihteeri Liisa Pääkkönen 09 2727 9181
- taloussihteeri Mervi Härkönen p. 09 2727 9125
- taloussihteeri Maria Hietala p. 09 2727 9129
- toimistopalvelusihteeri Tia Kahri-Tuononen p. 09 2727 9119
- toimistoapulainen Olli Hytönen p. 09 2727 910

JÄSENYYSASIA

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

SUPER TYÖTÖMYSSKASSA

- postiosoite: PL 117, 00521 Helsinki, käyntiosoite: Kelloilta 3
- internet: www.supertk.fi -> nettikassa
- puhelinpalvelu: 09 2727 9377 ma-pe klo 9-13
- sähköpostit: tkpalvelu@supertk.fi
- telefax 09 278 6531
- johtaja Stefan Högnabba 09 2727 9310



SUPER MYÖS INTERNETISSÄ: WWW.SUPERLIITTO.FI

Sähköpostit: etunimi.sukunimi@superliitto.fi

Det är fint att vara superit

ORDFÖRANDE SILJA PAAVOLA

Jag tänkte skriva ner några funderingar från de fyra senaste år jag har fått vara ordförande för SuPer. Den här tiden har varit toppen! Det har varit fint att träffa medlemmar från olika delar av Finland samt representanter för arbetsgivare och beslutsfattare i olika kommuner. Arbetet vi gör har verkningar både på individ- och på samhällsnivå. Vi superiter behövs, för vi är den största enskilda yrkesgruppen inom äldreomsorgen och den näst största inom småbarnsfostran. Superiterna behövs överallt, både inom social- och hälsovården och inom bildningsväsendet.

Utan vår arbetsinsats skulle människan faktiskt må mycket sämre. Vår yrkesidentitet byggs upp av att en hjälpbehövande oberoende av ålder är det viktigaste föremålet för vårt arbete. Den här tanken delas av alla superiter. Ofta hör man ändå att andra stödåtgärder och funktioner tar mycket tid, och då får människan mindre vård än vad hon behöver. Varför är det så här? Enligt mitt eget förmodande åtminstone delvis för att vi håller vårt eget arbete för självklart.

Den ledande tanken i vår yrkesutbildning är att medicineringar, olika slags behandlingar och undersökningar är ytterst viktiga för att sjukdomar ska kunna övervinnas. Människan är emellertid en helhet och i denna helhet ingår som en väsentlig del också människans egna känningar och upplevelser. Har hon kallt, är hon hungrig, hur sköts hygien, har hon smärtor, upplever hon rädsla, är hon glad eller sorgsen. Upplevelser som utgår från de här känningarna och känslotillstånden inverkar på hur vården lyckas.

Det finns inte alltid förståelse för att ett genomgående välmående beror på den grundläggande vården. Eller vill någon gå på fest eller delta i gemensamma aktiviteter svettig, med smutsigt hår eller orakad? När den här självklarheten inte alltid får förståelse måste vi göra innehållet i vårt arbete synligt för alla. Ofta säger de som inte känner till vårt arbete att alla kan göra arbetet. Visst kan vi alla mata, tvätta och byta blöjor. Här ligger redan den första stora feluppfattningen. Det är inte så att vi bara tvättar, matar och byter blöjor, utan trots att vi gör det här observerar vi samtidigt en mängd olika saker. Som yrkespersoner ser vi hur huden mår, uppfattar måltiderna som helhet och i samband med blöjbyten iakttar vi vid behov sekretet. Vidare kontrollerar de yrkeskunniga vårdarna rörelseförmågan och de kognitiva funktionerna i primärvårds- och rehabiliteringssituationer i relation till patientens eller klientens ålder, sjukdom och andra faktorer som påverkar dennas väsen. Vårt arbete är professionellt – även om vi gör det med hjärtat. Där ligger en stor skillnad jämfört med godhjärtat hjälpande.

Jag antar att alla superiter håller med mig. Varför kommer det ändå tidvis budskap om att vi inte uppskattas på arbetsplatsen? Det här tar sig uttryck i att arbetsuppgifter som vår utbildning ger oss kunskaper och färdigheter för ändå undandras oss. Å andra sidan avdelar man oss uppgifter från den ena kanten till den andra och då blir det viktigaste, den professionella vården, sekundär. Det är ofta fråga om organisationen på arbetsplatsen och den praxis som råder där. Eller om okunighet när det gäller den kompetens ex-

amen ger.

Så här på våren kommer det igen nya närvårdare som avslutar sina studier in i arbetslivet. De är entusiastiska och vill utföra arbete som närvårdare. Vi ska ta emot dem med glädje. Vi ska öka deras yrkeskunskap med vårt eget kunnande, så att vi också i framtiden har lika goda superiter som arbetskamrater!.

Vårhålsningar, Silja



Idag på jobbet – redan 71 berättelser

januarinumret 2010 inledde vi serien Tänään töissä (Idag på jobbet). Då hade artikeln om primärvårdaren Raili Joonas arbetsdag fått rubriken Maailman tärkein työ (Världens viktigaste arbete) – Railis jobb var att sköta babyer och deras mammor på Vammala regionsjukhus operativa avdelning. Men lika väl kunde vi ha rubricerat var och en av de övriga 71 berättelserna som hittills publicerats i serien på samma sätt.

Vi har berättat om våra medlemmars mångsidiga och ansvarsfulla arbete, allt från dagvård till terminalvård. Medlemmarna är allt från gipsmästare till mottagningsassistenter, från avdelningssekreterare till dagvårdare, från skolgångshandledare till farmanomer – det finns hemvårdsarbetare, fotvårdare, medikalvaktmästare, missbruks- och mentalvårdare, personliga assistenter, avlösare för anhörigvårdare ... Och många andra kunniga personer. I det här numret är instrumentvårdaren Pirjo Lepistö vid Mellersta Österbottens instrumentvårdscentral i tur att bli presenterad. Under hennes arbetsdag får vi en inblick i ytterligare ett specialkompetensområde och jag tror att också kollegorna hittar ny kunskap i artikeln. Vi fortsätter gärna med den lästa och omtyckta artikelserien.

SuPers förbundsmöte hålls 8–9 juni i Helsingfors. Vi föregriper mötet genom att presentera ordförande- och vice ordförandekandidaterna, vi beskriver mötets gång med ett visuellt band och publicerar de förbundsmötesrepresentanter som väljs. Sommarens dubbelnummer utkommer i år avvikande från den normala tidtabellen först den 22 juni. Det här beror på att vi sammanställer nyheterna från förbundsmötet och de invalda så att ni får läsa om dem rykande färska.

Men före det: riktigt god torsdag, pingst och början på sommaren! ■

Med blicken mot förbundsmötet

Under våren har två val förrättats inom SuPer. Nu riktas blicken mot förbundsmötet. Där väljer superiternas egna representanter förbundets presidium, beslutar om riktlinjerna för verksamheten för de påföljande åren och diskuterar de motioner som fackavdelningarna skickar in.

Vårens val var tillfällen för varje superit att påverka direkt. Nu står de 188 superiter som valdes till förbundsmötesrepresentanter av de röstberättigade superiterna i tur.

Under våren valdes också representantskapet, som håller tömmarna i SuPer fram till nästa förbundsmöte. Representantskapet, som sammanträder minst två gånger om året, fastställer på hösten förbundets verksamhetsplan, budget och medlemsavgift. På våren står huvuddragen i följande års verksamhet på agendan samt godkännande av föregående årsberättelse och fastställande av bokslutet.

Tabellen på sidan 35 innehåller en förteckning över de personer som valts till förbundsmötesrepresentanter och till medlemmar av representantskapet. Förteckningen finns också i valavsnittet (på finska) på SuPers webbplats. ■



Ett varmt tack till alla dem som svarade på Vaalifillistävlingen i valavsnittet på SuPers webbplats. Slutsatsen av de tankar och känslor ni skickade är att det finns vilja att påverka och delta överallt i Finland. Gå och titta på valavsnittet i vilken stämning valarbetet gjordes och hur vi förberedde oss inför valen.





Ordförande Silja Paavola önskade alla givande studiedagar.



Den nya teknologin inom vården väckte många frågor.

Social- och hälsovårdsreformen kommer

NÄSTAN ALLT FÖRÄNDRAS

TEXT SARA SIMBERG FOTO JARI MALM

Ordförande Silja Paavola öppnade de svenska studiedagarna på Caribia 21-22.4.2016. Arbetshälsa, välbefinnande och inspiration, att få använda hela sin yrkeskunskap samt utvecklande av det egna arbetet var studiedagarnas övergripande tema.

Sote-reformen var med i studiedagarnas program och utvecklingsdirektör Jussi Salo berättade om de nya riktlinjer som regeringen har gjort. I social- och hälsovårds- och regionförvaltningsreformen reformeras social- och hälsovårdens strukturer, tjänster och finansiering samt regionförvaltningens upp-

gifter. Enligt regeringens planer får vi 18 landskap som tar ansvar för social- och hälsovården samt många andra viktiga uppgifter. Regeringens avsikt är att reformen ska träda i kraft 1.1.2019.

Om regeringens reform når sitt mål har vi år 2019 ett annorlunda system inom social- och hälsovårdsbranschen.

Då har vi företag och stiftelser som i huvudsak producerar sote-tjänster och då har kommuner och samkommuner ingen roll inom social- och hälsovården. Staten har ansvaret för finansieringen av landskapen.

Denna reform minskar betydligt antalet olika organisationer som ansvarar ►



Jussi Salo presenterade den senaste versionen av den planerade SOTE-reformen men poängterade att mycket ännu är öppet. Hur reformen än förverkligas kommer den att påverka SuPer-medlemmarnas anställningsförhållanden och arbetsvillkor.

för ordnandet av social- och hälsovården och kommunernas gemensamma lagstadgade organisationer när uppgifterna överförs från närmare 190 olika ansvariga myndigheter till 18 nya landskap. Samtidigt får vi flera hundra eller flera tusen företag som vill producera tjänster. Merparten av personalen som arbetar inom social- och hälsovården får nya arbetsgivare och nya anställningsavtal.

Det viktigaste målet för reformen är att överbrygga en stor del av hållbarhetsunderskottet i de offentliga finanserna. Syftet är att cirka 3 miljarder euro av regeringens besparingsmål på 10 miljarder euro ska nås genom social- och hälsovårdsreformerna fram till år 2029. Det betyder mindre pengar och mindre personal inom social- och hälsovårdsbranschen konstaterade Jussi Salo. ■

Att utveckla vården är utvecklande även för vårdarna

La Carita-stiftelsens pris för god äldreomsorg delades ut på studiedagarna. Ulf Koivula från Stiftelsen La Carita överlämnade hederspriset till Jenny Grabber och Camilla Hellbom från Bromarfhemmet.

Bromarfhemmet fick ta emot priset för sin satsning på att erbjuda en omväxlande och stimulerande vardag, där klientens vård planeras utgående från individens bakgrund och behov och genomförs i en sammanhangsbringande gemenskap där klienten är delaktig i sin egen vård.

Målet för vården på Bromarfhemmet är att upprätthålla funktionsförmågan även i livets slutskede. Alla människans sinnen tas i beaktande i vård-

Camilla Hellbom och Jenny Grabber från Bromarfhemmet tog emot La Carita-stiftelsens pris för god äldreomsorg.



arbetet och vårdmiljön. Estetik, konst och kultur används på ett mångsidigt och systematiskt sätt för att främja en god vardag.

Att kunna erbjuda en meningsfull vardag för klienterna är meningsbring-

ande och utvecklande även för personalen. Möjligheten att utveckla sitt arbete ökar också vårdarnas välbefinnande i arbete, vilket är en förutsättning för god arbetshälsa och för att säkra en god vård.

Detta var andra gången som La Cari-

ta-stiftelsens pris gick till Bromarfhemmet. Ulf Koivula hoppades att andra arbetsplatser inom äldreomsorgen låter sig inspireras av Bromarfhemmet för att skapa egna nya modeller för främjande av de äldres välmående i Finland. ■

Helhetsmässig läkemedelsbehandling

Närvårdarens roll i uppföljning av läkemedelsbehandling

Farmaceut Anne Ake berättade om aktuella och kommande utmaningar inom läkemedelsbehandling. Närvårdarens roll och ansvar inom klientens läkemedelsbehandling är redan mycket stora och blir i framtiden ännu större, i synnerhet när det gäller rådgivning till klienter och anhöriga samt i uppföljning av effekterna av läkemedelsbehandlingen.

Läkemedelsbehandling är en viktig del av närvårdarens arbete. Alla som deltar i läkemedelsbehandlingen måste förstå hela förloppet, från orsakerna till att läkemedlet ges till bedömning av verkningsarna gällande både önskade effekter och bieffekter. Därför är det viktigt att endast personer som har utbildning inom hälsovården deltar i klientens läkemedelsbehandling. Anne Ake betonade att närvårdarens utbildning i läkemedelsbehandling är nästan lika omfattande som sjukskötarens och befogenheterna inom läkemedelsbehandling är de samma, fränsett intravenös läkemedelsbehandling. Det är en viktig kompetens som bör tas till vara och vidareutvecklas.



Anne Akes föreläsning, där hon belyste kraven på kunskap inom läkemedelsbehandling med många intressanta exempel, tydliggjorde att närvårdarens roll är central för en säker läkemedelsbehandling både inom småbarnsfostran, öppenvården och på avdelningar.

De möjliga komplikationerna vid läkemedelsbehandling är många och de blir flera ju äldre och sjukare klienterna blir. Med stigande ålder förändras bland annat ämnesomsättningen, upptaget av läkemedel i kroppen föränd-

ras och utsöndringen försämras bland annat genom försämrad njurfunktion, samtidigt som antalet läkemedel som behövs ökar med åren. Närvårdaren behöver en omfattande kunskap, inte bara om de olika läkemedlen utan också om människans fysiologi och psykologi.

Alla klienter vill inte ta de mediciner som de behöver. Andra tar för mycket och självmedicinerar parallellt med den läkemedelsbehandling som läkare har ordinerat. Bruk av olika kosttillskott och naturprodukter blir allt vanligare men klienterna berättar inte alltid vad de tar utöver receptbelagda läkemedel, eftersom de inte vet om att dessa kan ha farliga samverkningar med receptbelagda läkemedel. Ett annat vanligt problem är överbehandling – nya mediciner läggs till listan medan tidigare ordinerade läkemedel inte avslutas då flera olika läkare deltar i patientens vård. En växande utmaning för alla yrkesgrupper som deltar i klientens läkemedelsbehandling är att se till att klienten får tillräckligt med information på rätt sätt vid rätt tidpunkt och att även anhöriga har den information som krävs. ■



Familjerehabilitering med närvårdarens ögon

Maj-Britt Skogberg, ordförande för Nylands fackavdelning och styrelsemedlem i förbundsstyrelsen berättade om verksamheten

Maj-Britt Skogberg

på familjerehabiliterings- och skyddshemmet Villa Familia, Folkhälsan.

Folkhälsan har en lång tradition av barn-, ungdoms- och familjearbete. Verksamheten har följt förändringarna ►

i samhället. Vid sidan av institutionsrehabiliteringen förverkligas även dagrehabilitering och rehabilitering i hemmet.

Maj-Britt Skogberg berättade om sitt eget arbete som handledare på Villa

Familia och om de mångsidiga metoder och modeller som används inom familjerehabiliteringen för att stöda familjens vardag, trygga rutiner och interaktion mellan föräldrar och barn.

Det centrala i familjerehabiliteringen är att synliggöra barnet för föräldrarna och att ta vara på föräldrarnas motivation att ge barnen en trygg uppväxt som stöder deras utveckling på bästa sätt. ■

Yrket kräver yrkeskunskap

SuPers medlemmars syn på närvårdarutbildningens utmaningar och möjligheter

Sara Simberg talade om närvårdarutbildningen och de utmaningar som vi står inför i samband med utbildningsreformen och förändringarna i arbetslivet. Ekvationen är svår. Hur kan man garantera att framtidens närvårdare har den yrkesskicklighet som krävs när utmaningarna inom social- och hälsovården samt småbarnsfostern ständigt växer samtidigt som utbildningens resurser krymper?

Allt fler unga och vuxna i behov av utbildning uppmanas att söka sig till närvårdarutbildningen, eftersom det finns ett stort behov av arbetskraft inom social- och hälsovården. Samtidigt blir arbetslivet mer krävande. Inom yrkesutbildningen vill man öka andelen inläring i arbetet, vilket ställer ännu högre krav än tidigare på handledningen på arbetsplatserna. Frågan är om blivande närvårdare under dessa omständigheter har möjlighet att uppnå den kompetens som krävs i arbetet? Därför frågade SuPer medlemmarna om och hur närvårdarnas yrkeskunskap kan hålla en hög standard även i framtiden.

Studerandantagningen väcker stor oro eftersom flera utbildningsanordnare har valt att avstå från inträdesprov och lämplighetstest. En studerande som är olämplig för yrket och som saknar intresse för vårdarbetet samt yrkesetiska färdigheter kan allvarligt äventyra klienternas och patienternas hälsa, trygghet och välbefinnande.

Att skaffa sig den yrkeskunskap som närvårdaren behöver försvåras då anta-



let undervisningstimmar minskar i utbildningen samtidigt som personaldimensioneringen försämras på arbetsplatserna. Inläring i arbetet lyckas inte om handledaren inte har tid att ge handledning och möjlighet till den fortbildning som krävs för att upprätthålla yrkesskickligheten.

Närvårdarens roll och position i samhället är unik på grund av den mångsidiga utbildningen och breda arbetsbilden. Utbildningen måste kunna svara på de ständigt växande kraven inom social- och hälsovårdsbranschen samt inom småbarnsfostern. Yrkesutbildningens finansiering måste granskas

Sara Simberg talade om närvårdarutbildningen och de utmaningar som vi står inför i samband med utbildningsreformen och förändringarna i arbetslivet. Ekvationen är svår. Hur kan man garantera att framtidens närvårdare har den yrkesskicklighet som krävs när utmaningarna inom social- och hälsovården samt småbarnsfostern ständigt växer samtidigt som utbildningens resurser krymper?

även ur patient/klientsäkerhetsperspektiv och vårdens höga kvalitet måste säkras även i framtiden genom att säkra utbildningens kvalitet, för klienternas och patienternas bästa.

Inläring i arbetet under studier inom social- och hälsovård samt inom fostern sker med människor i en sårbar ställning. Det är viktigt att säkra klienternas rätt till god vård och fostern samt att garantera deras säkerhet under alla omständigheter. SORA-föreskrifterna, som omfattar delar av flera olika lagar, ger möjlighet att ingripa vid olämplighet för studier och att förebygga problem.

Studerätten kan dras in ifall en studerande allvarligt eller upprepade gånger äventyrar någon annans hälsa eller säkerhet. Allvarligt bristande fysisk eller psykisk funktionsförmåga, till exempel svåra problem med den mentala hälsan eller narkotikaberoende kan äventyra säkerheten.

Enstaka misstag är vanligtvis inte en grund för indragning av studierätten. Utgångsläget är att inläringen i arbetet sker utan problem. Närvårdarstuderande är i regel motiverade och förbinder sig till de yrkesetiska principerna. ■

Att leva tills man dör

God vård i livets slutskede

Marina Sandholm, som är specialiserad på vård av döende patienter i hemmet, talade om god vård i livets slutskede.

Den bärande principen är att döden ses som en normal händelse, en del av livet, lika naturlig som födseln. Den lindrande vården är aktiv och helhetsmässig och målet är att ge patienten och de anhöriga bästa möjliga livskvalitet.

När man vårdar en döende i hemmet vårdar man också den döendes anhöriga. En viktig del av arbetet är att hjälpa både den döende och de anhöriga att acceptera den förestående döden. God kommunikation, både verbal och non-verbal, är en förutsättning för vård av döende. Utöver god kommunikation och tillräcklig information kräver vård av döende en förmåga att vara närvarande.

Att vara närvarande är ge patienten utrymme att vara sig själv och att lyssna. Lyssnandet förutsätter att man accepterar att det inte finns svar på alla



Marina Sandholm betonar att vi ska låta den döende leva tills hon dör, inte dö tills hon dör. Att låta döden ske på den döendes villkor kräver flexibilitet och kreativitet av vårdaren, som belönas med känslan av mening och djup i arbetet.

frågor och att man vågar möta patientens, de anhörigas och sina egna känslor inför döden.

Smärtlindringen är av stor betydelse men det är inte alltid lätt för vårdaren att identifiera den döende patientens

smärta. Patienter med demens eller afasi kan ha svårt att uttrycka smärta.

Vårdaren får ge akt på verbala uttryck men också jämmer, ändrad tonhöjd, ändrad röststyrka, ansiktsmimik, oroliga rörelser, förvirring, depression, trötthet och illamående samt plötslig aggressivitet kan vara tecken på smärta. Om patienten inte längre kan uttrycka sig själv på andra sätt kan man enligt Sandholm se smärtan i patientens blick.

I vård av döende i hemmet är smärtlindrande läkemedel viktiga. De nya opioiderna som ges i tablettform under tungan har fört med sig nya möjligheter men behandling utöver läkemedel är lika viktig i vården av döende i hemmet.

Vårdhandlingarna är mjuka, den mänskliga kontakten är viktigare än kliniska åtgärder. Massage och andra former av beröring har stor betydelse i behandlingen av både smärta och ångest och kan rentav minska behovet av läkemedel. ■

Kan en robot ersätta vårdaren?



Flera av studiedagarnas föreläsningar berörde utnyttjandet av teknologi inom vården.

Goda exempel lyftes fram men också risker. Kan en robot i framtiden ersätta vårdaren? Den allmänna uppfattningen bland studiedagarnas deltagare var att teknologiska lösningar kan förbättra kvaliteten på vården och underlätta arbetet men de kan inte ersätta den mänskliga kontakten.

Tina Gustafsson som deltog i studiedagarna lyfte fram att vi inte kan förlita oss blint på teknologin redan av den orsaken att strömavbrott är vanliga på landsbygden, där avstånden också är långa. ■

Att inte bara orka med sitt arbete utan också blomstra i sitt arbete

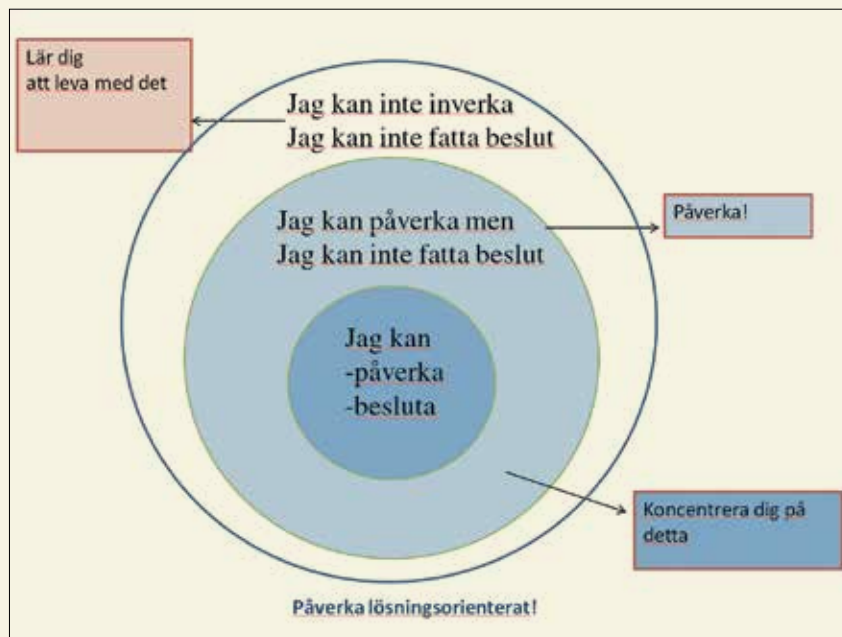


Clas-Håkan Nygård

På studiedagarna i Åbo diskuterades arbetshälsa och välbefinnande i arbetet från olika synvinklar.

Clas-Håkan Nygård, professor i arbetshälsa från Tammerfors Universitet, talade om åldrandet i arbetslivet. Han konstaterade att vi i många avseenden inte bara blir äldre, utan även bättre med åren. Äldre arbetstagares arbetsförmåga har i många avseenden underskattats.

Kraven på återhämtning och att ta bra hand om sig själv ökar med stigande ålder men egenskaper som strategiskt tänkande, klokhet, förmåga att överväga och motivera, inlärningsmotivation, arbetserfarenhet och lojalitet blir bättre med åren. Korta sjukfrånva-



Välbefinnande i arbetet och arbetshälsa var viktiga teman på SuPers studiedagar.

DET FINNS MYCKET SOM DEN ENSKILDA ARBETSTAGAREN KAN GÖRA FÖR SITT EGET OCH ARBETSKAMRATERNAS VÄLBEFINNANDE.

ron minskar i takt med att arbetstagaren blir äldre.

För att upprätthålla och förbättra den åldrande arbetstagarens arbetsförmåga är det viktigt att minska den fysiska belastningen i arbetet och få tillräckligt med motion samt se till att återhämtningen mellan arbetspassen är tillräcklig. En god relation med förmanen är också ytterst viktig för mindre sjukfrånvaro och bättre ork i arbetet.

Siv Björqvist, nätverksutbildare från arbetarskyddscentralen, betonade också hur viktigt det är att ta hand om sig själv men enbart det räcker inte för att

vi ska må bra i arbetet.

Vi måste också uppskatta oss själva och varandra! Det finns mycket som den enskilda arbetstagaren kan göra för sitt eget och arbetskamraternas välbefinnande. Om hela arbetsgemenskapen tillsammans tar ansvar för att alla har det bra på jobbet mår också den enskilda arbetstagaren bättre.

Att visa oss själva och arbetskamraterna uppskattning och att ta i de problem som vi kan åtgärda samtidigt som vi lär oss att acceptera det som vi inte har möjlighet att förändra är nycklarna till ett gott arbetsliv. ■