

SLIPPER

9 / 2015



Kumpi
ratkaisee:

*Soveltuvuus
vai oikeus
opiskella?*

*Osaaminen
vanhenee*

ENNÄTYSAJASSA

*Pairastuneen
omainen*

TARVITSEE APUA
JA NEUVOJA

*Huittisten
kotihoito*

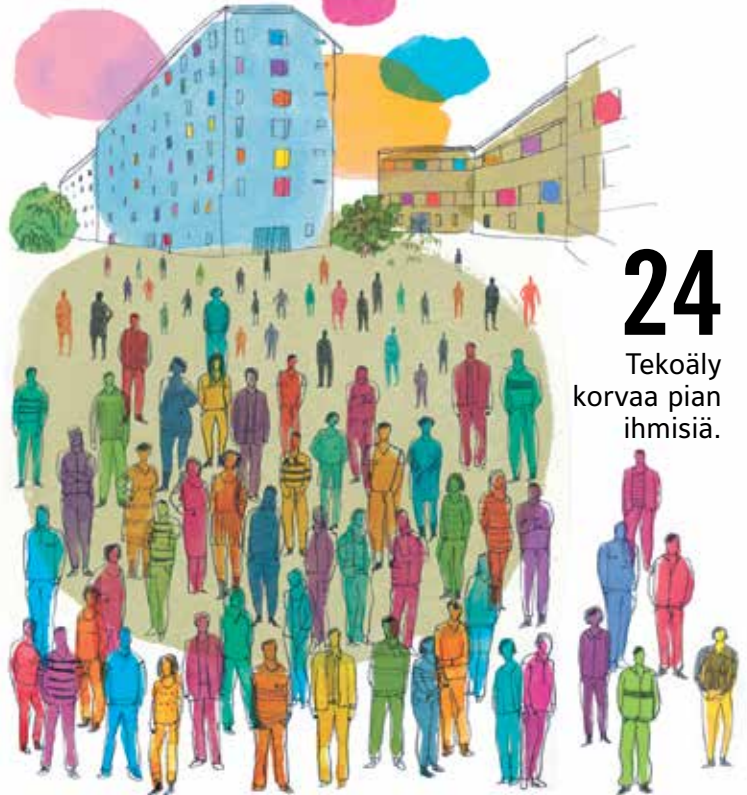
SUUNNITTELI
OMAT TYÖKASSIT

ANNI VÄÄNÄNEN
SAA LISSUSTA VOIMAA



28

Mitä on sosiaali-
pedagoginen
hevostoiminta?



24

Tekoäly
korvaa pian
ihmisiä.



58

Sinikka Sokka
eläytyy muistisaira-
an ja omaisen rooliin
Pala palalta pois
-näytelmässä.



52

Huittisten koti-
hoitajien olka-
päillä keikkuvat
mittatilauskassit.

syyskuu

- 3 Pääkirjoitus 4 Ajankohtaista 5 Puheenjohtajalta 6 Yhteiskuntasopimusta ei tehty 7 Suurtutkimus psykooseista
8 Soveltuvuuskokeita ei enää vaadita 10 Opintoviikot vaihtuivat osaamispisteisiin 12 Syyskuun lyhyet
13 Näin vastattiin, Lehtikatsaus 14 Lähi- ja perusruokaa: Tulista tacosalaattia 16 Piia Liias-Fältin työpäivä
21 Uusi keskusjärjestö etenee 22 Suun terveystarkastus osaksi kotihoitoa 24 Tutkintojen itseisarvo laskee
KANNESSA 28 Hevonen opettaa 32 Jämäkkyys ei ole jyräämistä 34 Sirkka-Liisa Kivelän kolumni
35 Liittokokous 2016 36 Oppisopimuksella ammattiin 40 Minnesota-päihdehoitomalli 43 Nuorten palsta
44 Tätä on toivottu: työssäoppimisen pelisäännöt 46 Hyvä hoitaja on luotettava 47 Palasia sieltä täältä
49 Omaisneuvontaa Tampereella 50 SuPerin edunvalvontakoulutus 52 Huittisissa tehtiin omat kassit
54 50 vuotta sitten valmistuneet tapasivat Turussa 56 Superristikko 57 Lähihoitaja Kähönen, Paras juttu
58 Näytelmä muistisaira-
an elämästä 62 Jäsenyksikön palvelukortti 63 Siskon pakina
64 Työttömyyskassa tiedottaa 71 Kuulumisia 74 Luonnossa 75 P.S. Liperistä

SUPER

62. vuosikerta

Tilaushinta 56 €/vuosi

Aikakauslehtien Liiton jäsen

JULKAISIJA

Suomen lähi- ja perushoitajaliitto

Ratamestarinkatu 12

00520 Helsinki

Fax 09 2727 9120

PÄÄTOIMITTAJA

Leena Lindroos 09 2727 9174

TAITTAVA TOIMITTAJA

Jukka Järvelä 09 2727 9178

TOIMITTAJAT

Henriikka Hakkala 09 2727 9177

Sonja Kähkönen 09 2727 9175

Minna Lyhty 09 2727 9176

Marjo Sajantola 09 2727 9173

VIERAILEVAT KIRJOITTAJAT

Piia Nurhonen, Irene Pakkanen,

Ida Suominen, Antti Vanas

KANNEN KUVA

Anni Väänänen ja Lissu-

hevosen kuvasi Marjo Sajantola

ULKOASU

Eyekraft Oy ja Jukka Järvelä

PAINOS

91 200

ILMOITUKSET

Katriina Alfa 09 2727 9298

OSOITTEENMUUTOKSET

Jäsenet: jäsenrekisteri 09 2727 9140

Tilatut: toimitus 09 2727 9298

KIRJAPAINO punamusta

ISSN 0784-6975



IKUISTA OPPIMISTA

Kun 50 vuotta sitten valmistuneista apuhoitajista vain joka kymmenes läpäisi päivän kestäneet, vaikeat soveltuvuustestit koulutukseen hakeutuessaan, on suunta nyt luopua soveltuvuustesteistä lähihoitajakoulutuksessa kokonaan. Näin on tehty muun muassa Omniassa viime keväänä. Rehtori Maija Aaltola sanoo erityisesti sosiaali- ja terveysalalla soveltuvuuskokeiden karsineen hakijoita ja olleen ristiriidassa nuorisotakuun periaatteiden kanssa. Toisaalta opiskeluoikeuden vastavoima on alamme erityisluonne. SuPerin asiantuntija Soili Nevala korostaa, että asiantuntija-arvio hakijoiden soveltuvuudesta on sekä asiakas- että potilasturvallisuutta varmistava tekijä.

Ammatillisen peruskoulutuksen painopistettä ollaan siirtämässä tekemällä oppimiseen. Osaaminen ratkaisee, ei se, mitä kautta tiedot on hankittu. Opintoviikkojen tilalle tulivat osaamispisteet. Tutkinnon osia on mahdollista hankkia monella eri tavalla, esimerkiksi oppisopimuksella tai näyttötutkintona. Opiskelijaa ei missään tule kohdella työvoimareservinä. Työssäoppimisjaksolla on tärkeää saada olla opiskelija ja saada tasokasta ohjausta työhön.

Lähihoitajaopiskelijaa ohjaa parhaiten lähihoitaja, jolla itsellään on vahva ammatti-identiteetti ja laaja-alainen osaamistausta. Ohjaajan persoonalla ja osaamisella on opiskelijalle suuri merkitys. Toisaalta myös työpaikan ilmapiiri vaikuttaa oppimiseen. Opiskelijan ohjauksesta ei voi kieltäytyä, toteaa SuPerin asiantuntija Sara Simberg. Se kuuluu työhön ja työnantajalla on työnjohdollinen oikeus määrätä hoitaja tähän tehtävään. Plussaa on, jos ohjaaja on myös aidosti innostunut asiasta ja hänellä on hyvät vuorovaikutustaidot. Ohjaamiseen tulee antaa aikaa ja tarvittaessa myös koulutusta. Liperin ammattiosaston puheenjohtaja Leena Koponen sanoo, että arvioinnit tulisi voida hoitaa työaikana, ei kotitöinä, kuten hänen työpaikallaan kiireen takia joudutaan tekemään.

Työ muuttaa muotoaan ja vauhti kiihtyy koko ajan. Meiltä kaikilta vaaditaan uuden oppimista. Jatkuvasti. ■



Kalenteri

SYYSKUU

- | | |
|-----------|--|
| 9.–10.9. | Kuntamarkkinat, Helsinki |
| 11.9. | Lähihoitaja2015–tapahtuma, Helsinki, SuPer |
| 15.–19.9. | Koulutusmatka Amsterdam, SuPer |
| 21.9. | Ajankohtaista tietoa ja työpajatyöskentelyä diabeteksesta, eteisvärinästä ja haavahoidosta, Tampere, SuPer |
| 23.9. | Yhdysjäsen on ykkönen, Helsinki, SuPer |
| 24.–25.9. | SuPer-Opojen jatkokurssi, Helsinki, SuPer |
| 29.–30.9. | Aktiivinen ammattiosasto I, Vantaa, SuPer |

LOKAKUU

- | | |
|------------|--|
| 9.10. | Varhaiskasvatusmessut, Helsinki |
| 9.–11.10. | SuPer-Voimaa –koulustristeily, Helsinki-Tukholma-Helsinki, SuPer |
| 14.10. | Etiikan seminaari, Helsinki, SuPer |
| 14.10. | Yhdysjäsen on ykkönen, Kemi, SuPer |
| 19.10. | Ajankohtaista tietoa ja työpajatyöskentelyä diabeteksesta, eteisvärinästä ja haavahoidosta, Seinäjoki, SuPer |
| 20.–21.10. | Etevä esiintyjä, Helsinki, SuPer |
| 23.–25.10. | Osaava Nainen –messut, Turku |



Vastaa vanhustyön tärkeään kyselyyn!



Monet superilaiset saavat syyskuussa kyselylomakkeen postitse. Kyse on vanhustyön olosuhteista ja sisältöjä

Suomessa, Ruotsissa, Norjassa ja Tanskassa selvittävästä Nordcare-kyselytutkimuksesta, joka toteutetaan yhteistyössä ammattiliittojen kanssa.

Kyselyyn vastaaminen on tärkeää, jotta tutkimuksen tuloksista saadaan luotettavia ja jotta niiden avulla saadaan tarkka kuva tämän päivän hoivatyöstä Suomessa ja muissa Pohjoismaissa.

Sama tutkijaryhmä toteutti saman-

sisältöisen tutkimuksen myös vuonna 2005 ja silloin julkiseen keskusteluun Suomessa nousi tutkimustuloksista erityisesti laitos- ja palveluasumisyksikköjen korkea asiakasmäärä työntekijää kohden. Se osoittautui Suomessa kaksinkertaiseksi toisiin Pohjoismaihin verrattuna.

Nyt erityisenä kiinnostuksen kohteena on se, mihin suuntaan asiat ovat kymmenessä vuodessa muuttuneet ja ovatko muutokset olleet erilaisia Pohjoismaissa.

Nordcare-hanketta johtaa Tukholman yliopisto ja Suomessa siitä vastaa Jyväskylän yliopisto. ■

Ehdota Vuoden Välkkyä

Vuoden Välkky -palkinnolla halutaan tuoda esiin hyviä ammattiyhdistystoimintaa kehittäviä ideoita. Palkinto jaetaan sellaisesta uutta luovasta ideasta tai toiminnasta, joka on ollut esimerkillistä jäsenpalvelua, edistänyt ammattiyhdistyksen kehittymistä ja vaikuttavuutta tai lisännyt yhdistyksen jäsenten yhteenkuuluvuutta.

Tällaista toimintaa voivat olla esimerkiksi jäsentapahtumat ja -koulutukset, jotka kehittävät jäsenistön osaamista tai auttavat virkistytymään, verkostoitumaan, saamaan vertaistukea tai

luomaan yhteishenkeä.

Ehdokkaat julkaistaan TJS Opintokeskuksen verkkosivuilla marraskuussa ja kaikkien STTK:laisten ja akavalaisien yhdistysten jäsenet voivat käydä äänestämässä omaa suosikkiaan. Palkintokategorioita on kaksi: yleisöäänestyksen voittaja sekä Toimihenkilöjärjestöjen Sivistysliiton hallituksen valitsema.

Tee oma ehdotuksesi palkinnon saajaksi kulttuurisihteeri Inka Ukkolalle, inka.ukkola@tjs-opintokeskus.fi, syyskuun loppuun mennessä. Muistathan perustella ehdotuksesi. ■

NYT ON AIKA

- ▶ Aktiivijäsenten hakea Vuokatin palkitsemisviikkoa vuodelle 2016.
- ▶ Hakea talviajalle SuPerin loma-asuntoja ja Holiday Club -lomaviikkoja.
- ▶ Suositella SuPeria työkavereille.
- ▶ Tutustua vaalioppaaseen ja valmistautua tuleviin vaaleihin.
- ▶ Merkitä kalenteriin alueesi jäseniltä ja innostaa työkavereita lähtemään mukaan.
- ▶ Osallistua Lähihoitaja2015–tapahtumaan Helsingin Messukeskuksessa 11. syyskuuta.

Miten tästä eteenpäin työssä ja koulutuksessa?

Yhteiskuntasopimus jäi syntymättä, mutta ongelmat eivät häviä. Nyt on kyse siitä, millä keinoilla kilpailukykyä parannetaan. Toinen ajankohtainen asia on, miten julkisten palveluiden tuottavuutta kasvatetaan. Ongelmaksi muodostuu rahoitus, joka tulee aina verotuloista. Miten ne riittävät? Tästä eli rahoituksesta oli kyse superilaisten kohdalla yhteiskuntasopimuksessa.

Julkiset palvelut tarvitsevat paljon työntekijöitä, mutta jos tuottavuutta halutaan kasvattaa, se voi tarkoittaa vain työntekijöiden vähentämistä. SuPerin kanta on, että henkilöstöä ei voi vähentää hoito- ja hoivatyöstä. Superilaiset tuottavat kuntapalveluja monilla eri aloilla koko elämänsäajan ajan varhaiskasvatuksesta vanhusten ja pitkäaikaissairaiden hoitoon. Maamme väestön iäkekehitys tarkoittaa sitä, että superilaisia tarvitaan.

Miltä tulevaisuus näyttää nykytiedoilla? Muun muassa eläkkeet, palkkaratkaisu ja koulutuksen leikkaukset ovat suuria ratkaisuja, joilla on isot vaikutukset. Eläkkeelle jäämisikä on valittavissa, vaikka yksilöllinen eläkeikä, jolloin saa sataprosenttisen eläkkeen, on määriteltä. Tehdyt palkkaratkaisut ovat olleet todella maltillisia. Koulutusmäärärahoja on vähennetty, vaikka koulutettu työväestö on ollut Suomelle erittäin tärkeä etu pärjäämisessä niin kotimaassa kuin maailmalla.

Koulutus on myös meidän allamme ehdottoman tärkeä asia, se luo turvallisuutta ja tasokkuutta. Hoitoa tai hoivaa tarvitseva ihminen on usein altavastajana hoitotilanteissa. Sen takia hänen on luotettava siihen, että hoitaja on ammatti-ihminen, jolla on tie-

toa ja taitoa. Koulutus muuttuu ajassa. Työnantajien toiveita kuunnellaan. Pitää myös huomioda opiskelijoiden tapaa oppia ja muuttaa toimintoja tarpeiden mukaan. Koulutuksessa on kyettävä hyödyntämään paremmin jo aiemmin hankittuja tietoja.

Nyt syksyllä moni aloitti opiskelun päämääränään tutkintotodistus ja työpaikka. Opiskelijat tulevat työpaikoille työssäoppimisjaksolle puhken uuden oppimisen tarmoa. Tämä on hieno asia ja tarkoittaa sitä, että alalle on halua ja se nähdään mielenkiintoisena. Ne alat, joissa superilaiset työskentelevät, ovat hyvin ihmisläheisiä ja niillä tarvitaan tiedon ja taidon lisäksi vuorovaikutustaitoja. Miten vuorovaikutustaitoja opetetaan tai opitaan? Koulussa niitä opetetaan ihmiskäsityksen myötä, filosofian myötä tai hoidon käsitteen myötä. Nämä kaikki ovat oikein, mutta maailma ympärillämme muuttuu koko ajan ja käyttäytyminen sen mukana.

Työssäoppimisaikana vuorovaikutus on molemminpuolista ja oleellista on toisen aseman kunnioittaminen. Oli aikoja, jolloin opiskelijalla ei ollut mitään sananvaltaa vaan hän teki kaiken mitä sanottiin. Onneksi se aika on jäänyt taakse ja on ymmärretty, miten hienoa on, kun opiskelija tulee innostuneena uusien ajatusten ja tietojen kera ja saattaa joskus jopa tuulettaa työyhteisön ajatuksia. Kaikki eivät aina jaa tätä mielipidettäni, mutta maailma kulkee eteenpäin, samoin myös opiskelijoiden asema. On ajateltava uudelleen, että opiskelu ei tähtää enää vain tutkinnon suorittamiseen vaan se on koko elämän ajan jatkuvaa oppimista.

Koulutuksen tarkoituksena on ylläpitää mielenkiintoa uuden oppimiseen,

siksi myös työssä oleville pitää olla tarjolla koulutusta. Hyvällä koulutuksella lisätään myös työtyytyväisyyttä ja halua itse kehittää omaa työtään. Koulutus ja opiskelijan oikeudet ovat SuPerille tärkeitä, mutta niin ovat myös työntekijöiden oikeudet. Otetaan opiskelijat vastaan ja kerrotaan heille niistä. ■

Aurinkoista syksyä toivottaen, Silja



Hoivaa ja hoitoa tarvitaan jatkossakin

TEKSTI MARJO SAJANTOLA

Yhteiskuntasopimusta ei saatu aikaan. Maan hallitus suunnittelee neljän miljardin euron säästöjä sosiaali- ja terveyssektorille. Miten tämä tulee vaikuttamaan superilaisten elämään?

SuPerin puheenjohtaja Silja Paavola huomauttaa, että yhteiskuntasopimus muodostui melkein työmarkkinajärjestöjen tulopoliittiseksi ratkaisuksi, mitä se ei olisi saanut olla. Ajankoh- ta oli myös haasteellinen, koska työmarkkinasopimukset ovat voimassa vielä tammikuun 2017 loppuun asti. Vasta kesällä neuvoteltiin ensi vuoden palkankorotuksista.

– Alun perinkin yhteiskuntasopimuksen tavoitteet olivat liian korkealla siihen nähden, mitä oli mahdollista tehdä. Asi- oista sopiminen ei ollut tasapuolista, vaan tuntui siltä, kuin se olisi ollut enimmäkseen hallituksen ja EK:n sanelupolitiikkaa.

Suomella on suuria ongelmia, mutta niiden ratkaiseminen ei ole pelkästään työmarkkinoiden asia. Kuitenkin palkansaa- jia on vielä yli kaksi ja puoli miljoonaa, joten työntekijäpuol- takin on kuunneltava. Paavola muistuttaa, että ammattiyhdis- tysliike on jo pitkään ollut huolissaan Suomen talouden ke- hityksestä sekä työttömyyden kasvusta. Työmarkkinajärjestöt olivat mukana eläkeuudistuksessa, ja palkkaratkaisut ovat ol- leet erittäin maltillisia.

YHTEISKUNTARAUHA SUOMEN VALTTI

Asiat ovatkin Suomessa vielä kuitenkin melko hyvin ja joilla- kin suomalaisilla erinomaisesti. Siksi työmarkkinat ja yhteis- kunnat ovat vielä pysyneet rauhallisina.

– Yhteiskuntarauha on yksi Suomen vahvuus, eikä sitä saa kadottaa. Pienellä maalla on oltava yhteiskunnan infrastruk- tuuri kunnossa. Yrityksillä on rahaa maksaa osinkoja ja monil- la tarve laajentaa toimintaa. Nyt pitäisi hyödyntää suomalais- ten laaja-alaista osaamista, eikä tehdä työpaikkoja ulkomaille.

Julkisten palveluiden kustannuksia moititaan liian suuriksi. Ne tukevat osaltaan vientiteollisuuden menestystä. Paavola muistuttaa, että yritykset tarvitsevat hyvinvointia, koulutet- tua työvoimaa, jonka jälkikasvu on hyvässä päivähoitossa tai turvallisesti koulussa ja jonka vanhukset saavat tarvitseman- sa hoidon niin, ettei omaisten tarvitse jäädä pois työelämäs- tä heitä hoitaakseen.

HEIKOIMMILTA HELPPO OTTAA

Paavola ihmettelee Suomen hallitusten poukkoilevaa päätök- sentekoa.



Hallituksen säästötoimenpiteitä on jo vastustettu mielenosoit- tuksin. Kuva Helsingin marssista kesäkuulta.

– Jo edellisellä kierroksella sovittiin vanhustenhoidon henkilöstömitoituksista ja varhaiskasvatuksessa lapsiryhmän maksimikoosta. Nyt niihinkin halutaan puuttua.

Superilaisten työssä viiden prosentin tuottavuuden kasvu on Paavolan mielestä vaikeasti saavutettavissa.

– Tosiasiallisesti se tarkoittaa palkkakulujen pienenemis- tä eli työntekijöiden vähentämistä. Uskon, että superilaisten työpaikat pääsääntöisesti pysyvät – vakituisilla. Jos henkilös- tömitoituksen pienentämiselle annetaan siunaus, se on yh- teiskunnallinen arvomaailman romahdus.

Paavolan mukaan kaikki suunnitelmat, oli kyse sitten yh- teiskuntasopimuksista, sote- tai työvoima- ja koulutuspoli- tiikasta, pyörivät rahan ympärillä. Hänen mielestään Suomes- sa rahasta on tullut jo ajatusahdinko.

– Kun asioiden pienin yhteinen nimittäjä on raha, silloin on nostettava esiin arvokysymykset; onko oikein ottaa hei- kommilta. Ei saa kuitenkaan laittaa vastakkain julkisia palve- luita ja yksityistä teollisuutta, sillä molempia tarvitaan ja jul- kisia palveluita on kehitettävä jatkuvasti.

Paavola toteaa, että sote-ratkaisulla on jo yhteiskunnallises- ti kiire. Sen jälkeen työtä päästään kehittämään, jolloin siitä tulee tuloksellisempaa ja inhimillisempää.

– Hoivan ja hoidon on oltava inhimillistä, mutta myös työnteon on oltava sitä. Jos työntekijän taakka kasvaa liian suureksi, hoidon laatu kärsii. Hoitaja ei ole robotti, eikä ro- botti pysty korvaamaan hoitajaa. ■

Suurtutkimuksella psykoosien perään

Suomessa käynnistyy tänä syksynä psykoosisairauksien periytyvyyttä selvittävä laaja kansainvälinen tutkimus.

Kolmivuotisen Super-nimisen tutkimuksen päätavoitteena on saada lisätietoa psykoosisairauksien perinnöllisistä syistä ja sitä kautta tautimekanismeista. Tulosten perusteella aiotaan kehittää uusia hoitoja ja lääkkeitä.

Tutkimukseen voi osallistua, jos on täysi-ikäinen ja sairastanut psykoosin.



INGIMAGE

Mukaan tarvitaan vähintään 10 000 suomalaista psykoosipotilasta. Tutkimukseen voi osallistua ilmoittamalla siitä hoitavalle lääkärille tai hoitajalle.

Hanke käynnistyy ensimmäiseksi Tampereen, Oulun ja Kuopion yliopistollisten sairaaloiden

alueilla

Tutkimusta johtaa Helsingin yliopisto, yliopistolliset keskussairaalat ja THL. Siihen on saatu amerikkalaisrahoitusta lähes 10 miljoonan euron verran. ■

Julkisella puolella kiusataan yksityissektoria enemmän

Työ- ja elinkeinoministeriön teettämän tuoreen Työolobarometrin mukaan julkisella sektorilla kiusaaminen on yleisempää kuin yksityisellä sektorilla. Työtovereiden keskinäinen kiusaaminen on yleisintä, mutta myös asiakkaat kiusaavat työntekijää.

Suurin osa niistä, jotka arvioivat, että työpaikalla kiusataan, sanovat siitä esiintyvän joskus. Yleisintä on työtoverien harjoittama kiusaaminen. 37 prosenttia vastaajista arvioi, että omalla työpaikalla työtoverit kiusaavat joskus, kolmen prosentin mukaan jatkuvasti.

Esimiesten harjoittamaa kiusaamista havaitsi joskus vajaa neljännes, kaksi prosenttia arvioi esimiesten kiusaavan jatkuvasti. Asiakkaiden suunnalta tulevaa kiusaamista oli havainnut noin kolmannes.

Kunnissa jopa puolet palkansaajista kertoi, että työtoverit kiusaavat. Myös kiusaavat asiakkaat tai henkinen väki-



valta koetaan yleiseksi harmiksi.

Viime vuonna viidennes on havainnut ja joka kymmenes itse kokenut väkivaltaa tai sen uhkaa työssään. ■

Lähihoitaja2015 -tapahtuma ensi viikolla

Vuotuinen lähihoitajaopiskelijoiden ja alan opettajien Lähihoitaja2015-tapahtuma pidetään Helsingin Messukeskuksessa perjantaina 11. syyskuuta. Tapahtuma järjestetään jo 16. kerran. Paikalle odotetaan tuhatta kävijää. Tarjolla on asiaa lähihoitajan eri töistä, toimivasta vuorovaikutuksesta, yrittäjyydestä, ensiavusta ja kirjaamisesta. Lisäksi kerrotaan, mitä yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia on hoitotyössä Suomessa ja muissa Euroopan maissa. Tapahtumassa on myös näytteilleasettajia, kilpailuja, arvontoja ja muuta toimintaa. Päivän päättää Mustan Barbaarin ja Prinssi Jusufin show.



SONJA KÄIKÖNEN

Kunnissa ryhdytään kehittämään työtä yhdessä ideoimalla

Kuntien työnteon kehittämisohjelma KunTeko 2020 käynnistyi neljällä alueellaisuudella Helsingissä, Tampereella, Kuopiossa ja Oulussa. KunTekoon ovat sitoutuneet kunta-alan työntekijäjärjestöt ja kuntatyönantaja, jotka haluavat selättää kuntien nykyiset ja tulevat haasteet kehittämällä kuntatyötä eikä vain karsimalla palveluja. Ohjelman tarkoituksena on jakaa ideat, kokemukset ja kehittämistulokset työntekijöiden ja työyhteisöjen kanssa yli kuntarajojen ja toimialojen.



Pääsy- ja soveltuvuuskokeen merkitys on muuttunut

TEKSTI HENRIKKA HAKKALA KUVA INGIMAGE

Ammatillisen peruskoulutuksen opiskelijavalintaa on uudistettu. Uudistuksilla tavoitellaan hakijoiden yhdenvertaista kohtelua ja tuetaan nuorisotakuun toteutumista. Muutoksia tehdään myös sosiaali- ja terveysalan perustutkinnon pääsy- ja soveltuvuuskokeisiin.

Nuorisotakuun perusteella kaikkien peruskoulunsa päättäneiden ja ilman ammatillista peruskoulutusta olevien on saatava opiskelupaikka. Ammatillisen peruskoulutuksen, siis myös lähihoitajakoulutuksen, opiskelijavalinta voidaan toteuttaa kokonaan ilman soveltuvuuskoea, niin sanottuna paperivalintana. Koulutuksen järjestäjä voi kuitenkin edelleen järjestää pääsy- ja soveltuvuuskokeen, johon on silloin kutsuttava kaikki yhteishaussa koulutusohjelmaan hakeneet.

SuPerin asiantuntija Soili Nevala nostaa nuorisotakuun toteuttamisen rinnalle tärkeänä näkökohtana myös sen, että sosiaali- ja terveysalalla tarvitaan jatkossakin alalle soveltuvia ja vahvasti motivoituneita hoitajia. Asiantuntijan arvio hakijoiden soveltuvuudesta alalle on nähty yhtenä asiakas- ja potilasturvallisuutta takaavana tekijänä.

– On ilman muuta tärkeää, että kaikenlaisilla nuorilla on mahdollisuus päästä kiinni opiskeluun. Meidän pitäisi silti edelleen kouluttaa vaativalle sote-alalle eettisesti ja sosiaalisesti vahvoja hoitajia. Se on olennaista, kun kyse on ammatista, jossa työskennellään lähellä haavoittuvassa asemassa olevia asiakkaita, Nevala sanoo.

OMAT VAHVUUDET ESILLE

Valtakunnallisesti yhtenäisiä, yleisiä opiskeluvaihtoehtoja mittaavia koeaihi-



oita on kehitetty Opetushallituksen ja opetus- ja kulttuuriministeriön VA-KUVA 2 -hankkeessa. Niitä on pilotoitu oppilaitoksissa kevään 2014 ja 2015 yhteishauissa.

Kokeiden hakijoita karsivasta roolista on siirrytty enemmän suuntaan, jossa hakijalle tarjotaan mahdollisuus näyttää omia vahvuuksiaan, jotka eivät välity päättötodistuksen arvosanoja tarkastelemalla. Tällä vastataan tarpeeseen huomioida ammatillisen koulutuksen opiskelijavalinnassa entistä paremmin muutkin kuin niin sanotut akateemiset oppimisen tavat.

Ammatillisen peruskoulutuksen painotukset ovat siirtymässä yhä vahvemmin tekemällä oppimiseen. Tämä painotuksen muutos heijastuu opiskelijavalintaan.

PUOLESTA JA VASTAAN

Osa koulutuksen järjestäjistä on luopunut pääsy- ja soveltuvuuskokeista lähihoitajaopiskelijoiden valinnassa. Yhtenä perusteena on se, että kokeen järjestäminen sitoo paljon aikaa ja oppilaitoksen voimavaroja.

Työnantajapuolelta on ilmaistu Su-

Perille huolta siitä, että tulevaisuuden työntekijöiden laatu ja sitä kautta potilasturvallisuus laskevat, jos soveltuvuutta ei mitata. Opettajakunnassa on pohdittu sitä, miten kokeista luopuminen vaikuttaa opiskelijoiden kyky- ja taitotasoon opiskeluryhmissä.

Psykologit kantavat erityistä huolta siitä, mittaavatko yleisiin valmiuksiin keskittyvät kokeet riittävästi hakijoiden valmiuksia nimenomaan hoitoja hoivatyön keskeisiin tehtäviin. Esimerkiksi psyykkiset ongelmat tai päihdeongelma eivät aina ole helposti havaittavissa, mutta ne vaikuttavat voimakkaasti opiskelun ja ammatissa toimimisen edellytyksiin.

– On aivan perusteltua ajatella, ettei kuka tahansa ole pätevä arvioimaan soveltuvuutta, vaan psykologia on oma ammattitaitonsa. Toisaalta eräs vanhustyön johtaja toteaa, että tärkeää on nimenomaan nuorten pääsy opintoihin ja työnantaja saa sitten valita, keitä ottaa työhön. Samoin osa opetta-

jiista katsoo, että oma kokemukseen perustuva arvio riittää soveltuvuuden toteutukseksi. Samaan aikaan toiset kokevat vastuun soveltumattoman opiskelijan valinnasta raskaana, Soili Nevala kuvailee keskenään ristiriitaisia mutta tärkeitä perusteita eri näkemyksille.

Pohdittavaksi nousee myös se, missä vaiheessa alalle soveltuvuutta tarkastellaan: opiskelijavalinnassa, opintojen jo käynnistyttyä soveltamalla soveltumattomuuden ratkaisuja säätelevää SORAlakia vai työnantajan valitessa avoimeen tehtävään sopivinta tekijää?

Siinä missä soveltuvuuskokeen järjestäminen suurelle hakijajoukolle synnyttää kustannuksia, niitä syntyy myös keskeytyvistä opinnoista tai työhön siirtymisen viivästymisestä soveltumattomuuden vuoksi.

– Pitää muistaa myös, että lähihoitajan ammatin yleinen arvostus nojaa siihen, että opiskelijoiksi tulee motivoituneita ja soveltuvia ihmisiä, Nevala toteaa. ■

TOISET KOKEVAT VASTUUN SOVELTUMATTOMAN OPISKELIJAN VALINNASTA RASKAANA.

OMNIASSA KOKEET POISTUIVAT KEVÄÄLLÄ 2015

Espoon Omniassa lähihoitajakoulutuksen pääsy- ja soveltuvuuskokeesta luovuttiin kokonaan keväällä 2015. Rehtori Maija Aaltolan mukaan kokeiden merkitystä on pohdittu paljon.

– Erityisesti sosiaali- ja terveysalan kokeista oli ajan myötä syntynyt karsiva mekanismi, joka ei sopinut koulutus- ja nuorisotakuun henkeen. Pohdimme sitä, vastaavatko kokeet niille asetettuihin odotuksiin, ovatko ne yhdenvertaisia eri koulutuksissa ja oppilaitoksissa ja syrjivätkö esimerkiksi niiden maksut tiettyjä hakijoita, Aaltola kertoo.

Aaltola toteaa ammatillisen koulutuksen roolin muuttuneen. Keskille halutaan tarjota mahdollisuus, ja vastuu opiskelijan ohjaamisesta uudelleen paremmin sopivaan koulutukseen tai toiseen oppilaitokseen on koulutuksen järjestäjällä. SORA-lainsäädännön tarjoamaa mahdollisuutta perua opiskelupaikka Aaltola pitää hyvänä välineenä.

– Se on opiskelijan oikeusturvan kannalta parempi mekanismi kuin soveltumattomuuden toteaminen lyhyessä kokeessa.

Omniassa pääsy- ja soveltuvuuskokeesta luopuminen on koettu onnistuneena muutoksena. Se paitsi yhdenvertaista ja yksinkertaistaa kuviota hakijan kannalta myös joustavoittaa ja tehostaa opiskelijaksi ottamista. Opiskelijaksi hakevien määrään kokeista luopuminen ei ole vaikuttanut.



Suullista lääketietoutta saa apteekeista

Apteekkien farmaseutit ja proviisorit ovat avainasemassa oikean ja turvallisen lääketiedon jakamisessa suullisesti. Lääkkeistä viestittäessä kuluttaja saattaa liian usein törmätä vaikeaselkoiseen ammatitermistöön joko vastaanotolla tai esimerkiksi lääkkeiden käyttöohjeita lukiessaan. Suomen Farmasialiitto muistuttaa, että helposti ymmärrettävän suullisen lääketiedon tarve on suuri ja edelleen kasvussa. Tutkimukset ovat osoittaneet, että kuluttajista kaksi kolmasosaa lukee pakkausselosteet. Ne luetaan vain kerran ja useimmiten lääkkeeseen ensi kertaa tutustuttaessa.

Itsemurha traumatisoi monta läheistä

Suomessa kahdesta kolmeen ihmistä kuolee päivittäin itsemurhaan. Itsemurhaa yrittää vuosittain 10 000–20 000 ihmistä. Tapaukset aiheuttavat mittaamattoman määrään surua ja kärsimystä itsemurhaa yrittäneelle, itsemurhan tehneen läheisille sekä kaikille asian kanssa tekemisiin joutuville. Arvioidaan, että jokaisen itsemurhan tehneen ympärillä traumatisoituu vakavasti 4–6 ihmistä. Suomen Mielenterveysseura on jättänyt eduskunnalle esityksen kansallisesta itsemurhien ehkäisyohjelmasta, jonka tavoitteena on puolittaa itsemurhien määrä. Itsemurhien ehkäisyä vietetään 10. syyskuuta.



Opetusneuvos Aira Rajamäen mukaan ammatillisen koulutuksen tutkintouudistus mahdollistaa sen, että varsin monenlaista osaamista voidaan sisällyttää tutkintoon.

Hyvästi opintoviikot, nyt tulivat osaamispisteet

TEKSTI MINNA LYHTY KUVA JUKKA JÄRVELÄ

Lähihoitajatutkinto uudistui elokuussa. Tärkeintä on tästä lähtien osaaminen. Ei se, miten tiedot ja taidot on hankittu.

Ammatillisessa tutkintouudistuksessa siirryttiin opetuskeskeisestä ajattelusta oppimiskeskeiseen ja opiskelijälähtöiseen opiskeluun. Keskeiseksi tuli se, mitä lähihoitajan pitää osata valmistuttuaan.

Monella on osaamista jo ennen lähihoitajakoulutuksen aloittamista. Jotkut ovat työskennelleet sosiaali- ja terveysalan avustavissa tehtävissä ja toiset ovat hankkineet osaamista alaan liittyvien harrastusten parissa. Jos on jo

oppinut tutkinnon perusteissa vaadittavan asian, ei tarvitse istua teoriatunneilla opettelemassa asiaa alusta lähtien. Riittää, että osoittaa osaamisensa.

Tutkintouudistuksessa luovuttiin opiskeluaikaan perustuvista opintoviikoista. Tilalle tulivat osaamispisteet.

– Koulutuksen järjestäjä päättää, miten paljon käytetään aikaa kunkin tutkinnon osan opiskeluun oppilaitoksessa, kertoo opetusneuvos Aira Rajamäki Opetushallituksesta.

Tänä syksynä aloittaneet opiskelijat opiskelevat uusien tutkinnon perusteiden mukaan. Myös aiemmin aloittaneet opiskelijat noudattavat uusia määräyksiä.

– Jo suoritettujen tutkinnon osat tun-

nustetaan mahdollisimman hyvin osaksi tutkintoa. Nuorten ammatillisessa peruskoulutuksessa opintoviikot muutetaan osaamispisteiksi.

YKSILÖLLISIÄ OPINTOPOLKUJA

Tutkintouudistus mahdollistaa joustavan opiskelun.

– Henkilökohtainen opiskelusuunnitelma laaditaan jokaiselle. Sitä täydennetään päivittäin säännöllisesti. Ei riitä, että opintojen alussa keskustellaan kerran, Rajamäki painottaa.

Uudistuksessa lisättiin joustavia tutkinnon suorittamistapoja. Tutkinnon osa, esimerkiksi osaamisala, on mahdol-

TUTKINTOA EI SAA SUPISTAA

Ammatillisen koulutuksen lyhentämistä kaksivuotiseksi esitettiin hallitusohjelmassa. Ehdotuksen taustalla on toive siitä, että opiskelijat siirtyisivät nopeammin työelämään ja työurat pidentyisivät.

Opetusneuvos Aira Rajamäki ei näe perusteita ammatillisen peruskoulutuksen lyhentämiselle. Nuorten ammatillinen peruskoulutus on laajuudeltaan 180 osaamispistettä, jonka opiskelu kestää pääsääntöisesti kolme vuotta. Toki henkilökohtainen opiskelusuunnitelma mahdollistaa myös nopeamman suoritusajan.

– Ammattiin kasvaminen vaatii aikaa. Lähihoitajatutkinnon laajuus ja vaatimukset edellyttävät motivoitunutta opiskelua ja oppimista ennen kuin osaamisen voi osoittaa aidoissa työelämän tilanteissa.

Tutkinnon supistaminen asettaisi opiskelijat epätasa-arvoiseen asemaan.

– Pidän tärkeänä sitä, että ammatillinen koulutus antaa jatko-opintokelpoisuuden korkeakouluihin. Ammatillisen tutkinnon suorittaneilla pitää olla yhdenvertaiset lähtökohdat lukiolaisten kanssa.

VIEKÖ KOULUTUSKOKEILU AJASSA TAAKSEPÄIN?

Perustason ensihoidon kokeilu on meneillään viidessä ammatti- ja aikuisopistossa vuosina 2014–2018. Koulutus on herättänyt kysymyksen siitä, onko tarkoitus palata yli kaksikymmentä vuotta vanhaan tutkintojärjestelmään, jossa lähihoitajien osaamisalat olivat erillisiä tutkintoja.

– Ei ole tarkoitus muodostaa uutta tutkintoa. Tästä kokeilusta valmistuneet hoitajat ovat lähihoitajia, joilla on syvällistä osaamista perustason ensihoidon tehtäviin. He voivat valmistuttuaan työskennellä muualakin kuin ensihoidossa. Ainoastaan varhaiskasvatuksen osaaminen jää heillä heikommaksi kuin muilla lähihoitajaopiskelijoilla, opetusneuvos Aira Rajamäki kertoo.

lista tehdä oppisopimuksella tai näyttötutkintona, vaikka opiskelisi nuorisoasteella muut tutkinnon osat.

– Myös opiskelun ja työelämän suunnitelmallinen vuorottelu on mahdollista. Opiskelija voi olla välillä töissä ja palata opintoihin. Toki opiskeluaika voi venyä jonkin verran.

Uudistus lisää opintojen valinnan mahdollisuutta. Tutkintoon voi sisällyttää esimerkiksi tutkinnon osan toisesta perustutkinnosta, ammattitutkinnosta tai erikoisammattitutkinnosta. On mahdollista opiskella myös enemmän kuin vaadittavat 180 osaamispistettä. Ammattitaitoaan voi laajentaa esimerkiksi opiskelemalla kaksi osaamisalaa.

Tutkintouudistus muuttaa tutkinnon rakenteita. Tutkinnon yhteiset osat, kuten äidinkielen ja matematiikan opinnot, koottiin isompiin kokonaisuuksiin. Ammatillisiin opintoihin ei tullut merkittäviä muutoksia, mutta tänä syksynä on tarkoitus aloittaa niiden uudistamistyö.

– Ammatillisia tutkinnon osia pitää uudistaa ajoittain, sillä säädökset muuttuvat ja työelämässä tapahtuu muutoksia, esimerkiksi tulee uusia työtapoja. Pitää pohtia, mitä muutokset tarkoittavat osaamisen näkökulmasta ja miten muutetaan tutkinnon perusteita. Osaamisen pitää olla aina tulevaisuuteen suuntautunutta. ■

Liikunta mukana kuntien strategioissa

Liikunnan edistäminen osana kuntien strategista suunnittelua on yleistynyt. Noin kaksi kolmesta kuntastrategiasta, eli 63 prosenttia, nostaa esiin liikuntakäsymykset. Hyvinvointipolitiikkaa kuvaavissa laajoissa hyvinvointikertomuksissa kuvaukset kuntalaisten liikunta-aktiivisuudesta olivat yleistyneet merkittävästi. Vuonna 2014 miltei puolet kunnista raportoiti kuvauksen sisältyvän hyvinvointikertomukseen, kun vuonna 2010 näin teki vain 16 prosenttia kunnista.



Fyysisesti raskas työ ei ehkäise sydäntauteja eikä pidennä elinikää

Vapaa-ajan liikunta ehkäisee sydänsairauksia ja pidentää elinikää, mutta työperäisen liikunnan vaikutuksista on ristiriitaisempaa tietoa. Tuoreen tutkimuksen perusteella ainakaan raskasta tehdastyötä tekevät eivät saa työstään terveyshyötyjä, päinvastoin, se voi jopa lyhentää elinikää. Tulokset osoittivat, että fyysisesti kohtalaisen tai erittäin raskasta työtä tekevät menehtyivät seurannan aikana selvästi todennäköisemmin kuin miehet, jotka harrastivat liikuntaa vapaa-ajallaan. Suurin kuolleisuus oli miehillä, jotka eivät harrastaneet liikuntaa vapaa-ajallaan, mutta tekivät fyysisesti kohtalaisen tai erittäin raskasta työtä.



Hiusten värjäämisestä rintasyöpää?

Hiuksiaan värjänneillä naisilla on havaittu 23 prosenttia suurempi riski sairastua rintasyöpään kuin naisilla, jotka eivät värjänneet hiuksiaan. Tulos perustuu suomalaistutkimukseen, johon osallistui lähes 30 000 naista. Yksi selitys tutkimuksessa havaitulle kohonneelle rintasyöpäriskille voisi olla hiusväreissä yleisesti käytetyn parafenyleeni-diamiinin sisältämät epäpuhtaudet. Hiusvärien roolista rintasyövän synnyssä on aiemmissa tutkimuksissa saatu vaihtelevia tuloksia. Mahdollinen riskin lisäys on yksittäisen henkilön kohdalla pieni, mutta väestötasolla vaikutus voi olla merkittävä, kun otetaan huomioon hiusvärien käytön yleisyys. Tavallisin hiusvärien aiheuttama terveyshaista on ihokosketusallergia.

STT INFO

INGIMAGE

TIESITKÖ:

15 vuotta täyttänyt suomalainen nautti viime vuonna keskimäärin 11,2 litraa sataprosenttista alkoholia.



Lihavuusleikkauksesta apua virtsankarkailuun

Lihavuusleikkauksen läpikäyneet voivat päästä liikakilojensa lisäksi myös virtsankarkailusta. Ylipaino on tunnettu virtsankarkailun riskitekijä. Nyt julkaistut tulokset perustuvat yhdysvaltalais tutkimukseen, jossa 2000 lihavuusleikkauksen läpikäynyttä potilasta seurattiin kolmen vuoden ajan leikkauksen jälkeen. Kolmen vuoden kuluessa lihavuusleikkauksesta enää vain 25 prosenttia naisista ja 12 prosenttia miehistä kärsi virtsankarkailusta.

DUODECIM

Musiikki vähentää leikkaukipuja

Musiikin kuunteleminen leikkauksen aikana voi brittitutkijoiden mukaan vähentää potilaiden kipuja sekä lievittää ahdistusta. Musiikki tepsii jopa nukuksen aikana. Musiikin vaikutus oli sama kuunteli potilas musiikkia ennen leikkausta, sen aikana tai pian leikkauksen jälkeen. Tulokset perustuvat noin 7000 potilastapaukseen ja yli 70 tutkimuksen aineistoihin ja niiden yhteisanalyysiin.

DUODECIM



Mausteista lisää ikää

Runsaasti ja voimakkaasti maustettuja ruokia suosivat saattavat elää hieman muita pitemmän elämän, tuore kiinalaistutkimus osoittaa. Yhteys koskee lähinnä erilaisia chilejä. Kun tutkijat yhdistivät tiedot osallistujien ruokavaliosta tietoihin kuolleisuudesta, he havaitsivat voimakkaasti maustettuja ruokia päivittäin nauttivien kuolleisuuden 14 prosenttia alhaisemmaksi kuin osallistujien, jotka eivät syöneet chiliruokia lainkaan. Chilliruokiin liitetty terveyshyödyt voivat johtua chilin sisältämästä kapsaisiinista, joka on yhdistetty monenlaisiin suotuisiin terveysvaikutuksiin.

DUODECIM

ELOKUUN KYSYMYS OLI:

Osallistuitko kesätapahtumiin?

KYLLÄ
70%

- Kesällä on ihmisten iloisuus ja sosiaalisuus parhaimmillaan kaikenlaisissa tapahtumissa.
- Mukavaa yhdessäoloa!
- Järjestettiin omalla takapihalla mieheni kanssa pienimuotoinen rockfestari. Vieraita noin 40 ja bändi ja kaikki. Pitihän sitä omiin osallistua, kun sain vapaankin järjestettyä, kiitos listantekijän!
- Mukavaa kesäistä ajanvietettä ulkosalla ystävien kanssa.
- Kyllä kesäteatterissa on mukavaa käydä joka kesä, vaikka useammassakin.
- Festareille mennään joka kesä, jees!
- Mahtava esitys kesäteatterissa Jamppa Tuomisen elämästä. Kaunis esityspaikka joen rannalla.
- Jos lavatanssit lasketaan, niin kyllä vain.
- Kesäteatteri kruunaa kesän!

EN
30%

- Ei ollut aikaa.
- Ei ollut sopivaa tapahtumaa lomalla.
- Ilmat eivät lomallani suosineet ulkoilmatapahtumia.
- Lomalla lomaillaan ilman aikatauluja eli ei käydä missään järjestetyissä tapahtumissa.

SYYSKUUN KYSYMYS LÖYTYY SUPERIN JÄSENSIVUILTA KOHDASTA SUPER-LEHTI. KAIKKIEN 20.9. MENNESSÄ VASTANNEIDEN KESKEN ARVOTAAN SUPER-LEHDEN KÄTEVÄ AAMIAISTARJOTIN, JONKA ON SUUNNITELLUT KUVITTAJA SALLA PYYKÖLÄ. ELOKUUN ARVOTTIIN KYLMÄKASSI JA ARPA SUOSI SEIJA RUISMÄKEÄ SEINÄJOELTA. ONNITTELUT!



MUUT LEHDET

// Jos emme toimi nyt, 20 vuoden päästä kuka tahansa meistä voi kuolla jouduttuaan sairaalaan pie-
neen leikkaukseen, sillä tavallisia tu-
lehduksia ei enää pystytä hoitamaan
antibiooteilla."

INFEKTIO RISKEISTÄ VAROITAVA
BRITTLÄINEN Terveysviranomaisen
SALLY DAVIES
Tiede 8/2015

// Mies saattaa taluttaa vaimonsa tän-
ne ja sanoa, että tee sille jotain, sillä
on hormonikierukka, eikä se halua.
Haluttomuus saattaa kuitenkin joh-
tua siitä, että mies ei vie roskia eikä
osallistu arkeen muutenkaan."

GYNEKOLOGI, SEKSOLOGI
ANNELI KIVIJÄRVI
SUOMEN KUVALEHTI 32/2015

30 VUOTTA SITTEN



Lehti esitteli
ammattiosas-
tojen toimin-
taa. Juttu pe-
rustui toimin-
takertomuk-
siin. Tarkoi-
tuksena oli
selvittää, mi-
tä muuta

osastoissa tehtiin edunvalvonnan ja
pakollisten kokouskuvien lisäksi.
Kemissä oli pyöräily ja pidetty laulu-
tunteja. Raahan seudulla ohjelmassa
oli ollut muun muassa ompeluiltoja.
Orimattilassa pidettiin tanssikurssi ja
meikkikutsut. Lahdessa tanssiaiset
pidettiin yhdessä toimiupseerien ja
tehtyisten kanssa. Vaalan 11-jäseni-
sessä ammattiosastossa asiat suju-
vat kodikkaasti:

"Jäsenkokouksia on pidetty yksityisko-
deissa, näin on ollut viihtyisämpää."

PERUSHOITAJA 8-9/1985

Janika tarjoaa Tulista tacosalaattia

TEKSTI JA KUVAT MARJO SAJANTOLA

Kaksoistutkinnon suorittaminen on nuorelle suuri haaste.
Tulisen ruuan ystävä haastaa makunystyränsä. Janika Kontola pitää haasteista.

Kaksoistutkintoa suorittava Janika Kontola valmistui keväällä lähihoitajaksi. Ylioppilastutkinnosta puuttuvat enää vain matematiikan ja ruotsin kirjoitukset, jotka ovat edessä nyt syksyllä. Kahden tutkinnon yhtäaikainen suorittaminen vaatii vahvaa opiskelumotivaatiota ja sitoutumista välillä hyvinkin tiukkoihin aikatauluihin.

Joskus opinnot menevät väkisin päällekkäin, eikä kaikille oppitunneille voi osallistua. Janika opiskelikin verkon välityksellä ammattienglannin itsenäisesti ja ravitsemustietouden kahden muun kaksoistutkintoa suorittavan opiskelijan kanssa. He tenttivät aineet netin kautta kotona.

Janika suoritti myös valinnaisena aineena olleen yrittäjyyden verkossa itse opiskelemalla. Hänen mielestään itsenäinen opiskelu ei välttämättä sovi kaikille, sillä se vaatii runsaasti itsekuria, eikä ryhmän tukea ole aina saatavilla sähköisesti.

– Opiskelussa on ollut jaksoja, jolloin pystyin omistautumaan vain koululle. Kun olin aamulla työssäoppimisjaksoilla, illalla lukiossa ja seuraavana aamuna taas aamuvuorossa työpaikalla oppimassa, ei siinä muuta ehtinyt ajatella. Koskaan ei kuitenkaan tuntunut siltä, että olisin halunnut lopettaa kesken. Olen aina halunnut haastaa itseäni.

Sairaanhoidon ja huolenpidon koulutusohjelmasta valmistuneena Janika Kontola kokee kaiken opiskelemaisensa tarpeelliseksi. Hän toteaa olevansa tekemällä oppija, joten työssäoppimisjaksot olivat hänen mielestään opiskelussa parasta, sillä niillä oppi uutta ja pääsi syventämään teoriaopintoja.

Alkukesällä julkisuuteen tullut tavoite ammatillisen koulutuksen lyhentämisestä kahteen vuoteen ei saa Janikalta kannatusta.

– Se ei lähihoitajille riitä. Eiväthän kaikki valmistuneet nuoret ole kolmenkaan opiskeluvuoden jälkeen kypsiä työelämään. Lähihoitaja ei ole mikään helppo ammatti. Työ-

hön kuuluu kohdata vaikeasti sairaita ihmisiä ja kuolemaakin. Myös tukea tarvitsevien omaisten kanssa on selviydyttävä. Mielestäni sekin vaatii tietynlaista kypsyyttä, että osaa kohdata oikein erilaiset ihmiset. Tosin pelkkä ikähän ei hoidajuutta kirkasta.

Kesäkuussa 20 vuotta täyttänyt lähihoitaja kokee hoitoalan omakseen. Siihen on ehkä vaikuttanut se, että oma äiti on lähihoitaja ja mummu kodinhoitaja. Olennaisinta alan valinnassa on kuitenkin työn tärkeys ja tarpeellisuus.

– Minulle työssä ykkösjuttu on auttaminen. Se, että saan tuotettua hoidettavalleni mahdollisimman hyvän olon.

Janika on tehnyt opiskeluaikana satunnaisesti keikkaa. Kesätoissa hän oli jo vuosi sitten. Viimeisen työssäoppimisjaksonsa hän suoritti Tampereen kaupungin Hatanpään sairaalassa. Hän sai sieltä valmistumisensa jälkeen kesätoita yleislääketieteen vuodeosastolta, jossa hoidetaan lyhytaikaista, päivystysluonteista sairaalahoitoa vaativia potilaita.

– Työ opettaa lisää joka päivä. Osastolla olen kohdannut kaikenlaisia potilaita, haastaviakin, mutta en ole pelännyt ketään. Osaan huolehtia siitä, että minulla on avoin poistumistie. Työkavereiltakin olen aina saanut tarvittaessa apua. Se on tosi mukava työyhteisö, ja vaikka olen nuori, mukaan ei ole vähätelty osaamistani.

Janika kehuu myös työssäoppimisjaksoillaan saamaansa kohtelua. Hänen ohjaajansa olivat olleet helposti lähestyttäviä työkavereita, joille opiskelija oli kehdannut esittää tyhmänäkin pitämäänsä kysymyksiä.

– Opiskelussa oli tärkeää, että sain näyttää osaamistani ja sain siitä suoraa palautetta. Sain myös tietynlaista vastuuta. Minulle paras tapa oppia on tehdä itse esimerkin jälkeen, ilman että ohjaaja hengittää koko ajan niskaan.

Tuore lähihoitaja on myös oppinut kyseenalaistamaan työelämän rutiineita tarvittaessa. Vastavalmistuneella on viimeisin tieto, jota työkaveritkin voisivat hyödyntää. ■

**MINULLE TYÖSSÄ
YKKÖSJUTTU ON
AUTTAMINEN. SE, ETTÄ
SAAN TUOTETTUA
HOIDETTAVALLENI
MAHDOLLISIMMAN
HYVÄN OLON.**



Tulinen tacosalaatti

- 700 g jauhelihaa
- Texmex taco -maustepussi
- pieni jäävuorisalaattikerä tai puolet suuresta
- kurkku
- paprika tai vaihtoehtoisesti kirsikka-tomaatteja
- 2 purkkia kermaviiliä
- 2 pussia Ranch-mausteseosta
- taco-sipsejä

Sekoita Ranch-pussit hyvin kermaviiliin joukkoon ja jätä tekeytymään. Paahda jauheliha murusiksi, mausta Texmex taco -mausteella ja anna jäähtyä haaleaksi sillä aikaa, kun pilkot kasvikset. Sekoita kaikki aineet ja murustele taco-sipsejä joukkoon. Hyvää myös seuraavana päivänä.





HAMMASHOITAJAN KÄDET OVAT VIKKELÄT JA VARMAT

TEKSTI JA KUVAT HENRIKKA HAKKALA

Kun hammaslääkärin käsi liikahtaa potilaan suussa, tarvittavan instrumentin on oltava valmiina. Hammashoitaja Pia Liias-Fält varmistaa onnistuneet asiakastilanteet täsmällisellä työllään niin asiakkaan hampaita tutkittaessa, välinehuollossa kuin potilasvaihtojen aikana.

Kirkas elokuun aamu ei vielä ole ehtinyt lämmetä, kun Pia Liias-Fältin työpäivä Kouvolan Hammaslääkärikeskuksessa alkaa. Vaihdettuun ylleen työvaatteet Pia alkaa valmistella hoituhuone kakkosta tulevaa päivää varten. Hän tekee siellä tänään töitä hammaslääkäri Reijo Koskelan työparina.

Pia pesee ja desinfioi kätensä ja vetää käsiinsä hopeanharmaat suojahanskat. Sitten hän puhdistaa työtasot ja tuolin sekä laskee vettä hanoista. Jalkaterä painaa ohi kävellessä auki hoitotuolin katkaisinta ja tuoli käynnistyy. Sitten hän tekee tarvittavat veden juoksutukset ja imut laitteille. Lopuksi hän viimeistelee valmistelut pyyhkimällä instrumenttisillan ja imut. Ohimennen napsahtaa päälle myös radio. Se tuo huoneeseen muutakin kuultavaa kuin instrumenteista kuuluvan rohinan, kilinän ja sirinän.

Kolmen hoituhuoneen hammaslääkärikeskus on ollut Pian työpaikka vajaan vuoden. Aiemmat lähihoitajan tehtävät vaihtuivat kolme vuotta sitten suun terveydenhuollon osaamisalan opintoihin. Useimpiin tehtäviin on täälläkin jo ehtinyt syntyä hyvät, omannäköiset rutiinit ja samanlaisena toistuva työjärjestys. Ne auttavat varmistamaan, että kaikki tulee tehdyksi.

– Kaiken pitää mennä oikein, vaikkei kukaan tässä valvo työtäni. Vaadin omalta työltäni sellaista hygienisyyden tasoa, että kävisin itse mielelläni hoidettavaksi tähän, Pia toteaa vetäessään suojahuppua hoitotuolin niskatuen päälle.

Tulostettu työlista on hammashoitajalle kätevä työväline, sillä se kertoo lyhyesti, kuinka pitkä aika asiakkaalle on varattu ja millä perusteella. Pia kiinnittää listan röntgenlaitteen te-

lineeseen paikkaan, josta hän näkee sen vaivatta avustaessaan hammaslääkäriä. Lista auttaa ennakoimaan, mitä hoitotuolin tarjottimelle on syytä kerätä vakioinstrumenttien, siis peilin, sondin ja atuloiden lisäksi.

– Meillä onkin oikeastaan kaikenlaista tulossa tänään. On paikkausta, juurihoitoa, tarkastusta ja on siellä yksi hampaan poistokin.

Huone on valmiina muutama minuutti ennen kahdeksaa, joten Pia ehtii vielä siemaista vettä työkavereiden kanssa.

HIOUTUNUTTA YHTEISTYÖTÄ

Hammaslääkäri Reijo Koskela kutsuu päivän ensimmäisen asiakkaan sisään. Asiakas asettuu tuoliin, jonka Pia Liias-Fält laskee makuuasentoon. Sitten Pia asettaa suojaliinan asiakkaan kaulalle sekä pukee omille kasvoilleen suojamas- kin ja silmälasit.

– Silmälasit ovat nollavahvuuksilla, ne toimivat suojalaseina. Hankin ne, kun työvaate on tällainen pyjama ja niissä on kuitenkin vähän tätä pinkkiä sangoissa, Pia hymyilee.

Desinfioituaan jälleen kätensä ja puettuaan suojahanskat Pia asettuu paikoilleen asiakkaan pääpuoleen vastapäätä hammaslääkäriä. Hammaslääkäri tutkii asiakasta vaivaavaa hammasta ja pyytää Pialta käsipeiliä sekä puudutusvälineitä. Ensin hän näyttää peilin avulla asiakkaalle, mistä on kyse ja annostelee sitten puudutteen ikeneen.

Sen vaikuttaessa Pia pyyhkäisee vesiroiskeen asiakkaan suupielestä ja noukkii sitten atuloilla niille varatusta astiasta ►

Asiakkaat saavat joutuisaa palvelua, kun hammas-
hoitaja Pia Liias-Fält sovittaa oman työskentelynsä
saumattomasti hammaslääkärin käsialaan.



Silmälasit ja maski suojaavat hammashoitajan kasvoja hampaita hoidettaessa syntyviltä roiskeilta.

desinfiointiliinoja. Niillä hän pyyhkii käsipeilin ja palauttaa sen paikalleen.

Mitään kaappia tai laatikkoa ei pidetä avoimena, vaan niistä otetaan vain kulloinkin tarvittavat välineet. Siihen käytetään nimenomaan atuloita, jolloin kaappien sisältö pysyy puhtaana.

– On yllättävää, miten kauas näkymättömän pienet pisarat tästä voivat lentää. Roiskeita voi olla oikeastaan missä vain, Pia selittää ja imee imuputkella vettä pois asiakkaan suusta.

Työparin yhteistyö on saumaton-

ta – melkein huomaamattoman pienet eleet tuntuvat kertovan, mitä seuraavaksi tehdään. Ainoat sanat, jotka huoneessa kuuluvat, laulaa Vicky Rosti radiossa. Pia ojentaa hammaslääkärille pihdit, joihin on kiinnittänyt punaisen väripaperin. Sen avulla hammaslääkäri tutkii, mistä paikkaa on vielä hiottava.

Puolituntinen kuluu keskittyneessä työssä nopeasti. Pian työn usein kiireisin osa on käsillä. Hoituhuone pitää saattaa valmiiksi seuraavaa asiakasta varten.

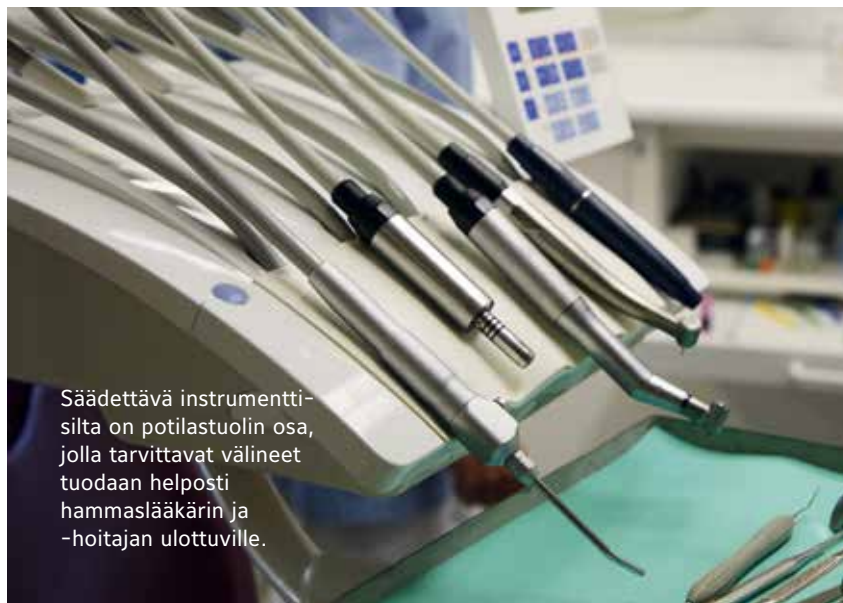
POTILASVAIHTO PIKAVAUHDILLA

Huoneen pitää olla yhtä puhdas ja valmis niin ennen päivän ensimmäistä kuin ennen viimeistäkin asiakasta. Siksi potilasvaihdoksi kutsuttu sarja tehtäviä on syytä hoitaa aina huolella.

– Jos asiakkaan hoito vie koko varatun ajan, jää minulle tätä varten hyvin lyhyt hetki. Pysin olemaan mahdollisimman järjestelmällinen ja nopea, Pia Liias-Fält selittää laittaessaan asiakkaan suojaliinaa ja hoitotuolin niskatuen suojusta kannelliseen roskikseen ja vetää mukillisen vettä imuletkuun.

Siivousta varten Pia vaihtaa uudet suojakäsineet. Hän pyyhkii niin sivupöydän, kaapin rullaovet, kahvat ja tasot kuin instrumenttisillan, hoitotuolin ja imut. Myös kohdevalaisin saa perusteellisen pyyhinnän. Kun niskatuki on vielä huputettu, huone on valmis vastaanottamaan seuraavan asiakkaan. Pia nostaa käsiinsä käytettyjä instrumentteja täynnä olevan tarjottimen ja astelee ripeästi välinehuoltohuoneeseen.

– Minulla on sellainen periaate, että en lähde hoituhuoneesta pois ennen kuin se on valmis seuraavalle asiakkaalle. Silloin hammaslääkäri voi pyytää asiakkaan sisään huoneeseen, vaikkon olisi vielä ehtinyt palata. Se on sellaista omaa tehostamista.



Säädettävä instrumenttisilta on potilastuolin osa, jolla tarvittavat välineet tuodaan helposti hammaslääkärin ja -hoitajan ulottuville.

KAIKILLA OMA KÄSIALANSA

Pia Liias-Fält lähti opiskelemaan suun terveydenhuollon osaamisalaa täydentääkseen ammattitaitoaan ja pitääkseen pientä taukoa silloisesta vaativasta työstä.

– Kotihoidossa oli antoisaa ja ihanaa, pidin hurjasti siitä työstä ja asiakkaista, joiden luona kävimme. Meillä oli hyvä jengi ja haikein mielin sieltä lähdin. Mutta jotenkin tuntui, että voisin katsoa muutakin. Lisäksi hammashoitajan tehtävä on yksi harvoista lähihoitajan tehtävistä, joissa voi tehdä päivätyötä.

Suun terveydenhuollon opinnot osoittautuivat monipuolisemmiksi ja kattavammiksi kuin Pia oli etukäteen arvellut.

– Välillä sitä ihmetteli, että tähän on ihan oma maailmansa.

Instrumenttien ojentaminen on vain pieni osa vaihtelevaa työtä. Yhtä tärkeää on hallita suuri määrä välineitä ja aineita, toimintatavat hoitotilanteessa ja välinehuollossa sekä asiakaspalvelu niin ajanvarauksessa ja laskutuksessa kuin potilasta hoidettaessa.

– Opinnoissa kaikki potilasvaihdon tehtävät opeteltiin perusteellisesti, mutta itse työssä oppii sen, miten ne tässä tilassa järkevimmin hoitaa. Samoin jokaisella hammaslääkärillä on oma käsialansa, johon hammashoitaja sovitaa oman työnsä. Sanotaan vaikka niin, että samaan tulokseen voidaan päästä usealla eri tavalla.

Päivä etenee puolen tunnin lohkois-
sa. Proteesin sopivuutta parannetaan ja juurihoidettavaan hampaaseen laitetaan uusi lääkeaine. Pia ohentaa hammaslääkärille ohuita neuloja, jolla lääkäri työstää juurikanavia.

Kirkas aamupäivän aurinko heijastuu huoneeseen käsienspesualtaan yläpuolisesta peilistä. Pia huolehtii pienillä kysymyksillä asiakkaiden hyvinvoinnista. Suojalaseja hän tarjoaa ennen kuin hoito aloitetaan, ja sen aikana imee rohisevalla imuputkella nieluun yskittämään valuvan veden.

– Annatko muovinstrumentin. Ja laita neljän sekunnin valo tähän, hammaslääkäri Reijo Koskela pyytää.

Pia tarttuu hoitotuolin koneistoon joustavalla varrella kiinnitettyyn letkuun, jonka päähän on kiinnitetty kaareva valopää. Sen antamalla ultravioletti-valolla kovetetaan hampaiden paikkauksessa käytettäviä aineita. Samalla hän

pitelee toisella kädellään valon edessä omia silmiään suojaavaa oranssia läpinäkyvää levyä.

JOKAINEN HETKI KÄYTETÄÄN HYÖDYKSI

Seuraavan asiakkaan hammastarkastus sujuu odotettua nopeammin. Siistittyään huoneen Pia Liias-Fält vie käytetyt välineet välinehoituhuoneeseen, asettaa kulmakappaleet DAC-laitteeseen ja käynnistää sen. Sitten hän siirtyy pöydän ääreen pussittamaan tarvittavia juurihoitoneuloja tulevia juurihoitoja varten.

– Nämä pienet renkaat liikkuvat neuiloissa. Ne ovat työväline hammaslääkärille juurihoitoa tehdessä, Pia selittää ujuttaessaan renkaita paikalleen.

Hammaslääkäri kutsuu käytävältä

asiakkaan sisään ja Pia jättää neulojen valmistelun kesken kiiruhtaakseen aulan poikki hoituhuoneeseen. Hän huikkaa ohi mennessään vastaanotossa työskentelevälle kollegalleen, että jatkaa niiden kanssa myöhemmin.

– Hyvä asentohan tässä tuolissa on, muttei oikein nukuta. Eikö ole kumma juttu, virkkoo asiakas asetuttuaan hoidettavaksi.

Hammaslääkäri Reijo Koskela ja Pia hymähtävät. Pieni juttelu rentouttaa asiakkaita, joista monella on ikäviä muistoja lapsuusajan hammaslääkäreistä. Työn tekemisen tapa ja välineet ovat onneksi kehittyneet ja hoidossa pyritään nykyään aina olemaan mahdollisimman helppiä.

– Eikö olekin hullua. Jos nykyään tekisi sillä tavoin, ei kauaa saisi näitä töitä tehdä, hammaslääkäri hymyilee ja ▶

VAADIN OMALTA TYÖLTÄNI SELLAISTA HYGIENISYYDEN TASOA, ETTÄ KÄVISIN ITSE MIELELLÄNI HOIDETTAVAKSI TÄHÄN.



Jokaisen työpäivän päätteeksi Pia Liias-Fält siivoaa hoituhuoneen perusteellisesti seuraavaa aamua varten.

asettaa suojamaskin kasvoilleen ja hanskat käteensä ryhtyäkseen työhön.

Seuraava potilas tulee yhdeltä. Ennen ruokataukoaan Pia tekee siksi vielä töitä välinehuoltohuoneessa. Hän nostaa puhtaat instrumentit puhtaalle puolelle pöytää, kuivaa ne ja laittaa ne siisteihin riveihin omille tarjottimilleen. Osan instrumenteista hän pussittaa ja sinetöi pussit kuumasau-
maajalla. Lopuksi instrumentit laitetaan autoklaaviin steriloitumaan.

– Meillä välinehuoltoa tekevät kaikki hammashoitajat päivän aikana. Välinehuoltoon kuuluu viikkohuolto ja se on minun vastuualueeni. Lisäksi apteekkitilaukset tulevat vastu-
alueekseni, kunhan olen perehtynyt niihin, Pia kertoo.

Hän vilkaisee hoituhuoneessa työlistansa ja hakee sitten röntgenhuoneesta sähköveitsilaitteen. Sitä tarvitaan hoito-
huoneessa lounastauon jälkeen.

ONKO OLO IHAN HYVÄ?

– Hetki vain, pääsette nielaisemaan välillä, Pia Liias-Fält sa-
noo, kun asiakasta yskittää kovasti.

Hammaslääkärin tehdessä omaa tarkkaa työtään, hammas-
hoitaja sekä avustaa häntä että seuraa asiakkaan vointia. Tar-
vittaessa voidaan pitää pieni tauko tai antaa vettä juotavaksi.

Seuraava asiakas ilmoittaa sisään astuessaan, että neulat pe-
lottavat. Reijo Koskela päättää, että ientä pintapuudutetaan
ensin, jotta varsinainen puudutusneula ei tekisi kipeää. Pia

piipahtaa huoneen ulkopuolella hakemassa tarvittavia välinei-
tä. Jos jokin väline ei löydy, tai jokin toimenpide ei ole Pialle
vielä tuttu, talon tapa on, että apua ja neuvoja saa aina.

– Täällä ollaan hyvin avuliaita. Jos en tunne jotakin toi-
mintatapaa tarkasti, saan neuvoja täällä minua pidempään
työskennelleiltä kollegoilta.

Hammaslääkärin ryhtyessä työhönsä Pia pyyhkii pin-
tapuudutepullon ja asettaa sen paikalleen. Hammas, jo-
ta ei voitu pelastaa, irtoaa siististi ja kokonaisena. Pia nos-
taa tuolin istuma-asentoon ja irrottaa suojaliinan asiak-
kaan kaulalta.

– Ei ole kiirettä seisomaan, voitte istua hetken ihan rauhassa.

Viimeisen potilaan aika alkaa vartin yli kolmelta. Asiakas
kertoo vihlonnasta ja hammaslääkäri tekee tarkastuksen. Pia
istuu koneelle kirjaamaan tiedot järjestelmään. Koodikielei-
tä kuulostava sanelu kertoo täsmälleen, mikä tilanne kussa-
kin hampaassa on.

Kun vihlova hammas on saanut pintaansa suojalakkaa ja
hoito on valmis, on Pian päivä loppusiivousta vaille valmis.
Hoituhuone saa perusteellisen putsauksen.

Pia kääntää letkut ojennukseen, kun kaikki tarpeellinen
huoneessa on tehty. Kaappien ovet ja kahvat, työtasot, koh-
delamppu, hoitotuoli ja omat työtuolit hän pyyhkii kauttaal-
taan. Lopuksi hän vielä vaihtaa roskapussit. Koko päivän ik-
kunan läpi kiusoitellut aurinko paistaa yhä.

– En malta odottaa, että pääsen ulos lämpimään, Pia
hymyilee. ■



Tänään töissä

KUKA

Kymenlaaksossa Koriolla asuva Pia
Liias-Fält työskentelee hammas-
hoitajana Med Groupin Kouvolan
Hammaslääkärikeskuksessa.

TYÖURA

Valmistui lähihoitajaksi vuonna
2005 kuntoutuksen osaamisalal-
ta. On työskennellyt lähihoitaja-
na muun muassa palvelukeskuk-
sen ryhmäkodissa, vuodeosastolla,
päiväkodissa sekä kuuden vuoden
ajan kotihoidossa. Aloitti suun ter-
veydenhuollon osaamisalan opinnot
Lahdessa vuonna 2013. Valmistut-
tuaan palasi vielä vajaan vuodek-
si silloiseen työpaikkaansa, kunnes
lokakuun lopussa 2014 aloitti ham-
mashoitajana Kouvolan Hammas-
lääkärikeskuksessa.

PERHE

Mies ja 15- ja 18-vuotiaat pojat.

HARRASTUKSET

Kevyt ulkoilu. Uudet lenkkikossut on
hankittu ja niitä pitäisi päästä käyttä-
mään. Kotona kotihommat ja välillä
pienää matkustelua ja mökkeilyä.

HAASTAVINTA TYÖSSÄ

Korkean hygieniatason ja kiireisten
potilasvaihtojen yhteensovittaminen
vaatii välillä kovaa työtahtia.

PARASTA TYÖSSÄ

Asiakkaat, joiden olo hoitotuolis-
ta noustessa on hyvä ja tyytyväinen.
Heitä varten Pia tekee työtään.

Uuden keskusjärjestön suunnittelu etenee

TEKSTI JA KUVA SONJA KÄHKÖNEN

Uusi keskusjärjestö -selvityshankkeen työstäminen jatkuu syksyllä. SuPer on mukana neljässä sisältöjä suunnittelevassa työryhmässä. Keväällä liitot päättävät, onko uuden keskusjärjestön perustamiselle riittävät edellytykset.

Uuden palkansaajakeskusjärjestön toiminnan sisältöä ryhdytään rakentamaan syksyllä. Hankkeen ohjausryhmä nimesi elokuun lopussa neljän uuden työryhmän jäsenet ja puheenjohtajat. Työryhmien tehtävänä on luoda ehdotuksia uuden keskusjärjestön toimintaan.

Myös SuPer vaikuttaa työryhmissä: puheenjohtaja Silja Paavola sääntö- ja hallintomalliryhmässä, edunvalvontajohtaja Anne Sainila-Vaarno työmarkkinaedunvalvonnan ja yhteiskuntavaikeuttamisen ryhmässä, kehittämisjohtaja Jussi Salo koulutus-, työvoima- ja elinkeinopolitiikan ryhmässä ja toiminnanjohtaja Arja Niittynen järjestöllistä toimintaa pohtivasta työryhmässä.

– Olemme tyytyväisiä, sillä saimme paikat SuPerin kannalta tärkeimmistä sisältöryhmistä. Tärkeimpänä pidimme pääsyä sääntö- ja hallintomalliryhmään, jossa hahmotellaan uuden keskusjärjestön säännöt ja toimintamallit.

Paavolan mukaan SuPerin tavoite on, että Uusi keskusjärjestö -hankkeen selvitys tehdään huolellisesti. Siten voidaan rakentaa useita ammattikuntia edustava, vahva keskusjärjestö. Paavola näkee suuren keskusjärjestön etuna sen, että sillä on entistä paremmat valmiudet vastata ympäristön megatrendeihin ja muuttuvan työelämän edunvalvontaan.

– Meidän on nyt selvitettävä, millaiset elinmahdollisuudet suurella keskusjärjestöllä on, jotta se lunastaa paikansa yhteiskunnassa mahdollisimman hyvin.

Uusi keskusjärjestö -hankkeen projektipäällikkö Juha Heikkalan mukaan



Viime keväänä hankkeelle luotiin strategia, toiminta-ajatus, arvot ja visio. Seuraavaksi pohditaan keskusjärjestön toiminnan sisältöjä, kertoo projektipäällikkö Juha Heikkala.

kaikilla on nyt selkeä kuva siitä, miten hanketta viedään eteenpäin.

– Syksystä tulee jännittävä, sillä esiin nostetaan juuri niitä asioita, jotka kiinnostavat liittoväkeä.

Työryhmillä on aikaa suunnitella sisällöllisiä painopisteitä marraskuun alkuun, ja työn tulokset esitellään marraskuun lopussa pidettävässä liittoko-

kouksessa.

– Sen jälkeen alkaa päätöksentekovaihe. Keväällä päätetään, perustetaanko uusi keskusjärjestö ja liitytäänkö siihen mukaan. Uuden keskusjärjestön perustaminen riippuu viime kädessä siitä, vastaako se liittojen alkuperäisiä toiveita ja tarpeita.

Heikkala huomauttaa, että yksi keskusjärjestön onnistumisen kriteereistä on se, pystyykö se olemaan vahva yhteiskunnallinen vaikuttaja työelämä- ja työmarkkina-asioissa.

– Urheilutermein sanottuna: meidän pitää päästä pelin päälle. Uudesta keskusjärjestöstä on saatava liittojen ääntä kokoava voima, joka puhuu enakoivasti ja aloitteellisesti koko palkansaajaliikkeen puolesta. Viime kädessä onnistuminen syntyy yhteiskunnallisesta vaikuttamisesta ja yhteistyöstä liittojen kanssa. Sen myötä parannetaan palkansaajan, työntekijän ja itsensä työllistäjän asemaa. ■

TAMMIKUU 2017

Yhteensä 49 ammattiliittoa on ilmoittanut osallistumisestaan uuden keskusjärjestön selvitysvaiheeseen. Liitot edustavat noin 1,7 miljoonaa palkansaajaa ja yksinyrittäjää. Uuden keskusjärjestön on määrä aloittaa tammikuussa 2017.

Suun terveystarkastus voidaan tuoda kotiin jos halutaan, suuhygienisti ja tutkija Kirsi Autonen-Honkonen kertoo.



TERVE SUU EI OLE IKÄKYSYMYKS

TEKSTI JA KUVAT IRENE PAKKANEN

lääkäiden kotihoidossa tarvitaan apua hampaiden ja hammasproteesien hoidossa. Kotihoidossa on tullut aika oppia myös katsomaan, mikä suuta vaivaa.

Noin puolella iäkkäistä kotihoidon asiakkaista on omia hampaita, mutta heistä läheskään kaikki eivät jaksa tai kykene niistä huolehtimaan. Myös hammasproteesien kanssa tarvitaan ohjausta ja pe-seviä käsiä.

Terveystieteen maisteri Kirsi Autonen-Honkonen mukaan kotihoidossa on hyvät mahdollisuudet edistää iäkkäiden suun terveyttä. Liikkeelle on lähdettävä usein ihan perusasioista.

– On esimerkiksi hankittava asiakkaalle hammasharja ja tahnaa. Tai opeltava puhdistamaan proteesi. Edelleen moni laittaa proteesin harjauksen jälkeen yöksi veteen likoamaan, vaikka se pitäisi pitää kuivana.

OSA KOTIHOITOA

Suuhygienistinä Äänekosken terveyskeskuksessa työskentelevä Autonen-Honkonen tekee väitöstutkimusta iäkkäiden kotihoidon asiakkaiden suun terveydestä Itä-Suomen yliopiston NutOrMed-hankkeessa.

Suun terveys liittyy tutkimuksessa lääkkeisiin ja ravitsemukseen, jotka yhdessä ovat toisiaan ruokkiva noidankehä.

Tutkijan unelmana on, että suun terveystarkastuksesta kotona ja tarvittaessa myös hampaiden ja proteesien puhdistuksesta tulisi kiinteä osa kotihoitoa.

– Vaikka suunhoito on kirjattu vanhuspalvelulakiin, kaikki iäkkäät eivät sitä saa.

Äänekoskella suun terveystarkastus on osa kotihoidon palvelusuunnitelmaa. Suun terveys otetaan puheeksi jo, kun tehdään ennakoivia kotikäyntejä, ja aina kun kotihoitoon tulee uusi asiakas.

Autonen-Honkonen kehittämään työmalliin kuuluu kyselylomake eli mittari, jonka avulla asiakkaan suun terveyttä voidaan selvittää ja seurata.

Asiakkaalta kysytään esimerkiksi,

EDELLEEN MONI LAITTAA PROTEESIN HARJAUKSEN JÄLKEEN YÖKSI VETEEN LIKOAMAAN, VAIKKA SE PITÄISI PITÄÄ KUIVANA.

milloin hän on käynyt viimeksi suun terveystarkastuksessa, kuinka syöminen onnistuu, ja onko suussa jotain vaivoja.

Jos mittari näyttää punaista, asiakasta ja tämän omaista ohjataan ottamaan yhteyttä suun terveydenhoitoon, käytännössä terveyskeskukseen. Suun terveystarkastus voidaan tehdä myös asiakkaan kotona tai laitoksessa.

– Kotona asuvilla vanhoilla ihmisillä on usein huonot tiedot siitä, miten suuta ja suun limakalvoja tulisi hoitaa. Ikään-tyvät saattavat myös ajatella, että hampaiden menetys, reikiintyminen ja hammasproteesien pysymättömyys kuuluvat vanhuuteen, eivätkä he siksi edes hakeudu hammashoitoon.

HOITON AJOISSA

Rikkinäiset hampaat, kuiva suu tai lonksuvat proteesit tekevät elämän monella tapaa epämukavaksi. Tulehtunut suu on kivulias, se haisee ja maistuu pahalle.

Suun tulehdukset ovat yhteydessä kuolleisuuteen ja muihin vakaviin sairauksiin, kuten sydäntulehduksiin ja diabetekseen. Suusta lähtenyt tulehdus etenee elimistössä usein salakavalasti.

– Iän myötä kipuherkkyys vähenee, mikä voi lisätä vaikeiden suusairauksien ja suun muutosten pahenemista. Tarttumalla ajoissa suusairauksiin voidaan ehkäistä suusairauksien progressiivista etenemistä, Autonen-Honkonen sanoo.

Kotihoidon asiakkaista valtaosalla on jatkuva lääkitys, ja monilääkitys on tavallista. Lääkitys vähentää syljeneritystä, joka muutenkin vanhetessa heikkenee. Lääkkeet voivat vaikuttaa myös ruokahaluun tai muuttaa makuaistimusta.

Suun kuivuus lisää hampaiden reikiintymistä ja suun limakalvojen haavaumia. Kuivalla suulla on myös hankalaa puhua.

– Paras apu suun kosteuttamiseen on juoda vettä. Suun limakalvoille tarkoitettuja voiteita voi ostaa ilman reseptiä, mutta hyvä ruokaöljy ajaa saman asian.

Kivulias syöminen voi johtaa aliravitsemukseen, mutta huonolle ravitsemukselle on kotihoidossa muitakin selityksiä.

– Ostoateriaa saatetaan lämmittää useita kertoja, säästetään ruuassa tai yksinkertaisesti unohtetaan syödä.

PUHETTA OIREISTA JA KATSE SUUHUN

Kotihoidon työntekijät voivat edistää asiakkaidensa suun terveyttä käynneillään. Autonen-Honkonen mukaan seuranta voi tehdä rutiininomaisesti tekemättä siitä suurta numeroa.

– Samalla tavalla kuin muustakin puhellaan, asiakkaalta voi kysyä, onko tämä pessyt hampaitaan, ja miten syönti sujuu. Jos asiakas kertoo, että ei oikein pysty syömään tai että ruoka ei maistu, voi tiedustella, onko suussa kipuja tai arkuutta.

Jos asiakas valittaa suun vaivoja, suuhun voi aivan hyvin katsoakin.

– Esimerkiksi jos ikenissä tai kielessä on turvotusta tai väri ei

ole vaaleanpunainen, on syytä ottaa yhteyttä hammashoitoon.

Opettaessaan lähihoitajaopiskelijoita Jyväskylän Ammattiopistossa Autonen-Honkonen yllättyi, kuinka vaikeaa voi olla kurkistaa toisen suuhun.

– Onhan se vähän outoa, kun on totuttu pesemään peput, mutta suuhun ei rohjeta katsoa.

Autonen-Honkonen mielestä kotihoidossa tarvitaan koulutusta, jotta suuhun kurkistamisen kammosta päästään eroon.

– Hoitohenkilöstölle voidaan tarjota lyhyitä koulutuksia, joissa käydään läpi yleisimmät suun terveyteen liittyvät asiat. Äänekoskella vanhainkodilla koulutuksia on jo tehtykin. Syksyksi terveyskeskuksen intraan saadaan sähköinen suunhoito-ohjeistus, jonka Savonia-ammattikorkeakoulun suuhygienistiopiskelijat tekevät lopputyönään.

Äänekoskella kotihoidon väki on oppinut ottamaan yhteyttä hammashoitolaan ja kysymään neuvoja.

– Moniammatillinen yhteistyö ja yhdessä opettelu kuuluvat suun hoitoon. Tyhmiä tai turhia kysymyksiä ei ole olemassakaan.

Hammashoitolasta pyritään vastaamaan yhteydenottoihin mahdollisimman pian.

– Ensin selvitetään asia ja taustat yhteyttä ottaneen henkilön kanssa, ja sen mukaan sovitaan vastaanotto tai käynti asiakkaan kotona. Hoitava henkilöä pyydetään olemaan paikalla, jotta samalla voidaan kertoa, mistä ongelma johtuu, ja voidaan myös näyttää, mitä pitäisi tehdä. Tarvittaessa ollaan vielä yhteydessä omaisiin.

Kotihoidon hoitohenkilökunta tai hoitava omainen saat-
taa tarvita hyvinkin yksityiskohtaista ohjausta ja neuvontaa. Myös hoitajan tai omaisen tapa hoitaa omaa suutaan voi vaikuttaa puhdistusvälineisiin tarttumisessa.

– Jos hoitaja tai omainen ei osaa pestä kunnolla omia hampaitaan, miten hän sitten pystyy tekemään tämän toiselle?

Autonen-Honkonen on koonnut väitöskirjaansa tutkimusaineistoa Äänekoskelta, Kuopiosta ja Suonenjoelta. Kentättyö tutkijana on ollut monella tavalla avartavaa.

– Suurin yllätys on ollut, kuinka huonokuntoisia ihmisiä asuu kotona.

Läheskään kaikilla tutkittavista ei ollut kotona hammashoitotuotteita. Harjat ja puhdistusaineet olivat vanhoja. Proteeseja saattoi olla useat, ja ylipäättään proteesit olivat kovin likaisia.

Vaikka suun tulehdusten vaikutukset yleisterveysteen tunnetaan jo hyvin, Autonen-Honkonen mukaan kestää vuosia, ennen kuin tieto muuttuu kotihoidossa rutiininomaiseksi suun terveydestä huolehtimiseksi.

– Mutu-tuntumani on, että myös hoitajien oma suhde suunhoitoon välittyy työotteeseen. Jos esimerkiksi itse pelkää hammashoitoja, ei ehkä markkinoi palveluja asiakkaallekaan. Myös osa vanhuksista peittelee suun ongelmia, koska pelkää hoitoon tuloa. ■





Ala voi painaa työmarkkinoilla
koulutusastetta enemmän

KOULUTUSTASO NOUSEE – TUTKINTOJEN ARVO LASKEE

TEKSTI ANTTI VANAS KUVITUS SALLA PYYKÖLÄ

Suomalalaiset torjuvat työmarkkinoiden epävarmuutta vaivojaan säästämättä mutta vanhentunein konstein. Ajatellaan Saarijärven Paavon tyyliin, että onnettomuus väistyy, kun tehdään kahta vertaa uutterammin sitä samaa, jota tähänkin asti on tehty: kouluttaudutaan.

Selvärajainen, joustamaton koulutus ei enää vastaa tuotannon vaatimuksiin, sillä työn tilaajat eivät tarvitse aina vain lisää niitä tietoja ja kykyjä, joita niillä jo on, toteaa Leena Åkerblad väitöstutkimuksessaan.

Perinteisen mallin mukainen koulutus ei siis välttämättä ole enää ongelman ratkaisu vaan pikemminkin sen osa.

Työtä vaille jääneet käyvät kurssin toisensa perään vain huomatakseen, ettei muodollinen koulutus tälläkään kertaa pystynyt takaamaan vakaampaa työsuhdetta, tai työsuhdetta ylipäättään. Ja sitten mennään seuraavalle kurssille.

Työmarkkinoiden koditon vaeltaja on tuomittu jatkuvaan sitoutumisen ja sitoutumattomuuden väliseen ristiveitoon. On oltava kiinnostunut kaikesta välittämättä sen syvällisemmin mistään.

Lappilaisnuorten elämänskulkua tutkinut Virpi Vaattovaara syyttää väitöksessään nuoria rekrytoivaa koulutusjärjestelmää petetyistä lupauksista ja suuresta huijauksesta.

Pettymys on opintojen päätyttyä suuri, kun työura ei avaudukaan omalla kotiseudulla. Muutoksen rajuutta kuvastaa se, että Lapin nuorten sinänsä täysin luonnollinen ja oikeutettu toive koulutusta vastaavasta työpaikasta omalla kotipaikkakunnalla tuntuu tässä ajassa lähinnä utopistiselta.

Elinkeinoelämän tutkimuslaitos vertaa meneillään olevaa murrosta 1700-luvulla alkaneeseen teolliseen vallankumoukseen. Etlä ennustaa teknologian ja tekoälyn korvaavan seuraavien 10–20 aikana 40 prosenttia nykyisistä työpaikoista.

Eksyksissä eivät ole vain kouluttajat ja kouluttautujat. Näköalattomuus vaikuttaa totaaliselta: kukaan, ylimmät poliittiset päättäjät mukaan lukien, ei tunnu tietävän, mitä seuraavaksi pitäisi tehdä. Katja Boxberg tiivistä tunnelmat osuvasti Helsingin Sanomien kolumnissaan:

”Osaaminen, joka vielä hetki sitten oli ihan kuranntia, katoaa nopeammin kuin kukaan ehtii määritellä, millaisia uusien taitojen pitää olla. ...Siksi yhteiskuntasopimusta ympäröivä keskustelu tun- ▶



OSAAMINEN, JOKA VIELÄ HETKI SITTEN OLI IHAN KURANTTIA, KATOAA NOPEAMMIN KUIN KUKAAN EHTII MÄÄRITELLÄ, MILLAISIA UUSIEN TAITOJEN PITÄÄ OLLA.

tuu toivottoman tunkkaiselta. Mistä nämä ihmiset oikein puhuvat, kun he kiistelevät työajan jatkamisesta puolella tunnilla?”

TUTKINTOJEN ITSEISARVO LASKEE

Sotien jälkeen jokainen suomalainen sukupolvi on ollut edellistä korkeammin koulutettu. 1970-luvulla alle kolmanneksella väestöstä oli perusasteen jälkeinen koulutus. Nykyään kuvio on kääntynyt ylösalaisin: keskiasteen tai sitä korkeampi koulutus puuttuu alle kolmannekselta.

Mikko Aro ruotii tutkimuksessaan koulutusinflaatiota eli koulutuksen ostovoiman alenemista työmarkkinoilla. Kyse on siitä, millaisiin asemiin minkäkin tasoisella koulutuksella on päädytty eri aikoina: koulutuksen inflatoituessa samantasoisella koulutuksella päädytään yhä alempiin yhteiskunnallisiin asemiin. Aron väitöstutkimuksen tarkasteluvälinä ovat vuodet 1970–2008.

Koulutusinflaatio on syönyt kaikkien koulutusasteiden arvoa. Eniten arvostaan ovat menettäneet alin korkea-aste – esimerkiksi teknikon, merkonomin ja hoitajan tutkinnot, jotka eivät ole amk-tutkintoja – ja alempi korkeakouluaste.

Todennäköisyys jäädä työttömäksi tai työvoiman ulkopuolelle kasvoi alimmilla koulutusasteilla, mutta odotetun kaltaista arvon romahdusta ei perusasteen koulutuksessa ole tapahtunut. Aro arvelee tämän johtuvan siitä, että töissä, joihin perusasteen suorittaneet tyypillisesti sijoittuvat, tärkeintä ei ole muodollinen koulutus vaan erilaiset sosiaaliset ja kädentaidot.

Hyvinvointipuutteet lisääntyivät eniten huonoimmin koulutetuilla, mutta tämäkään ero ei ole revähtänyt niin suureksi kuin olisi voinut odottaa.

Koulutuksellinen nollaraja – kohta, jossa hyppäys koulutuksen tuomissa eduissa ja toisaalta vähäisen koulutuksen mukanaan tuomissa haitoissa on suurin – on noussut yhden pykälän verran: se on siirtynyt perus- ja keskiasteen välistä keskiasteen ja alimman korkea-asteen väliin.

Koulutusinflaatio on edennyt käsi kädessä koulutustason nousun kanssa. Työmarkkinoilla menestyminen edellyttää yhä korkeampaa muodollista koulutusta. Toisaalta tutkintotason nostaminen ei takaa mitään: ”Töihin, joihin aikoinaan on ollut mahdollista nousta kansakoulupohjalla, ei nykyään välttämättä pääse edes korkea-asteen tutkinnolla”, Aro kärjistää.

YLIOPISTOT TIENAAVAT TUTKINTOTEHTAILULLA

Koulutusvalintoja tekevän nuoren on Aron mukaan tärkeää tiedostaa, ettei koulutuksen korkea muodollinen taso takaa enää sen arvoa työelämässä. Keskiasteen koulutus on kova sana työmarkkinoilla, kunhan vain alan valinta osuu oikeaan.





Korkeakoulututkinnon suorittaneiden työllisyys on kehittynyt viime vuosina huolestuttavaan suuntaan: töitä ei välttämättä löydy, ja jos löytyy, niin aikaisempaa vaatimattomammassa tehtävissä. Vuonna 2008 noin 15 prosenttia maistereista päätyi alemmaksi toimihenkilöksi. Tänä päivänä tuo osuus on jo viidenneksen luokkaa.

Akateemisten tutkintojen työmarkkina-arvo laskee muun muassa siksi, että yliopistot saavat sitä enemmän rahoitusta mitä enemmän maistereita ja tohtoreita ne vuosittain tuottavat. Aron mielestä olisikin aika vähentää yliopistojen tutkintomääriin perustuvaa tulos-

rahoitusta ja painottaa rahan jaossa sen sijaan valmistuneiden työllistymistä.

Julkisilla aloilla työpaikan edellytyksenä on yleensä tietty tutkinto. Aron tutkimusta lukiessa tulee mieleen, että monilla yksityisillä aloilla tutkinto-inflaatio on suurelta osin henkilöstöpoliittinen ongelma.

Työhönottajien pitäisi tuijottaa nykyistä vähemmän papereihin ja luottaa entistä enemmän omiin silmiinsä, kokemukseensa ja arvostelukykyynsä.

Palvelualojen kasvu takaa Aron mukaan sen, että vähän muodollista koulutusta vaativia tehtäviä on tarjolla runsaasti teollisuuden alamäestä huolimatta.

”Eri asia kuitenkin on, kelpaavatko matalasti koulutetut ihmiset koulutuksen laajetessa ja tutkinto-inflaation edetessä edes sellaisiin tehtäviin, joihin he aivan mainiosti kykenisivät”, tutkija huomauttaa. ■

LÄHTEET:

VIRPI VAATTOVAARA: ELÄMÄNKULKU JA TOIMIJUUS. LAPIN MAASEUDUN NUORISTA AIKUISIKSI 1990–2011. VÄITÖSKIRJA, LAPIN YLIOPISTO 2015.

LEENA ÅKERBLAD: EPÄVARMUUDEN TUOLLA PUOLEN. MUUTTUVAT TYÖMARKKINAT JA PREKAARI TOIMIJUUS. VÄITÖSKIRJA, ITÄ-SUOMEN YLIOPISTO 2014.

MIKKO ARO: KOULUTUSINFLAATIO. KOULUTUS-EKSPANSIO JA KOULUTUKSEN ARVO SUOMESSA 1970–2008. VÄITÖSKIRJA, TURUN YLIOPISTO 2014.

Hoito ei suju projektityönä

Työ muuttaa muotoaan, ja se tekee sen vauhdilla. Espanjassa epätyypillisten työsuhteiden osuus lähenee nuorilla jo 70 prosenttia, ja samaan suuntaan ollaan menossa Suomessakin. Muutoksen myötä prekariaatiksi kutsuttu uusi yhteiskuntaluokka kasvaa.

Wikipedian mukaan prekaarilla työllä tarkoitetaan toimeentulon ja elämäntilanteen epävarmuutta, joka vaikuttaa sekä materiaaliseen että psyykkiseen hyvinvointiin.

Prekariaattiin kuuluva tekee työtä yrittäjän tavoin, mutta vailla perinteiseen yrittäjyyteen liittyvää mahdollisuutta voiton tavoitteluun. Järjestelyn taloudellisenä pontimena on yleensä työnantajan halu välttää työn sivukuluja.

Prekarisoitumisesta väitelleen Leena Åkerbladin mukaan tämä ei ole koko totuus.

Työsuhteen vakituisuus tai määräaikaisuus ei sanele suoraan sitä, miten mielekkääksi työntekijä kokee työnsä tai miten turvatuksi hän kokee asemansa työelämässä, Åkerblad väittää. Vakituinen palkkatyösuhte ei ole kaikkien tavoite. Sen sijaan tavoitteena voivat olla sellaiset työolosuhteet,

jotka mahdollistavat työn tekemisen omaa osaamista hyödyntäen ja sitä kehittäen.

Prekaarin työn tekijät eivät siis ole vain työelämän muutosten passiivisia uhreja. Yrittäjämäinen työ voi olla oma valinta, jolla varmistetaan työn hallinta ja mielekkyys. Epävarmuus hyväksytään osaksi työtä ja elämäntapaa.

Järjestely toimii, kun sitoutumattomuus ja vaihtelevat projektit luontuvat sekä työhön että työntekijän omiin tavoitteisiin. Ongelmia taas syntyy, kun lyhyisiin projekteihin perustuvaa työnteon mallia pyritään soveltamaan työhön, joka vaatisi pitkäkestoista läsnäoloa.

Näin käy Åkerbladin mukaan esimerkiksi hoiva- ja hoitotyössä. Näillä aloilla työ vaatii jatkuvuutta; työn pätkiminen estää kokemuksen kerrostumisen ja sitä mukaa työn tekemisen työntekijän koko potentiaalilla. Erityisesti määräaikaisten työsuhteiden ketjuttaminen koettelee tunnetta oman työtavan arvosta ja lisää vääränlaista riippuvuutta työnantajasta.

ANTTI VANAS



HEVOSTOIMINTA KUNTOUTTAA

TEKSTI JA KUVAT MARJO SAJANTOLA

Merja Komulainen-Aakko löysi keinon yhdistää rakkaan ratsastusharrastuksen yhtä rakkaaseen työhönsä lasten ja nuorten parissa. Sosiaalipedagogisella hevostoiminnalla voidaan auttaa syrjäytymisvaarassa olevia tai jo syrjäytyneitä lapsia ja nuoria.

Lähihoitaja Merja Komulainen-Aakko saa lokakuussa päätökseen ammatillisen täydennyskoulutuksen opinnot sosiaalipedagogisen hevostoiminnan hyödyntämisestä syrjäytymisen ehkäisyssä ja kuntoutuksessa. Koulutus on suunnattu sosiaali-, terveys- ja opetusalan ammattilaisille, joilla on vankka hevoskokemus.

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta perustuu lapsen tai nuoren oman toiminnan kautta saatuun kokemukseen. Toiminnan lähtökohta on hevosen ja ihmisen vuorovaikutus. Tärkeässä osassa ovat talliyhteisö ja toimintaa ohjaava aikuinen.

– Tämä hevostoiminta ei ole varsinaista terapiaa, eikä ihan pelkkää kuntoutustyötäkään. Se on hevosavusteinen toimintamuoto, jolla voidaan sosiaalipedagogisen viitekehityksen kautta kehittää ihmisen sosiaalisia vahvuuksia. Kaiken taustalla vaikuttaa ajatus uudesta vaihtoehtoisesta toimintatavasta, jota tarvitaan silloin, kun perinteiset keinot eivät enää riitä, Merja kertoo.

Toiminta perustuu yksilön oman kokemuksen kautta oppimiseen ja asioiden oivaltamiseen. Peruselementit nousevat sosiaalipedagogian teoriasta, johon kuuluvat yhteisöllisyys, elämyksellisyys, toiminnallisuus ja aito kohtaaminen. Ohjaajan rooli on olla kanssakulkija ja elämänhallinnan tukija. Jos nuorella on vaikea toimia ryhmässä tai omat tunteet hukassa, silloin harjoitel-

laan tunteiden hallintaa ja omia rajoja.

Kuten kaikella hoitotyöllä, sosiaalipedagogisella hevostoiminnallakin on oltava tuloksellisuutta. Ensin kartoitetaan se, mihin toiminnalla pyritään. Tavoitteet selvitetään asiakkaan sekä hänen huoltajansa, opettajan tai hoitavan tahon kanssa. Yleensä harjoituksia on kymmenen kertaa ja niihin voi liittyä muutakin kuin hevostoimintaa. Lopukartoituksessa tutkitaan, saavutettiinkö tavoitteet.

HEVONEN OPETTAA

Merja toteaa, että yksinkertaisimmillaan toiminnalla voidaan tarjota syrjäytymisvaarassa olevalle nuorelle oman elämän peruspalikoita. Oikea, konkreettinen työ hevosten parissa opettaa muun muassa vuorokausirytmien ja puhtauden merkitystä, mutta myös tunnetilojen hallinnan merkitystä.

– Hevonen peilaa ihmisen tunnetiloja ja on myös itsessään kuntouttava elementti. Hevonenhan ei anna ilmaiseksi mitään. Se ei suostu vuorovaikutukseen, jos ihminen osoittaa kehonkielilläään tunnepatoutumia, on kovin vihainen tai aggressiivinen.

Hevosen hoitaminen on pienemmillekin lapsille rauhoittavaa puuhaa ja he oppivat nopeasti sen, että hevosen lähellä ei saa huutaa eikä käyttäytyä rauhattomasti. Toisaalta hevosen kanssa työskentely vaatii lapseltakin oman arvion tiedostamista ja tunnustamista. ►

HEVONEN PEILAA IHMISEN TUNNETILOJA JA ON MYÖS ITSESSÄÄN KUNTOUTTAVA ELEMENTTI.

– Kehonkielen on oltava uskottava, koska hevonen pyrkii kokeilemaan, onko sen toteltava. Jos pyydät anteeksi ole-massaoloasi, hevonen ottaa ohjat ja jopa kävelee ylitsesi. Ihmisen kehonkielen on oltava vahva: Tämä on minun reviirini, et tule reviirilleni. Lapsi oppii viestimään keholla, että minulla on arvo, sinä pysyt kauempana, et voi tulla päälleni!

Tätä kehollista ilmaisua harjoitellaan muun muassa siten, että vapaana tai pitkässä riimussa kulkeva hevonen saadaan ensin seuraamaan ja sitten pysähtymään itse pysähtymällä. Lapsi voi kävellä myös päin hevosta, joka väistää, jos kehonkieli on uskottavaa. Kun lapsen itseluottamus kasvaa, harjoitukset alkavat sujua. Lapsi saa kokemuksia siitä, että hän on vahva ja selviytyy hyvin.

– Yksi arka ekaluokkalainen kasvoi henkisesti monta metriä, kun hän sai hevosen ensimmäisen kerran pysähtymään ja peruuttamaan, Merja nauraa.

Hän näkeekin, että uskottava kehonkieli on hyödyksi myös koulumaailmassa, kiusaamisen torjunnassa. Kun itsetunto on kohdallaan, kiusaaja ei pysty sitä murentamaan.

Hevonen myös opettaa sietämään pettymyksiä. Ei ole koskaan vain ratsastajasta kiinni, miten harjoitukset sujuvat. Merjan mukaan tämä on kuitenkin hyvä asia, sillä etenkin tytöt voi-

vat olla hirveän kriittisiä itseään kohtaan. Vaarana on, että teini-iässä tällaisista tytöistä tulee syömishäiriöisiä ylisuoritujuja, joten epäonnistumisetkin on opittava hyväksymään.

– Hevosellakin on hyvät ja huonot päivänsä. Ohjaajan on osattava nähdä, milloin jotkut harjoitukset eivät sille sovi. Terapiahevosien on myös saatava nollata pänsä. Sen on päästävä liikkeelle osaan ratsastajan kanssa, saatava välillä laukata ja myös levätä ja laiduntaa rauhassa.

HARRASTAJASTA YRITTÄJÄKSI

Lähihoitajana Merja on työskennellyt pääasiassa päiväkodeissa ja perustutkinnon lisäksi hän on täydentänyt ammattiosaamistaan suorittamalla lasten ja nuorten erityisohjaajan ammatitutkinnon.

– Päiväkodeissa alkoi olla enenevässä määrin tavalla tai toisella erityistuen tarpeessa olevia lapsia, joten halusin päivittää osaamiseni. Minulla on aina ollut kova tiedonjano. Haluan kehittää

itseäni ja olla koko ajan pienessä liikkeessä ja sykkeessä.

Merja kertoo aloittaneensa ratsastuksen kymmenvuotiaana, mutta harastus jäi 17-vuotiaana, kun hän opiskelun myötä muutti kotoa toiselle paikkakunnalle. Hän aloitti harrastuksen uudelleen kahdeksisen vuotta sitten. Sitten hän alkoi ajatella, että olisi mahdollista hyödyntää myös tätä osaamista hoitotyössä.

Kaikki palikat osuivat kohdalleen, kun hän tutustui messuilla Ypäjän hevosopiston koulutustarjontaan. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan koulutus koostuu seitsemästä lähiopetusjak-sosta opistolla sekä itsenäisesti työste-tävistä etätehtävistä, harjoituksista ja päättötyöstä. Koulutus on Ypäjän hevosopiston ja Turun yliopiston yhteis-toimintaa. Yliopisto antaa sosiaalipe-dagogisen teoriaosuuden ja hevosopisto käytännön tiedot ja taidot.

Päättötyöökseen Merja laati suunnitelman, miten sosiaalipedagoginen he-vostoiminta antaa uusia mahdollisuuksia ratsastuskouluyrityksessä ja ratsas-tusseuratoiminnassa. Hän tarkastelee myös, miten sen ideologia näkyy ratsastusseurojen ja Suomen Ratsastajain-liiton toiminnassa.

– Sain huhtikuussa toiminimen ja minulla on tarkoitus sivutoimisesti aloittaa sosiaalipedagoginen hevostoi-minta ratsastuskouluyrityksessä. Olen keskustellut Ankkurilahden Ratsutilan yrittäjän Vuokko Kulotien kanssa tästä mahdollisuudesta. Ratsutilalla on ollut kuntouttavaa toimintaa jo ilman teorioi-takin muun muassa pitkäaikaistyöttö-män työllistäjänä ja työharjoittelupaik-kana nuorelle.

Lisäksi Ankkurilahden Ratsastusseu-ra, johon Merjakin kuuluu, tukee yh-dessä Ratsastajainliiton kanssa yhteis-työjärjestöjen kautta vähävaraisia lap-sia ja nuoria tarjoamalla mahdollisuu-den hevosharrastukseen.

POSITIIVINEN STRESSI VIRKISTÄÄ

Suomen Ratsastajaliitto panostaa vah-vasti nuorisotoimintaan, ja se tarjoaa



Anni Väänänen mielestä myös hevosen hoito on hauskaa ja Lissu on ihana.



Anni oli viime keväänä Merjan opiskelun harjoitteluasiakas. Hänen äitinsä oli toivonut tyttären saavan hevostoiminnasta rohkeutta. Nykyisin Anni ratsastaakin vaikka takaperin satulassa istuen ja kertoo iloisesti harrastuksestaan myös toimittajalle.

liittoon kuuluville ratsutalleille Hevoskerho-konseptin. Merja Komulainen-Aakko kouluttaa myös hevoskerholaisia, jotka suorittavat liiton mini- ja perusmerkkejä. Hän on opintojensa myötä ottanut toimintaan mukaan entistä enemmän sosiaalipedagogisia elementtejä, huomioimista ja kaveritapoja.

Merjan perheeseen kuuluvat puolison lisäksi 17-, 11- ja 9-vuotiaat tytöt. Perhe, työ, opiskelu ja ratsastusharrastukseen kuuluvat talkootyöt ja muut oheistehtävät vievät Merjan ajan tosi tiukoille, mutta hän toteaa, että positiivinen stressi pitää hänet virkeänä.

Voimia hänellä riittää myös ammattiyhdistystoimintaan. Hän on SuPerin luottamusmies ja kuuluu lisäksi liiton varhaiskasvatustyöryhmään. Hän kertoo käyttäneensä superilais- ta valtaa, kun Suomen Ratsastajainliiton edustaja kävi kertomassa lähiopintojaksolla ensi vuoden alussa käyttöön otettavasta hyvinvointitallimerkistä. Tätä merkkiä voivat hakea lii-

ton hyväksymät harrastus- ja ratsastustallit, jos tallilla on ratsastusterapiatoimintaa tai sosiaalipedagogista hevostoimintaa.

Merja huomasi tilaisuudessa, että sosiaali- ja terveystieteiden perustutkinto puuttui ohjaajapätevyyden pohjakoulutuksesta, vain ammattikorkeakoulupohjaiset ammattitutkinnot oli listattu.

– Sanoin, että esimerkiksi lähihoitaja on pätevä perustutkinto sosiaalipedagogisen hevostoiminnan pohjakoulutukseksi. Edustaja lupasi ottaa korjaukseni huomioon. Juuri tällaista vaikuttamista pääsee tekemään, kun osallistuu ja ottaa kantaa.

Hän toteaa, ettei vielä vuosi sitten osannut arvata, että tässä vaiheessa hänellä olisi toiminimi ja että hän olisi kouluttanut 30 hevoskerholaista ja opinnorkin olisivat näin hyvällä mallilla.

– Jo se oli onni, että ylipäättään pääsin opiskelemaan. Tärkeintä on kuitenkin se, että lähtee aukomaan ovia ja tarttuu rohkeasti eteen tuleviin mahdollisuuksiin. ■



Oletko jämäkkä?

Jämäkkyys ei ole jyräämistä. Hoitotyössä jämäkkyyttä tarvitaan kaikkiin mahdollisiin suuntiin.

Vuorosi on päättymässä ja sinun pitäisi päästä jo lähtemään kotiin. Iltavuoron työntekijä ei kuitenkaan ole saapunut töihin. Hän ei ole ilmoittanut mitään ja yrität soittaa hänelle mutta tuloksetta. Esimiehesi ei vastaa puhelimeen hänkään. Tunnin myöhässä iltavuorolainen lopulta saapuu paikalle. Mikä seuraavasta kolmesta toimintatavasta kuvaisi parhaiten sinua tällaisessa tilanteessa?

”Johan jumankeikka kesti! Mahdatko tietää, miten paljon kello on?”

”Oliko pahat ruuhkat vai piiputtiko auto? Minä jo mietin, että pitikö minun tehdäkin tänään pidempi vuoro... Eipä tässä mitään hätää ole ollut, lapset pärjäävät kyllä jo keskenään...”

”Mari, työvuorosi alkoi ja minun

päätti tunti sitten. Mistä oikein on kyse?”

JÄMÄKKYYS VIESTII ARVOKKUUTTA

Jämäkkyys on asenne ja toimintatapa, joka viestii jokaisen ihmisen arvokkuutta. Jämäkästi käyttäytyvä ihminen ilmaisee ajatuksiaan, tunteitaan ja oikeuksiaan niin, että jokaisen osapuolen arvokkuus säilyy. Hän ei kuitenkaan anna muiden kävellä itsensä yli.

”Mari, työvuorosi alkoi ja minun päätti tunti sitten. Mistä oikein on kyse?”

Jämäkkyyttä tarvitaan kaikkialla elämässä, myös työelämässä eikä vähiten hoitotyön arjessa. Jämäkkyuden on todettu vahvistavan työhyvinvointia ja vähentävän työstressiä. Jämäkkä työntekijä hallitsee paremmin ajankäyttönsä ja pystyy tasapainoilemaan erilaisten vaatimusten välillä. Hän osaa sanoa myös ei. Hän pärjää työelämän ihmissuhteissa, sillä hän pystyy pitämään puolensa muut huomioden. Tämä ei

kuitenkaan tarkoita sitä, että jämäkkä työntekijä pystyisi aina miellyttämään muita. Hän kestää senkin, että joku voi kuitenkin loukkaantua valitsipa sanansa ja äänenpainonsa miten tahansa.

Jämäkkyys on hoitotyössä myös asiakkaan etu. Jämäkkä työntekijä pitää tarvittaessa asiakkaan puolia, esimerkiksi silloin, kun huomaa kollegan toimivan asiakkaan edun vastaisesti. Hän uskaltaa ilmaista omia hoidollisia näkemyksiään yli ammattirajojen. Jämäkkyys kuuluu työntekijän ja asiakkaan sekä työntekijän ja asiakkaan omaisten välisiin suhteeseen. Olipa asiakas kuinka tarvitseva tahansa, auttaminen tarvitsee rajat. Jämäkkyuden vahvistaminen auttaa näin pitämään hallinnassa auttamistyöhön kuuluvaa omantunnon- ja myötätuntostressiä.

ONKO HYÖKKÄYS PARAS PUOLUSTUS?

Jämäkkyys tasapainottaa kahta muuta toimintatapaa, joita käytämme ihmissuhteissa: alistuvaa ja hyökkäävää. Alis-

tuvasti käyttäytyvä ihminen mukautuu helposti muiden tahtoon. Hän ilmaisee vain harvoin omia näkemyksiään tai tekee sen niin, että hänet on helppo ohittaa. Alistuva toimija pyrkii välttämään kritiikkiä ja ristiriitatilanteita sekä miellyttämään muita. Hän myös syyllistyy helposti silloin, kun uskaltaa astua esiin omine ajatuksineen. Taustalla on usein pelko hylätyksi tulemisesta.

”Oliko pahat ruuhkat vai piiputtiko auto? Minä jo mietin, että pitkö minun tehdäkin tänään pidempi vuoro...Eipä tässä mitään hätää ole ollut, lapset pärjäävät kyllä jo keskenään...”

Työyhteisössä pääosin alistuvasti toimiva kollega voi olla se, joka lupaa tehdä kaiken mahdollisen kuormittuen, stressaantuen, uupuen ja selän takana valittaen. Tämä voi joskus johtaa myös hyökkäävään käytökseen. Kun riittävän pitkään sivuuttaa omat näkemyksensä ja voimavaransa, mitta voi tulla täyteen. Alistuva toimintatapa vaurioittaa itsetuntoa ja itseluottamusta.

Hyökkäävä toimintatapa sotketaan välillä jämäkkyuteen. Hyökkäävä ihminen osaa kyllä puolustaa omia oikeuksiaan – mutta samalla hän loukkaa muiden oikeuksia. Hän ilmaisee omia intressejään vaatimalla, ärsyttämällä, uhkailemalla tai syylistämällä. Hän saattaa korottaa ääntään, käyttää alentavaa kieltä, tuijottaa intensiivisesti haastaen tai keskeyttää muita jatkuvasti. Hyökkäävyys voi olla myös peiteltyä ja passiivista: vaikenemista, asioiden tekemättä jättämistä tai ulkopuolelle sulkemista.

”Johan jumankekka kesti! Mahdatko tietää, miten paljon kello on?”

Työyhteisössä hyökkäystä jatkuvasti puolustuksena käyttävä tyyppi on haastava. Hän saa toisinaan tahtonsa perille mutta toisinaan kohtaa roppakaupalla kielteisiä tunnereaktioita, vastustusta ja vastahyökkäyksiä. Hyökkäävällä toimintatavalla ei hoideta asiakassuhteita – eikä ihmissuhteita ylipäänsä.

STRESSI NAKERTAA JÄMÄKKYYTTÄ

Kukaan meistä ei käyttäydy aina samalla tavalla vuorovaikutuksessa. Tietyissä tilanteissa, toimintaympäristöissä tai joidenkin ihmisten seurassa voimme huomata toimivamme alistuvasti tai hyökäten, vaikka muutoin kokisimme toimivamme pääosin jämäkästi.

Jämäkkänä oleminen voi olla vaikeaa erityisesti silloin, kun koemme stressiä, epävarmuutta tai uhkaa, esimerkiksi ollessamme vuorovaikutuksessa hyökkäävästi käyttäytyvän asiakkaan kanssa. Erityisesti näissä tilanteissa jämäkkyyttä juuri tarvittaisiin ja on tärkeää, että sitä löytyisi kaikilta työyhteisössä. Jos osa työntekijöistä alistuu tai hyökkää, vaikeutuu myös muiden jämäkkä toiminta.

Jämäkkyys on haastavaa silloin, kun ihmisen on vaikea luottaa itseensä, itsearvostus on heikko tai hän ei tiedä, mitä hän haluaa. Vastavalmistuneen työntekijän on usein vaikeampi olla jämäkkä, koska ammatillinen itsetunto on vasta kehittymässä. Kokeneempi työntekijä voi tukea nuorempaa juuri jämäkkää toimintatapaa käyttäen – ei jyräämällä.

TUNNISTA VAIKEAT TILANTEET

Miten kohtaat ja kestät omia ja muiden tunteita? Jämäkän toimintatavan käyttö herättää monenlaisia kielteisiäkin tunteita, sekä itsessäsi että toisessa. Jos sinun on vaikea kestä kielteisiä tunteita, voit viimeiseen asti toimia alistuen. Vaikeatkin tunteet ovat vain tunteita. Opettele käsittelemään ni-

tä rakentavasti. Jos huomaat, että tämä on sinulle yksin liian vaikeaa, voit hyötyä esimerkiksi psykoterapiasta.

Tunnista ne tilanteet, joissa sinun on vaikea olla jämäkkä. Pohdi, mikä näissä tilanteissa on erityistä. Voit kirjoittaa näitä tilanteita varten paperille käsikirjoituksen, kuinka tulet jatkossa toimimaan. Miten toimit niin, että kaikkien ihmisten arvokkuus säilyy? Halutessasi voit mielikuvissasi myös harjoitella näitä tilanteita etukäteen. Mielikuvaharjoittelulla on merkittävä siirännäisvaikutus tosielämän tilanteisiin. Käsikirjoituksessasi voit löyhästi soveltaa oheista ohjetta:

KUN ON VAIKEAA OLLA JÄMÄKKÄ

1. Tunnista omat oikeutesi ja velvollisuutesi.
2. Tuo esille oma näkemyksesi rauhallisesti minä- viestejä käyttäen: minun näkemykseni mukaan sinä ylitit omat oikeutesi... Erota mielipiteet ja faktat: minun mielestäni toimit hyvin epäammatillisesti...
3. Jos näköpiirissä on jotakin seurauksia, kerro niistä: minun velvollisuuteni on nyt kertoa tästä eteenpäin...
4. Kerro, miltä sinusta tuntuu: olen tosi harmissani...
5. Kerro, mitä sinä haluat kiertelemättä ja kaartelematta: toivon, että otat itse asian esille esimiehemme kanssa...

KUN TÄYTYY KIELTÄYTYÄ

1. Toista vuorovaikutuskumppanin pyyntö ja tuo esille, että ymmärrät asian tärkeyden hänelle – hän tietää sen menneen perille.
2. Selitä, miksi kieltäydyt.
3. Sano ei.
4. Jos tilanteeseen sopii, esitä vaihtoehtoinen ehdotus.

Älä lupaa mitään ennen kuin harkitset. Nuku yön tai useammankin yli, ennen kuin otat vastaan isoja haasteita.

Kiinnitä huomiota myös kehosi kieleen ja äänesi sävyyn ja sointiin. Mieti, kuinka monella tavalla samat sanat voi sanoa. Sanattomaan jämäkkyuteen kuuluu rauhallinen olemus, katsekontakti ja avoin asento. Vältä intensiivistä tuijottamista. Jos huomaat kiihtyväsi, rauhoita tietoisesti hengitystä ja rentouta hartioita. Kiihtyneenä on vaikeaa olla jämäkkä. ■

PIIA NURHONEN
PSYKOTERAPEUTTI, KOULUTTAJA

LUE LISÄÄ:

MURPHY, J. (2011) ASSERTIVENESS: HOW TO STAND UP FOR YOURSELF AND STILL WIN THE RESPECT OF OTHERS.

SLATER, J. (1990) EFFECTING PERSONAL EFFECTIVENESS: ASSERTIVENESS TRAINING FOR NURSES. JOURNAL OF ADVANCED NURSING 15, 337–356.

POROC H. & MCINTOSH W. (1995) BARRIERS TO ASSERTIVE SKILLS IN NURSES. AUSTRALIAN AND NEW ZEALAND JOURNAL OF MENTAL HEALTH NURSING 4, 113–123.

KESÄISESSÄ KOTIMAASSA

Mieheni ja minä tutustuimme Kuninkaantien nähtävyyksiin kuluneen kesän aikana. Halusimme katsella vanhoja kaupunkikortteleita, kirkkoja ja muita nähtävyyksiä sekä syödä pienissä ja persoonallisissa ravintoloissa. Matkaamme edeltävän kuukauden aikana luimme kyseisen tien varrella olevien kaupunkien ja kirkkojen historiaa. Päivämme täyttivät tuleviin kokemuksiin liittyvistä haaveista.

Matka yhdessä liikuntakyvyltään ja muistiltaan heikentyneen mieheni kanssa osoitti uusien kokemusten tuottavan valtavasti iloa toiminnallisesti heikentyneelle ihmiselle. Valitettavasti kuitenkin kohdasimme monia kulkemista vaikeuttavia rakenteellisia esteitä.

Loviisa oli ensimmäinen kohteemme. Pysäköin automme torin parkkipaikalle. Aurinko paistoi. Päätimme nauttia päiväkahvin torin pienessä kahvilassa ja samalla ihailla toria reunustavia kauniita rakennuksia. Löysimme tyhjän pöydän. Mutta voi! Kahvilan muoviset tuolit keikkuivat torin epätasaisella kivetyksellä. Mieheni pelkäsi tuolin kaatuvan hänen istuessaan siihen. Lopulta löysimme melko tasaisen katupinnan, ja mieheni uskalsi istua tuolille tukeni avulla. Kahvi ja munkki olivat

maukkaita ja näkymät upeita. Minun tukeni turvasi mieheni nousemisen tuolista kahvihetken loppuksi.

Kannustin miestäni katsomaan Loviisan vanhoja taloja kävellen. Patikointi ei kuitenkaan onnistunut. Mieheni pelkäsi kaatuvansa mukulakivikaduilla, eikä suostunut kävelemään niillä. Niinpä kiersimme autollamme Loviisan kapeita katuja. Ihastelimme taloja ja kohteliaita autoilijoita, joita hidas vauhimme ei hermostuttanut. Helsingin kiire ei kuulunut tämän kaupungin tapoihin.

Matkallamme söimme vanhoissa rakennuksissa sijaitsevista ravintoloista. Niiden vanhahtavat kalusteet ja hyvä ruoka ihastuttivat meitä. Ennen näitä nautintoja meidän oli voitettava sisääntuloon liittyvät vaikeudet kipuamalla korkeat ja epätasaiset portaot, joissa ei ollut kaiteita. Lopuksi oli kahdestaan ahtauduttava tavalliseen, pieneen WC-tilaan.

Tapasimme vain ystävällisiä ruokapaikkojen, hotellien ja nähtävyyksien työntekijöitä, jotka auttoivat miestäni. Muutamien nuorten liikkeitä olivat liian nopeita, ja mieheni kieltäytyi avusta. Keski-ikäiset ymmärsivät liikkeiden hidastumisen iän myötä ja osasivat auttaa oikealla tavalla.

Kerroimme ruokapaikoissa ja matkailunähtävyyksissä työskenteleville kaikista myönteisyydestä, mitä olimme kokeneet kyseisessä paikassa. Toimimme esille myös havaitsemamme puutteet. Iäkkäät haluavat tutustua maamme historiaan konkreettisesti. Vanhojen rakennusten esteettömyyttä ja liikumisen turvallisuutta voitaisiin parantaa pienin kustannuksin. Kaiteiden asentaminen, portaiden ja lattioiden pintojen tasoittaminen ja tukevien käsinojallisten tuolien hankkiminen eivät maksa paljon.

Matkamme viimeisenä iltana mieheni istui onnellisena hotellihuoneen tuolilla ja toivoi, että viipyisimme vielä seuraavan yön hotellissa. Uudet kokemukset ja mielenkiintoiset tapahtumat toivat hänelle valtavan mielihyvän. Kivut unohtuivat. ■



Tieto on nyt hyppysissäsi

Ensi keväänä SuPerissa käydään kahdet vaalit, joissa juuri sinä päätät, kuka päättää. Vaaleja varten on laadittu kaksi kätevää opasta: Joka jäsenen vaaliopas sekä Ammattiosaston vaalikäsikirja. Oppaisiin on koottu tiiviisti ja selkeästi tietoa siitä mitä, miksi, miten ja milloin SuPerin vaaleissa tapahtuu.

JOKA JÄSENEEN VAALIOPAS on toimitettu tämän SuPer-lehden liitteenä kaikille äänioikeutetuille ja vaalikelpoisille superilaisille sekä opiskelijajäsenille.

Tutustu oppaaseesi, alleviivaa, taita sivun kulma merkiksi muistettavasta asiasta ja kirjoita mukaan myös omat kommenttisi. Sisällysluettelo ohjaa sinut helposti kulloinkin tarvitsemasi ohjeen luo. Tieto on nyt hyppysissäsi.

Jos olet SuPerin varsinainen jäsen, yrittäjäjäsen tai opiskelijajäsen, muttet saanut Joka jäsenen vaaliopasta, tarkista jäsentietosi ja tarvittaessa päivitä ne.

AMMATTIOSASTON VAALIKÄSIKIRJA puolestaan on tarkoitettu tukemaan ammattiosastojen hallituksia ja liittohallituksen jäseniä, kun he opastavat alueensa superilaisia toimimaan oikein vaalien eri vaiheissa. Vaalikäsikirja sekä kaikki vaaleissa tarvittavat lomakkeet on lähetetty ammattiosastojen puheenjohtajille elokuun lopulla.

Molemmat oppaat voi myös helposti tulostaa SuPerin verkkosivujen vaaliosiota. Samalla voi tutustua Materiaalipankkiin, josta löytyvät muun muassa tulostettavat lomakkeet, sekä Kysymyksiä ja vastauksia -osioon, josta löytyy vastauksia vaaleista usein esitettyihin kysymyksiin. ■

SUPER
LIITTOKOKOUS

8.–9.6.2016

*Sinun liittosi.
Sinä päätät.*

Verkkosivujen vaaliosiossa käynnistyy syyskuussa Vaalifilis-kisa. Lähetä vaalitunnelmat, oivallukset ja muut vaalien herättämät mietteet meille. Tunnelmansa jakaneiden kesken arvotaan lahjakortteja. Lue lisää vaaliosiota!

Vaaleihin valmistautuminen alkaa nyt!

MUISTA NÄMÄ SYKSYLLÄ:

- Ilmoittaudu alueelliseen SuPer-iltaan (katso lisätiedot SuPerin verkkosivuilta).
- Osallistu ammattiosastosi syyskokoukseen. Sinun liittosi. Sinä päätät.
- Tarkista jäsentietosi ja ilmoita muutokset liiton jäsenyksikköön vuoden loppuun mennessä.

AMMATTIOSASTOT HUOMIO!

Alueellisten SuPer-iltojen ajankohdat ja paikat julkaistaan seuraavassa SuPer-lehdessä ja SuPerin verkkosivuilla. Näissä jäsenilloissa pureudutaan erityisesti tuleviin vaaleihin. Ammattiosaston syyskokous kannattaakin järjestää jäsenillan jälkeen, jolloin kaikki tarpeellinen vaalitieto on tuoreessa muistissa.

8/15

PÄIVITÄ YHTEYSTIETOSI
SUPERIN VERKKOSIVUILLA!

9/15

LUE JA OTA TALTEEN TÄMÄN LEHDEN
LIITTEENÄ OLEVA VAALIOPAS

10/15

ILMOITTAUDU ALUEESI SUPER-ILTAAN

OPPISOPIMUKSELLA AMMATTIIN

TEKSTI JA KUVAT MINNA LYHTY

Rinnekoti-Säätiö on kouluttanut oppisopimuksella lähihoitajaksi yli 150 ihmistä vuodesta 1993 lähtien. Tällä hetkellä oppisopimusopiskelijoita on 94. Säätiö haluaa kouluttaa oppisopimuksella, jotta työntekijöillä on juuri kehitysvammatyöhön sopiva ammattitaito.

– Emme pääsääntöisesti ota ketään suoraan oppisopimusopiskelijaksi. Tarjoamme ensin määräaikaisen työsuhteen avustavissa tehtävissä. Sen aikana varmistamme puolin

ja toisin, onko vammaisala juuri sitä, mihin työntekijä haluaa sitoutua, Rinnekodin oppisopimuskoulutuksesta vastaava kehittämis-koordinaattori Anne Honkanen kertoo.

Oppisopimusopiskelijat ovat työsuhteessa Rinnekotiin, mutta tietopuolisen koulutuksen toteuttaa Helsingin Diakoniaopisto. Oppimisesta 80 prosenttia tapahtuu työpaikalla, 20 prosenttia koulussa. Teoriaopetusta on noin päivä viikossa.

Laaja-alaisuutta oppisopimuskoulutukseen

SuPerin puheenjohtajan Silja Paavolan mukaan oppisopimusopiskelu on erinomainen tapa opiskella lähihoitajaksi, mutta on pari asiaa, jotka koulutusmuodossa toisinaan mättävät.

– Opiskelijan ei anneta olla opiskelija, vaan häntä pidetään ikään kuin työntekijänä. Oppisopimusopiskelija on kuitenkin opiskelija, jolla pitää olla seniorilähihoitaja ohjaamassa. Välttämättä töitä ei tarvitse tehdä käsi kädessä, mutta ohjaajan pitää tietää, mitä opiskelija on tehnyt.

Toinen ongelma on laaja-alaisen ammattitaidon saaminen. Koulutuksen aikana täytyy päästä työssäoppimisjaksoille monenlaisiin paikkoihin. Isot työnantajat voivat tarjota monipuolisesti työssäoppimispaikkoja, mutta pienet yritykset eivät tähän välttämättä pysty. Paavola ehdottaa, että pienet yritykset tekisivät keskenään yhteistyötä siten, että oppisopimusopiskelijat pääsisivät helposti työharjoitteluun.

Oppisopimuskoulutukseen voi hakeutua missä iässä tahansa, mutta suoraan peruskoulusta päässeille se tuo ylimääräisiä haasteita.

Lainsäädäntö rajoittaa alle 18-vuotiaiden työntekijöiden työskentelyä. Lisäksi työpaikalla ei ole samanlaista kasvun varaa kuin koulussa, joten nuoren pitää olla henkisesti kypsä kantamaan vastuuta.

– Monet nuoret kykenevät siihen ihan hyvin. Se riippuu täysin opiskelijan omasta kehitysvaiheesta.

Paavola korostaa työpaikkaohjaajan merkitystä. Ohjaajan pitää olla lähihoitaja, jotta opiskelijalle syntyy ammatti-identiteetti.

– Ohjaaminen on kaksisuuntaista ja vuorovaikutteista, jossa myös opiskelija antaa ohjaajalle paljon. Se on erinomainen tapa vahvistaa omaa tietotaitoa.

Jos opiskelija kysyy jotain, mihin ohjaaja ei osaa vastata, pulmaan voidaan etsiä vastaus yhdessä.

– Se pitää tehdä heti tai viimeistään seuraavana päivänä, ettei opiskelijan mielenkiinto asiaa kohtaan katoa.

Ohjaajan tehtäviä ei voi hoitaa vasemmalla kädellä. Siksi Paavolan mukaan ohjaajalle pitäisi maksaa kasvaneesta vastuusta. Työnantajan pitäisi huomioida myös se, että ohjaajalla ja opiskelijalla on riittävästi aikaa keskusteluihin.

**OPPISOPIMUSOPISKELIJA
ON OPISKELIJA,
JOLLA PITÄÄ OLLA
SENIORILÄHIHOITAJA
OHJAAMASSA.**



Viittä vaille valmis lähihoitaja Leena Leppiniemi on kiinnostunut sekä hoidollisesta että ohjaavasta työstä. Vielä ei ole selvillä, kumpaan hän hakeutuu valmistuttuaan.

Vahva tunne vei vammaistyöhön

Leena Leppiniemi, 23, ei edes harkinnut lähihoitajaopintoja peruskoulun jälkeen. Hän opiskeli merkonomiksi. Valmistumisen jälkeen hän työskenteli kaupassa ja sairaalan puhelinvaihteessa. Yhden kuukauden hän oli nuoren, cp-vammaisen naisen henkilökohtaisena avustajana.

– Se oli ensikosketus alaan. Kiinnostuin vammaisuudesta ja kehitysvammaisuudesta.

Leena halusi opiskella lähihoitajaksi, mutta päiväopinnot eivät olleet vaihtoehto, koska hän oli juuri ollut koulunpenkillä. Hän alkoi etsiä tietoa oppisopimuskoulutuksesta ja päätyi Rinnekodin verkkosivuille.

– Soitin Rinnekotiin, mutta juuri sillä hetkellä heillä ei ollut tarjota töitä. Kuitenkin jo muutama viikon jälkeen sain puhelinsoiton. Minulle tarjottiin sijaisuus Metsärinne-yksiköstä.

Kolmentoista asukkaan yksikössä suurin osa oli syvästi kehitysvammaisia, liikuntarajoitteisia ja täysin hoidettavia. Vaikka työ oli fyysisesti raskasta,

Leena huomasi pitävänsä siitä. Puolen vuoden jälkeen, tammikuussa 2013, alkoi oppisopimuspäätös.

ERILAISTA AJATTELUA

Leena Leppiniemi on edelleen töissä Metsärinne-yksikössä, mutta asukkaat ovat vaihtuneet parin vuoden aikana. Entiset asukkaat ovat siirtyneet muualle ryhmäkohteisiin. Nykyiset asukkaat pärjäävät arjessa pienellä ohjaamisella, mutta heillä on käytöshäiriöitä. Työssäoppimisjaksoilla Leena on ollut Rinnekodin eri yksiköissä ja yhden jakson tavallisessa päiväkodissa.

Tavallisesti viikossa on neljä työpäivää ja yksi koulupäivä. Myös vapaa-aikaa joutuu käyttämään opintoihin.

– Näyttösuunnitelmat pitää tehdä aina nopeasti. Tahti on välillä kova, mutta myös palautumiseen on ollut aikaa.

Leena kokee vammaistyön omaksi alakseen. Työssä pitää arvostaa erilaisuutta ja osata olla vuorovaikutuksessa kaikenlaisten ihmisten kanssa.

– On tärkeää ymmärtää se, ettei kehitysvammaisen ajattelu ole samalla tasolla kuin terveellä. Minun pitää yrittää saada kiinni hänen ajattelustaan.

Syksyllä valmistuva lähihoitaja tietää, että kehitysvammaiset voivat elää hyvää elämää.

– He ovat samanlaisia yksilöitä kuin me kaikki muutkin. Jotkut ovat tyytyväisiä, kun he saavat katsoa rauhassa televisiota, mutta toiset tarvitsevat iloon Linnanmäkeä. ►

**NÄYTTÖSUUNNITELMAT
PITÄÄ TEHDÄ AINA
NOPEASTI. TAHTI ON
VÄLILLÄ KOVA, MUTTA
MYÖS PALAUTUMISEEN
ON OLLUT AIKAA.**



Työ on Mikko Heinolle sydämen asia. Hän on kiitollinen siitä, että sai opiskella ja pääsi tekemään työtä, josta haaveili pitkään.

Oma ala löytyi varkain

Mikko Heino, 34, aloitti oppisopimuskoulutuksen Rinnekodissa syksyllä 2010. Paikan saaminen ei käynyt ihan käden käänteessä.

– Etsin oppisopimuspaikkaa vanhus- ja päihdepuolelta vuoden verran, mutta en päässyt minnekään. Kaverini oli täällä töissä, joten hän vinkkasi, että Rinnekodissa oppisopimusopiskelu on mahdollista.

Mikko aloitti työt ensin avustajana, mutta hän ilmoitti työnantajalleen pian, että on kiinnostunut hankkimaan koulutuksen työhön.

– Vammaisala löytyi vähän varkain, mutta pidän tästä työstä paljon. Täällä pienet asiat ovat suuria. Opin koko ajan elämästä lisää. Työssä tulee vastaan haastavia asioita, mutta pääsääntöisesti meillä on hauskaa.

Mikko työskenteli ennen lähihoitajaopintoja leipomossa ja tehtaissa. Hän myös keikkailee Minutian-bändin kanssa. Musikaalisuutta pääsee hyödyntämään työssä ihan niin paljon kuin haluaa. Yksikössä pidetään päivittäin musiikkihetki ja kesällä musisoi-

daan yhdessä myös ulkona.

Tällä hetkellä Mikko työskentelee puolet työajastaan Autismi Vaa'assa, joka on nelipaikkainen kuntouttava yksikkö. Siellä asuvat nuoret miehet tarvitsevat vahvaa tukea. Puolet työajastaan Mikko on autistien päivätoiminnassa.

HALUAN JEESATA MUITA

Opiskeluaikana Mikko Heino oli harjoitteluissa muissa Rinnekodin yksiköissä, päiväkodissa ja asunnottomien asuntolassa. Hän työskenteli pari vuotta Rinnekodin päivätoimintayksikössä Helsingissä, mutta halusi palata Autismi Vaakaan.

– Täällä on aikaa olla oikeasti läsnä. Minulle on tärkeää, että voin jeesata yhtä ihmistä kerrallaan.

Mikon mielestä oppisopimuskoulu-

tus on erinomainen tapa kouluttautua ammattiin.

– Kun ottaa opiskelun tosissaan, siitä saa hirveästi. Teoria ja työssä opitut asiat nivoutuvat hyvin yhteen. Kun oli jo elämäkokemusta, se helpotti oppimista.

Mikko kertoo, että opinnot ja työ ovat muuttaneet häntä ihmisenä.

– Tämä työ vaatii ymmärryksen lisääntymistä ja henkistä kasvamista. Yritän miettiä aina, että jos olisin itse tuen tarpeessa, miten haluaisin hoitajan koh-

taavan minut. Haluaisin laadukasta hoitoa, jossa olisi hyvä mutta ei liian tiukka ote.

Mikko ei tuo omia elämisen malleja työhön. Hänen mielestään hoitajan pitää tutustua kehitysvammaisen maailmaan ja tu-

kea niin, että tämä pärjää arjessaan. Ketään ei saa lähteä muuttamaan toisenlaiseksi.

**KUN OTTAA OPISKELUN
TOSISSAAN, SIITÄ SAA
HIRVEÄSTI. TEORIA
JA TYÖSSÄ OPITUT
ASIAT NIVOUTUVAT
HYVIN YHTEEN.**



Silja Honkanummen haaveissa ovat lisäopinnot, esimerkiksi lisätieto autismin kirjon oireyhtymästä kiinnostaa.

Viisikymppisenä matkailusta vammaistyöhön

Silja Honkanummi, 55, työskenteli 25 vuotta matkailualalla, kunnes hänet irtisanottiin yt-neuvotteluissa.

– Se ei ollut shokki. Olimme osanneet varautua töiden loppumiseen työ-kavereiden kanssa. Matkailualasta luopuminen ei ollut vaikeaa, vaan ainoastaan vähän haikeaa, koska työtehtävät ja työkaverit olivat mukavia.

Silja ei keksinyt heti, mitä alkaisi tehdä työkseen. Selvää oli se, ettei hän halunnut istua enää koko päivää tietokoneen ääressä.

Työ- ja elinkeinotoimistossa hän kuuli turva-avustajakoulutuksesta, jossa opiskeltaisiin osa lähihoitajatutkinnosta ja osa turvallisuusalan perustutkinnosta. Koulutus järjestettiin yhteistyössä Hyrian ja Rinnekodin kanssa, josta luvattiin myös työpaikka.

– Minulla ei ollut mitään ennakkoodotuksia alasta. Päätin vain kokeilla jotain uutta.

Kokeilu onnistui niin hyvin, että koulutuksen jälkeen Silja päätti tehdä koko lähihoitajatutkinnon oppisopimuksella.

Hän opiskeli tutkinnon kahdessa vuodessa ja valmistui uuteen ammat-tiin 53-vuotiaana vuonna 2013.

– Monilla aloilla on ikäsyrajintää, mutta tällä alalla en ole kokenut sitä.

OPPI SOVELLETAAN KÄYTÄNTÖÖN

Silja Honkanummi on tyytyväinen oppisopimuskoulutukseen, joka takasi myös säännölliset tulot. Opiskelu ei tuntunut vaikealta.

– Oppisopimuskoulutus vaatii itsenäistä opiske-lua omalla ajalla. Siihen täytyy osata varata riittävästi aikaa.

Uuden ammatin omaksuminen sujui helposti, vaikka Silja olikin tullut alalle täysin erilaisista töistä.

– Tädillääni oli down-syndrooma, joten olen tottunut erilaisuuteen jo lapsesta lähtien. En kokenut vammaisten kohtaamista vaikea-

na. Kaikilla on omat luonteenpiirteensä vammaisuudesta huolimatta.

Silja työskentelee Ainolassa, joka tarjoaa kuntouttavaa toimintaa mielenterveysasiakkaille.

Kaikki kymmenen kehitysvammaisista asukasta ovat fyysisesti melko hyväkuntoisia, ja he asuvat omissa vuokra-asunnoissaan. Siljan tehtävänä on ohjata heitä päivittäisissä askareissa ja hoitaa heidän asioitaan yhdessä moniammatillisen työryhmän kanssa. Tavoitteena on, että asukkaat siirtyvät vähemmän tuettuihin asumis-palveluihin myöhemmin.

Silja harjoitteli myös muissa Rinnekodin yksiköissä ja yhden jakson päiväkodissa.

Hänen mielestään oppisopimuskoulutuksessa teorian ja käytännön

kulkeminen rinnakkain on etu. Oppimaansa pääsee soveltamaan heti käytäntöön. ■

**OPPISOPIMUSKOULUTUS
VAATII ITSENÄISTÄ
OPISKELUA OMALLA
AJALLA. SIIHEN
TÄYTYY OSATA VARATA
RIITTÄVÄSTI AIKAA.**

Minnesota-päihdehoitomalli on LÄÄKKEETÖNTÄ TODELLISUUSTERAPIAA

TEKSTI JA KUVAT IDA SUOMINEN

Lähihoitaja Elina Vaittinen-Kulmala aloitti alkoholin viihdekäytön parikymppisenä. Käyttö lähti nopeasti käsistä ja kymmenen vuotta kului viinan ikeen alla. Pari vuotta sitten perhe kyllästyi ja passitti hänet vertaistukeen perustuvaan Minnesota-malliseen päihdehoitoon.

– Tulin tapaninpäivänä 2013 kännissä kotiin. Lapsellani oli syntymäpäivä, jonka olin unohtanut, ja meillä oli talo täynnä vieraita. Kaikki läheiset olivat siellä. Kun he eivät edes huutaneet minulle, ymmärsin, että nyt he eivät enää jaksa.

Elina Vaittinen-Kulmala on ollut raittiina puolitoista vuotta. Hän haakeutui vuoden 2013 joulukuussa Minnesota-hoitoon Naantalin Rymättylässä sijaitsevaan hoitolaitokseen. Vanhemmat olivat jo alkuvuodesta ottaneet hoitomuodosta selvää, mutta silloin Vaittinen-Kulmala oli kieltäytynyt. Nyt kuitenkin iski pelko yksin jäämisestä.

– Äiti ja aviomies kysyivät, pitääkö minun menettää kaikki ennen kuin tajuun tarvitsevani apua. Että onko oikeasti niin, että tätä haluan omille lapsilleni tarjota. Ja vaikka olin juovuksissa, heidän hätänsä, huolensa ja väsymyksensä tuli niin voimakkaasti läpi, että tajusin. Siinä heräsi kauhea pelko, että jos en nyt lähde hoitoon niin jään yksin, eikä minulla sen jälkeen ole enää ketään.

VERTAISTUKEA JA RYHMÄTERAPIAA

Minnesota-hoito kehitettiin 1950-luvulla Pohjois-Amerikassa päihdekuntoutujien ja psykiatrian ammattilaisten yhteistyönä. Lääkkeetön hoito perustuu vertaistukeen ja ryhmäterapiaan. Potilaiden lisäksi myös päihdeterapeutit ovat kokeneet päihderiippuvuuden joko itse tai omaisen kautta.

– He ovat kaikki olleet päihderiippuvaisia ja käyneet läpi tämän saman hoidon. Sillä on valtavan suuri merkitys, koska he ymmärtävät täysin, mistä sairaudesta on kyse. He tietävät, ettei alkoholista pidä itseään alkoholistina. En minäkään ajatellut olevani sairas, kun astuin hoitolaitoksen ovista sisään. Silmät aukesivat vasta, kun infotilaisuudessa yksi päihdeterapeuteista kertoi, millä tavalla sairaus muutti hänen koko elämänsä. Silloin tuntui siltä, kuin terapeutti olisi puhunut minusta, Vaittinen-Kulmala kuvailee.

Hoitomalliin liittyy vahvasti myös alkoholismin käsittäminen kroonisena, perinnöllisenä sairautena. Se ei parane, mutta raittiit elämäntavat mahdollistavat normaalin elämän. Vaittinen-Kulmalan mukaan raitistumisessa vaikeinta oli nimenomaan ymmärtää, että alkoholismissa on kyse sairaudesta eikä selkärangattomuudesta.

– Siinä kohtaa kun tulin hoitolaitokselle, päihde oli täyttänyt koko elämän,



Päihdeterapeutti Harri Nyman kannustaa lähipiiriä puuttamaan rohkeasti juovan alkoholistin valintoihin.

eikä ilman sitä osannut enää elää. Jollain tapaa oli valtava helpotus ymmärtää, että tämä on fyysinen sairaus siinä missä muutkin. Olin luullut, että olen selkärangaton ja että vika on minussa.

Sairauskäsitykseen kuuluu ajatus, että alkoholismi on primääri, krooninen ja hoitamattomana ennenaikaiseen kuolemaan johtava sairaus. Päihdeterapeutti Harri Nyman kuvailee Minnesota-mallia todellisuusterapiaksi. Hoito alkaa kuukauden mittaisella intensiivijaksolla laitoshoidossa, mitä seuraa yksitoista kuukautta vertaistukiryhmissä. Ensimmäisen kuukauden aikana potilas avustetaan irti alkoholista, ryhmässä taas opetellaan ylläpitämään raitista elämäntapaa.

Hoito on lääkkeetön. Sen aikana ajetaan alas kaikki keskushermostoon vaikuttavat lääkkeet, kuten voimakkaat kipu- ja unilääkkeet. Muuhun lääkitykseen hoito ei kuitenkaan puutu.

– Keskushermostoon vaikuttavilla päihdyttävillä lääkkeillä on täysin samanlainen vaikutus kuin alkoholilla. Jos viina jää pois mutta lääkkeet eivät, ei yleensä mene kovin pitkään siihen, että viina tulee takaisin, Nyman perustelee.

ON TÄRKEÄÄ KUULLA HYVÄÄ ITSESTÄÄN

Nymanin edustamassa Rehappi-hoitolaitoksessa tyypillinen päivä alkaa kaikkien potilaiden yhteisellä hetkellä, aamumietiskelyllä. Mietiskelyn tavoite on opettaa hoidossa olevat puhumaan omista tuntemuksistaan ja samalla tarjoamaan mahdollisuuden kuunnella muita.

Mietiskelyn jälkeen aamupäivä vietetään terapiaistunnoissa, jotka jatkuvat puolille päivin. Istunnot jatkuvat jälleen puoli kahden tai kahden aikaan ja päättyvät viideltä. Päivän loppuksi po-



Raitistuttuaan lähihoitaja Elina Vaittinen-Kulmala siirtyi töihin Rehappi-hoitolaitokseen, jossa itse sai apua alkoholiongelmaansa.

tilaat kokoontuvat vielä purkamaan kuluneen päivän tapahtumia ja ajatuksia yhdessä terapeuttien ohjauksessa. Sisällöllisesti istunnot voivat olla esimerkiksi oman elämän läpikäymistä tai juomisen seurauksista keskustelua. Välillä ne ovat terapeuttien luentoja alkoholismista ja päihderiippuvuudesta.

Intensiivijakson loppupuoliskolla vietetään läheisviikonloppu. Alkoholistin läheiset, joihin sairaus on voimakkaimmin vaikuttanut, kutsutaan laitokselle kahdeksi päiväksi. Aluksi heille selitetään, millaisesta sairaudesta alkoholismissa on kyse. Myöhemmin läheiset ja potilas pääsevät keskustelemaan. Ensimmäisenä päivänä kukin paikalle tullut läheinen kertoo alkoholistille vuorotellen, miltä tämän juominen on tuntunut. Toisena päivänä paikat vaihtuvat ja ensimmäisenä päivänä vain kuuntelemaan joutunut alkoholisti pääsee vuorostaan purkamaan omia tuntojaan. Lopuksi keskustelijat kuvailevat toisilleen, millaisia suunnitelmia ja haaveita heillä on tulevaisuuden varalle.

– Siinä kerrotaan puolin ja toisin, mitä toisen hyvät puolet ovat. Myös al-

koholistin on tärkeää kuulla, mitä positiivista hänessä on sitten kun viina jää pois, Vaittinen-Kulmala muistuttaa.

LÄHEINEN SAIRASTUU ALKOHOLISTIIN

Hoitoon kuuluu tärkeänä osana myös alkoholistin lähipiirin hoitaminen. Nymenin mukaan sairastuneen omaiset ovat usein vielä sairaampia kuin alkoholisti itse.

– Läheisten elämä on usein totaalisen sekaisin. Moni ei ole enää vuosiin elänyt omaa elämäänsä, vaan elää alkoholistin kautta. Aina ensimmäisenä mielen päällä on aina se, mitä alkoholistille kuuluu, ja sen mukaan mennään sitten itsekkin. Sanon yleensä, että alkoholisti sairastuu alkoholismiin ja läheinen sairastuu siihen alkoholistiin. He tarvitsevat apua ihan samalla tavalla.

Vaittinen-Kulmala kertoo, kuinka hänen sairauttaan väritti kasvava valheiden verkko. Lopulta myös perhe alkoi valehdella hänen puolestaan.

– Harva lähipiirini ulkopuolelta edes tiesi, että olen alkoholisti. Olimme rakentaneet kullissit niin taitavasti ja valehtelimme niin hyvin.

Hoidossa valheiden ja epävarmuuden muodostama möykky alkoi pienentyä. Muut potilaat puhuivat asioistaan avoimesti, mikä lopulta rohkaisi myös Vaittinen-Kulmalan kertomaan omista kokemuksistaan. Hän pääsi puhumaan asioista, jotka oli uskonut vievänsä mukanaan hautaan. Kun elämäntarinan sai jaettua muiden samanlaisia asioita kokeneiden kanssa, painajaiset loppuivat kuin seinään.

ENITEN AUTTAA KUN OTTAA PUHEEKSI

Paras tapa auttaa alkoholistia on Nymenin mukaan ottaa asia puheeksi.

– Jos vastapuoli suuttuu, tietää osu-neensa arkaan paikkaan ja jättäneensä sille ihmiselle jonkinlaisen muistijäljen. Vaikka hän ei hakeutuisikaan hoitoon heti, ajatus saattaa jäädä kytemään.

Vaittinen-Kulmala muistuttaa, että alkoholisti on sokea omalle tilalleen. Hän toivookin, että sairastuneiden lähipiiri pitäisi sen mielessään.

– Niiden, joilla on juova alkoholisti elämässään, pitäisi rohkeasti pyytää apua. Alkoholismi on sairaus, jota ei tarvitse hävetä. Siihen saa kyllä apua. ■



SUPER

LÄHIHOITAJA- OPISKELIJA, LIITY SUPERIIN!

Lähihoitajien oman liiton opiskelijajäsenenä
saat maksutta:

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

Lue lisää ja liity nyt www.superliitto.fi
tai skannaa koodi



www.superliitto.fi



facebook.com/superliitto



[@superliitto](https://instagram.com/superliitto) [#superliitto](https://twitter.com/superliitto)



Hämeenlinnan ammatti-
osaston 610 talouden-
hoitajassa Elina
Pulkkisessa on selvästi
SuPerin sinistä sävyä.

Superilaiset
ammattiosastoista
610, 611, 612 ja 613
sekä Raksanuoret
järjestivät kesällä
väriestejuoksun, jossa
pintaan tarttui niin
vaaktoa kuin väriä.



SuPer- nuorten toiminta on superia!

TEKSTI HENRIKKA HAKKALA KUVAT SUPER-NUORET

SuPer-Nuorten paikallisissa ja valtakunnallisissa tapahtumissa eteen voi tulla mitä tahansa: hauskaa tekemistä ja toimintaa, rentoa menoa, uusia samanhenkisiä tuttavuuksia ja tärkeää tietoa työelämästä.

Aktiiviset alle 35-vuotiaat superilaiset järjestävät oman näköistensä puuhaa ammattiosastoissa mutta myös yli niiden rajojen ja valtakunnallisesti. Heitä tukevat osaava SuNu-työryhmä sekä liiton työntekijä Tanja Oksanen. Liittorajataan eivät ole este hyvälle yhteistyölle paremman työelämän puolesta. Siinä kaverina ovat Rakennusliiton Raksanuoret.

Mikään idea ei ole liian vähäpätöinen, ja toimeliaita käsiä tarvitaan aina. Nuori SuPerin varsinainen jäsen, lähde sinäkin mukaan tekemään ammattiosastosi superilaisesta toiminnasta vielä nykyistään enemmän juuri sinun näköistäsi. ■



Iso joukko SuPer-
Nuoria kävi nautti-
massa Karmarockista
Harjavallassa.

Aluksi oli ihan puhdasta,
mutta kuinka sitten
kävikään?



SUPER-NUORTEN OMAN
FACEBOOK-SIVUN
LÖYDÄT HAKUSANALLA
SUPER-NUORET.



INSTAGRAMISSA LÖYDÄT SUPER-NUORET OSOITTEESTA
@supernuoret TAI TUNNUKSELLA #supernuoret. KUN 200:N
SEURAAJAN RAJA MENEÄ RIKKI, ARVOTAAN SEURAAJIEN JA
KUVAA JAKANEIDEN KESKEN NÄPPÄRIÄ, VETTÄ PITÄVIÄ REPPUJIA!

VOIT TUTUSTUA SUPER-
NUORIIN MYÖS SUPERIN
VERKKOSIVUILLA OSOITTEESSA
<http://www.superliitto.fi/ammattiosastot/super-nuorten-toiminta/>

OTA ROHKEASTI YHTEYTTÄ SUNU-
TYÖRYHMÄN JÄSENIIN JA LIITON OPIS-
KELIJA-ASIAMIES TANJA OKSASEEN, JOS
KAIPAAT LISÄÄ TIETOA SUPER-NUORTEN
TOIMINNASTA TAI SINULLA ON MAHTAVA
IDEA TOTEUTTAMISTA VAILLA.



TÄTÄ ON
TOIVOTTU

IHANAT OPISKELIJAT TULEVAT TAAS

TEKSTI MARJO SAJANTOLA KUVA INGIMAGE

Monien selvitysten mukaan työpaikka-ohjaajalla on opiskelijalle äärettömän suuri merkitys.

Työpaikalla tapahtuva oppiminen on tärkeä osa ammatillisen osaamisen hankkimista. Ammatillisena peruskoulutuksena suoritettavassa lähihoitajatutkinnossa on oltava työssäoppimisen kautta hankittua osaamista. Työpaikkaohjaajan lisäksi koko työyhteisö vaikuttaa opiskelijan ammatillisen identiteetin syntyyn ja ammattiosaamisen kehittymiseen.

– Työpaikalla pitäisi olla myönteinen ilmapiiri opiskeli-

jaohjaukseen – ajatus siitä, että tässä perehdytetään tulevaa työkaveria. Vaikka opiskelijalla on oma työpaikkaohjaajansa, kaikilla työyhteisön jäsenillä on ohjausvelvollisuus, SuPerin asiantuntija Sara Simberg sanoo.

Hän jatkaa, että opiskelijan ohjaamisesta ei voi kieltäytyä, sillä se kuuluu työhön, ja työnantajalla on työnjohdollinen oikeus määrätä tehtävään. Vastentahtoisesti opiskelijan ohjaajaksi ryhtyminen ei kuitenkaan ole mielekästä, ei työntekijän, työyhteisön eikä opiskelijan kannalta.

– Näkisin, että on työnantajan velvollisuus selvittää haluttomuuden syy. Voi olla, että työntekijä pelkää lisäkuormitusta tai kokee, ettei hänellä ole valmiuksia ohjaustyöhön, jolloin työnantajan on järjestettävä koulutusta.

Ihanteellista olisi, jos opiskelijalla olisi kaksi työpaikkaohjaajaa, mutta Simberg tietää sen olevan resurssikysymys etenkin pienissä yksiköissä. Vuorotyö, lomat, sairastumiset tai muut esteet eivät haittaisi opiskelijan ohjausta niin paljon, jos ohjaajia olisi kaksi. Lisäksi opiskelijan arvioinnissa ja ammatilliseen peruskoulutukseen kuuluvissa ammattiosaamisen näytöissä ohjaajat voisivat yhdessä pohtia opiskelijan saavutuksia monipuolisesti.

– Toki työpaikkaohjaaja kerää opiskelijan osaamisesta tietoa koko työyhteisöltä. Lisäksi opiskelijalle on nimettävä päivän alussa päävastuuohjaaja aina, kun oma ohjaaja ei ole työvuorossa.

Ohjaaja arvioi opiskelijan oppimista ja osaamista koko jakson ajan antamalla sellaista palautetta, joka tukee opiskelijan yksilöllistä tapaa oppia. Ammattiosaamisen näytöstä annetaan numeerinen arvio.

– Numerot ovat yhdestä kolmeen ja sitä kolmesta on käytettävä, jos arviointikriteerit täyttyvät. Jotkut ajattelevat edelleen, ettei korkeinta arvosanaa voi antaa, koska kukaan ei ole täydellinen.

TIETOA, TAITOA JA IDEOLOGIAA

Samassa ammatissa työskentelevällä on parhaimmat edellytykset opettaa ammatin salat tulevalle ammattilaiselle. Lähihoitajan työ on kokonaisvaltaista ihmisen tukemista ja auttamista, mihin kuuluu myös hoidon vaikutuksen arviointi. Eettinen pohdinta kuuluu opiskeluun, sillä opiskelija kehittyy ja kasvaa ammattiinsa myös pohdinnan ja ohjaajan kanssa käymänsä dialogin kautta.

Sara Simberg näkee, että työpaikkaohjaajalla pitäisi olla hyvät vuorovaikutustaidot ja kyky ottaa huomioon erilaiset opiskelijat.

– Vaikka tutkinnon perusteet ovat samat, ovat opiskelijan tavoitteet yksilöllisiä. Opiskelijat oppivat eri tavalla ja eri tahdissa. Pitää olla herkkyyttä ottaa opiskelija yksilönä. Tässä yhteydessä on syytä muistaa, että aikuisopiskelijakin tarvitsee ohjausta. Hyvä työpaikkaohjaaja on innostunut tehtävästään ja hänellä on sietokykyä ja taito tehdä useita asioita yhtä aikaa.

PITÄÄ OLLA HERKKYYTTÄ OTTAA OPIKELIJA YKSILÖNÄ.

TYÖNANTAJAN TEHTÄVÄT

Työnantajan on järjestettävä työpaikkaohjaajalle riittävästi aikaa ohjaustehetävään, perusteisiin ja arviointikriteereihin perehtymiseen sekä opiskelijan ja hänen tavoitteisiinsa tutustumiseen. Simberg painottaa, että ohjauksen laatu kärsii, jos aikaa on liian vähän.

– Työnantaja varmistaa myös ohjaajan osaamisen ja tarvittaessa antaa mahdollisuuden osallistua koulutukseen. Työntekijöiden tasapuolinen kohtelu edellyttää, ettei työnantaja voi vaatia vain tiettyjen, jo koulutettujen työntekijöiden olevan aina työpaikkaohjaajina. Jokainen ohjaa vuorollaan ja heillä on oltava siihen vaadittava taito.

OPIKELIJALLE SÄÄNNÖT SELVÄKSI

Ensimmäinen työssäoppiminen voi olla ensimmäinen kosketus tulevan ammatin työelämään. Onkin ensisijaista ottaa opiskelija hyvin vastaan osaksi työyhteisöä, perehdyttää riittävästi ja käydä tarkkaan läpi työturvallisuusasiat.

Vaikka opiskelija olisi vasta 15-vuotias, häneltä on edellytettävä työelämän pelisääntöjen noudattamista. Monissa työpaikoissa opiskelijalle annetaankin nämä kirjallisesti perehdyttämispaketissa tervetuloitotusten kera.

Jos opiskelija jatkuvasti rikkoo sääntöjä tai käyttäytyy muuten epäammattimaisesti, ohjaajan on välittömästi otettava asia puheeksi opiskelijan kanssa, vaikka se tuntuisi vaikealta. Myös oppilaitokseen on otettava yhteyttä. Yhdessä opiskelijan ja opettajan kanssa mietitään, mitä voitaisiin tehdä. Jokaisen oikeusturvan kannalta on tärkeää, että asia käsitellään perin pohjin.

Lähihoitajan ammatti on käytännönläheinen. Siksi työssäoppiminen on keskeinen osa ammatillista peruskoulutusta. Opiskelijat tuovat uusia näkemyksiä työhön ja ravistelevat rutiineita. Toivota heidät tervetulleiksi! ■

TÄSSÄ SARJASSA TEEMME JUTTUJA LUKIJOIDEN TOIVEIDEN POHJALTA. TOIVEET PERUSTUVAT LUKIJATUTKIMUKSESTA 2014 SAATUIHIN PALAUTTEISIIN, JOISTA OSA JULKAISTAAN VIEREISISSÄ PUHEKUPLISSA.

Lähihoitajan työhön liittyvät jutut ovat mielenkiintoisia.

Esimerkkejä miten toimia työpaikkaohjaajana.

Työssäoppimisesta työpaikkaohjaajan näkökulmasta.

Ammattiin liittyviä asioita.

Asenne- ja motivaatiojuttuja.

Mitä kaikkea opiskelijoiden ohjaus on.

Enemmän lyhyitä artikkeleita!

Kohdelkaa meitä kuin muitakin ihmisiä!

Riku Kylmänen, 33, asuu Forssassa Lamminrannan asumispalvelujen tarjoamassa kodissa. Hän ei anna cp- ja kehitysvamman rajoittaa unelmiensa toteutumista. Aktiivinen mies käy konserteissa, teatterissa ja elokuvissa. Runoudesta Kylmänen kiinnostui jo lapsena. Tekeillä on toinen omakustanne-runokirja, jossa hän käsittelee elämäänsä vammaisena. Kylmänen sanoo kirjoittavansa runoja, koska ne ovat osa hänen identiteettiään.

Millainen on hyvä hoitaja?

Luotettava. Jos en luota, homma tyssä heti siihen. Hyvä hoitaja on sellainen, jonka kanssa synkkaa. Vieraan ihmisen kanssa menen helposti lukkoon. Olen herkkä ihminen.

Millainen ihminen sopii vammaistyöhön?

Sellainen, joka ei arkaile yhtään. Olen nähnyt erilaisia hoitajia vuosien mittaan. Joiltakin puuttuu yhteistyökyky. Ehdottoman tärkeää on se, että alalle on persoonallisuustestit. Niiden avulla pitäisi valita parhaat ihmiset. Toivoisin enemmän nuoria vammaistyöhön.

Tykkäätkö asua Lamminrannassa?

Joo, täällä on hyvä porukka. Saa tulla ja mennä miten haluaa. Ihmisläheisyys toteutuu täällä, vanhassa asunnossani se ei toteutunut. Se oli laitostainen paikka. Tämä tuntuu enemmän kodilta.

Tuleeko sinulle mieleen jokin hauska muisto hoitajasta?

Joo montakin. Kun muutin tänne, menin ostamaan verhot Liisan kanssa. Jäimme pyörätuolilla lumihankeen kiinni. Yritin rauhoitella Liisaa. Hän soitti toiselle hoitajalle, joka tuli auttamaan meitä. Kerran lähdin yöhou-

suissa töihin, kun hoitaja ei huomannut vaatteissa mitään outoa. Että tällaisia juttuja täällä sattuu.

Onko sinulla jokin huono muisto hoitajasta?

Joskus on käynyt niin, että hoitaja on vähän tiuskinut. Olen kysynyt ystävällisesti, mikä sinua vaivaa. Hoitaja on sitten kertonut siitä.

Millaisia vinkkejä antaisit hoitajille?

Kohdelkaa meitä kuin muitakin ihmisiä! Hankkikaa lisäkoulutusta vammaisuudesta.

LAMMINRANNAN ASUMISPALVELUT TARJOAA YMPÄRIVUOROKAUTISTA TEHOSTETTUA PALVELUASUMISTA VIIDELLETOISTA KEHITYSVAMMAISELLE. YKSIKÖSSÄ KOROSTETAAN ASUKKAIDEN ITSEMÄÄRÄÄMISOIKEUTTA JA OSALLISUUTTA.

TEKSTI JA KUVA MINNA LYHTY



Huonosta johtamisesta vaietaan

Huonosta johtamisesta ei juuri puhuta, vaan johtamista koskeva kritiikki



voidaan jopa aktiivisesti vaieta. Tätä mieltä on johtamisesta väitöskirjan tehnyt Anu Pynnönen.

– Usein lähtöoletuksena on, että johtajat ovat hyviä. Tätä käsitystä toistetaan ja ylläpidetään erilaisissa johtamista koskevilla puheilla ja teksteillä.

Pynnösen tutkimassa aineistoissa esiintyy sekä yksityistä että kunnallista sektoria edustavia tekstejä. Kunta-ala on viime vuosikymmenet lähentynyt yksityisen sektorin toiminta- ja johtamismalleja.

Kunta-alan johtajan päämäärät ja sidosryhmät ovat kuitenkin jo lainsäädännön näkökulmasta erilaisia kuin yrityksen toimitusjohtajan. ■



JOOA JOO...

”Mielestäni ammattiyhdistysliike on keskittynyt palkankorotuksiin, sen sijaan että he olisivat ajatelleet työpaikkoja ja sitä pientä varallisuutta, joka kaikilla suomalaisilla on – nimittäin oma koti.”

SAMMON KONSERNIJOHTAJA
KARI STADIGH

MTV3 TV-UUTISET 12.8.2015

Laihduttaminen ei kannata!

Nopea laihdutus ei ole hyvää painonhallintaa. Nopeat ratkaisut eivät ole pysyviä: kun paino tippuu nopeasti ja paljon yhdellä kertaa, keho ei pysy muutoksessa mukana. Ennen tai myöhemmin laihduttaja palaa vanhoihin tapoihinsa.

Vaihtoehtona on elämäntapamuutos. Sen toteuttaminen



vaatii hyvin käytännönläheisiä toimintaohjeita ja suunnitelmia. Uudet elämäntavat kannattaa opetella rauhasa. Vaikka painonpudotus tapahtuisi näin hitaammin, se on luultavasti pysyvämpää, sanoo Terveystalon ravitsemusterapeutti ja painonhallinnan asiantuntija Anette Palssa. ■

Nuorten isien kuolemanriski kohonnut

Alle 25-vuotiaana isäksi tulleilla miehillä oli suurempi todennäköisyys kuolla 45–54-vuotiaana kuin myöhemmin



ensimmäisen lapsensa hankkineilla. Tämä käy ilmi Helsingin yliopiston tutkimuksesta.

Kaikkein korkein kuolleisuus keski-ikässä oli alle 22-vuotiaana isäksi tulleilla, kun taas vanhimpien, 30–44-vuotiaana isiksi tulleiden todennäköisyys kuolla keski-ikässä oli matalin.

Isäksi, puolisoiksi ja perheen elättäjäksi ryhtyminen saattaa tutkijoiden mukaan aiheuttaa nuorille miehille psykologista ja taloudellista stressiä ja haitata heidän mahdollisuuksiaan ponnistaa omaan hyvinvointiinsa. ■

Vertailu

SYYSKUU

Säännöllisen kotihoidon

asiakkaista oli
viime vuonna

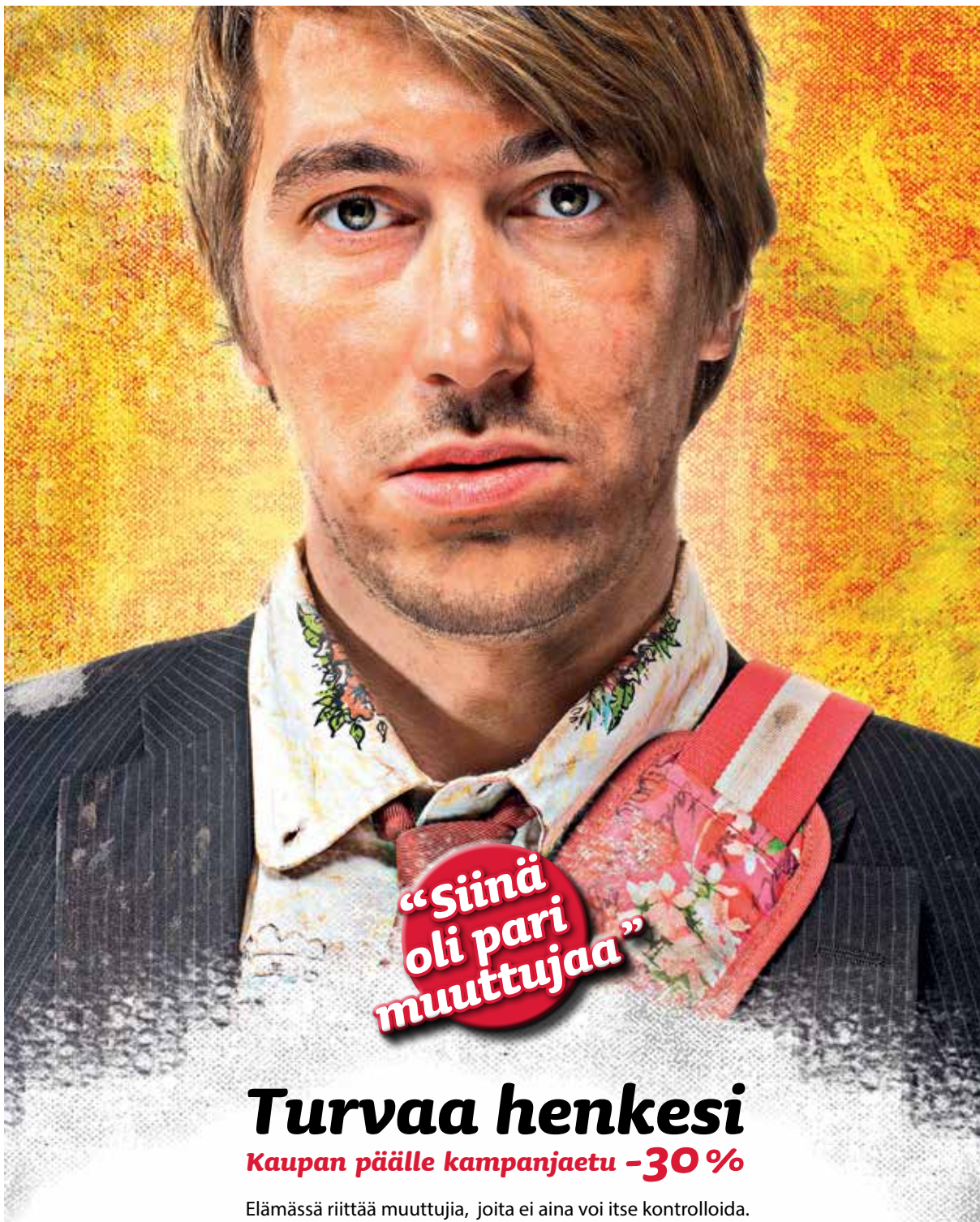
66 % naisia

ja

44 % miehiä.



THL



“Siinä
oli pari
muuttujaa”

Turvaa henkesi

Kaupan päälle kampanjaetu -30 %

Elämässä riittää muuttujia, joita ei aina voi itse kontrolloida.

Voit kuitenkin huolehtia perheestäsi ja itsestäsi
kunnollisella vakuutusturvalla.

Turvaa henkesi – ota itsellesi henkivakuutus niin saat koko
perheellesi sairauskulu-, tapaturma- ja matkavakuutukset
-30 % alennuksella ensimmäisen vuoden vakuutusmaksuista.

Etua ei saa verkkokaupasta. Vain ammattiliiton jäsenille. Voimassa 1.9.–31.12.2015.
Henkivakuutuksen myöntää LähiTapiola Keskinäinen Henkivakuutusyhtiö.

Turva tukee suomalaista elokuvaa.

**NAPAPIIRIN
SANKARIT 2**

Tule käymään, soita tai jätä yhteydenottopyyntö netissä

Keskinäinen Vakuutusyhtiö Turva ☎ 01019 5110 🌐 www.turva.fi

 **turva**

SAIRASTUNEEN OMAINENKIN TARVITSEE APUA JA NEUVOJA

TEKSTI JUKKA JÄRVELÄ

Kun läheinen sairastuu, omaisenkin arki muuttuu. Tampereella omaisneuvonta on saatu juurtumaan julkisiin palveluihin päihde- ja mielenterveysongelmaisten hoidossa.

Omaisneuvontana pidetään sosiaali- ja terveysalan ammattilaisen tarjoamaa tietoa ja henkilökohtaista tukea, joka suunnataan psyykkisesti oireilevien ja sairastuneiden tai päihderiippuvaisten omaisille ja läheisille.

Kyselyn mukaan 47 prosenttia omaisista kokee psyykkistä pahoinvointia, 68 prosenttia katsoo, ettei ole saanut tarpeeksi tietoa ja 79 prosenttia kokee, ettei ole tullut riittävästi kuulluksi omaisena.

Omaisneuvonnasta on saatu hyviä tuloksia, usein pienellä vaivalla. Eri kyselyiden mukaan apua kokee saaneensa peräti 97–99 prosenttia omaisneuvonnassa käyneistä. Monesti jo yksi keskustelukäynti helpottaa omaisen tiedonvajetta, epävarmuutta ja arjen henkistä tuskaa.

PIRKANMAALLA OSANA PERUSTOIMINTOJA

Erilaista omaisneuvontaa on tarjolla ympäri Suomea, mutta Pirkanmaalla asiassa on edetty pitkälle. Omaisneuvonta on juurtunut osaksi Tampereen mielenterveys- ja päihdepalveluita, ja sairastuneen kotiin tulee kirjeitse tietoa mahdollisuudesta omaisneuvontaan.

Omaistyön aluevastaava Silja Lampinen mukaan ulkopuolinen ohjaaja huomaa sairastuneen perheessä usein sellaista, mitä perhe ei itse havaitse. Kyselyiden mukaan perheet ovat kuormittuneita, perheenjäsenillä on fyysisiä oireita ja masentuneisuutta. Koko elämä saattaa pyöriä yhden sairastuneen ympärillä.

Perheet ovat saattaneet kokea, että he eivät ole tulleet kuulluksi potilaan

hoitopaikassa eikä heidän tarpeitaan omaisina ole otettu huomioon. Tietoa arjen pärjäämisestä kaivataan lisää.

– Tiedon saaminen on keskeinen tekijä. Se parantaa perheenjäsenen hyvinvointia. Lääketieteellistä tietoa saa yleensä melko helposti, mutta ei sitä tietoa, mitä yksi sairastunut tarkoittaa perheen arjelle, Lampinen kertoo.

Hänen mukaansa sairaus kattaa keskimäärin 10 prosenttia sairastuneen elämästä, mutta 90 prosenttia on tervettä olemista.

– Nämä sekoittuvat. Sairastuneen omaisten voi olla vaikea arvioida, mistä sairastunut selviää itse ja mihin hän tarvitsee apua. Ulkopuolinen auttaja helpottaa selvittämään ne asiat, jotka sairastunut kykenee itse hoitamaan. Tuetaan siis tervettä elämänpuolta.

MINÄ-VIESTIT, RAJAT JA SOPIMUKSET

Mitä omaiselle kerrotaan neuvonnassa? Ohjaaja kartoittaa tilanteen, tukee voimavaroja ja antaa vinkkejä.

Lampinen kertoo muutaman esimerkin arjen ratkaisuisista.

Sairastuneen kanssa keskusteltaessa kannattaa käyttää minä-viestejä. Jos sairastunut esimerkiksi pyytää omaisiltaan jatkuvasti rahaa, ei välttämättä kannata moittia ja todeta, miten sairas hän on. Syyttelyä parempi ja eteenpäin vievämpi vaihtoehto ongelmatilanteessa on todeta vaikka, että ”minä olen huolissani tilanteestasi”.

Sopimuksen tekeminen voi helpottaa arkea. Joskus sairastunut voi soittaa läheiselleen kymmeniä puheluita päivässä. Tällöin kannattaa istua alas miettimään yhteisiä sääntöjä. Jos soittoajaksi sovitaan vaikka kello 12 ja kello 16 mutta ei enää kello 18, läheisen elämä voi hel-

pottaa paljon.

– Tässäkään tilanteessa ei siis kannata töksäyttää, että ”minä en jaksakaan ajan kuunnella sinua”. Ennakointi ja järjestelyt vievät tilannetta paremmin eteenpäin siten, että kaikki sitoutuvat sovittuun.

Lampinen korostaa rajojen merkitystä. Ne nousevat omaisneuvonnassa usein esiin.

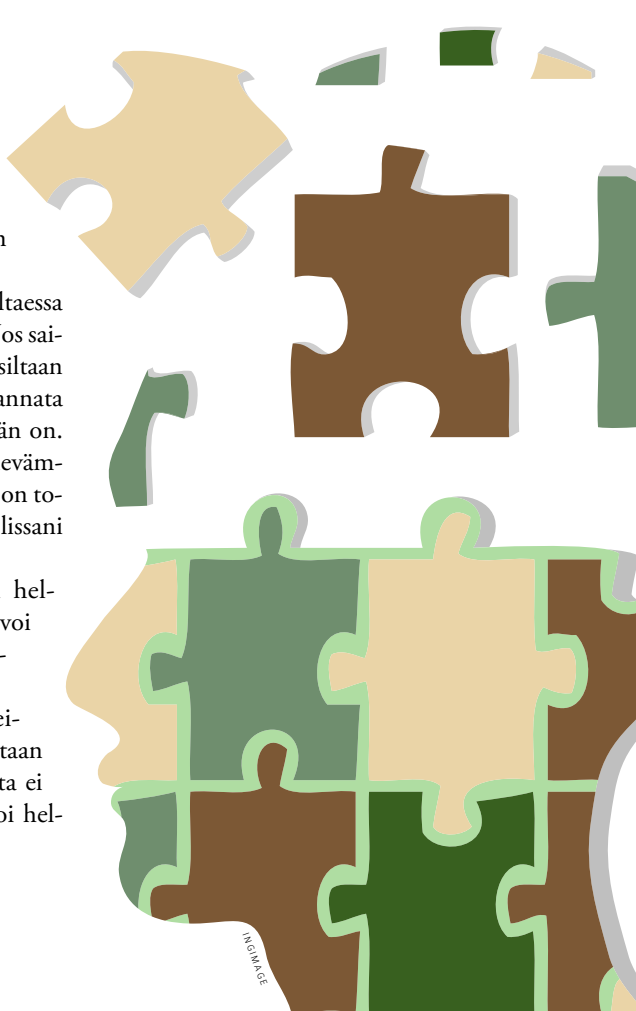
– Yhteiset rajat on osattava asettaa niin, että omainen jaksaa ja voi riittävän hyvin ettei itsekään sairastuisi.

Pirkanmaan lisäksi omaisneuvontaa toteutetaan onnistuneesti esimerkiksi Etelä-Pohjanmaalla ja hieman eri periaatteella Turun ja Salon seuduilla. ■

LISÄTIETOJA:

WWW.FINFAMIPIRKANMAA.FI

WWW.INNOKYLA.FI/WEB/MALLI655786



Perustietoa SuPerin edunvalvontakoulutuksesta

Jälleen on se aika vuodesta, jolloin on hyvä hetki palauttaa mieleen ympärivuotisesti pyörivään koulutustoimintaamme liittyviä asioita. Niille, jotka ovat pidempään olleet mukana, toimintatavat ovat varmaankin jo tuttuja. Niille, joille toiminta on uutta, tulee seuraavassa lyhyt esittely toiminnasta ja käytännöistä. Jos koulutuskäytännöt vaihtuvat, tiedotamme niistä aikanaan ajoissa. Toistaiseksi toimimme nykyisillä käytännöillä.

SuPerin oma kuntapuolen luottamusmiestutkinto sisältää kolme eri opintopaksoa, jotka suoritetaan vuoden välein (5+5+3 päivää). Koulutuksen tavoitteena on, että ensimmäisen jakson käytyään henkilö hallitsee luottamustehtävän perustiedot. Kakkos- ja kolmosjaksoilla tietoja pyritään syventämään, jotta ne mahdollisimman hyvin tukisivat luottamustehtävän hoidossa.

Tutkinnon suorittamisen jälkeen on mahdollisuus osallistua jatkokurssille, jonka tavoitteena on tietojen päivittäminen ja syventäminen.

Kursseille voivat osallistua kunta-

sektorin pääluottamusmiehet, luottamusmiehet ja heidän varamiehensä sekä ammattiosastojen puheenjohtajat, jotka eivät ole suorittaneet luottamusmiestutkintoa.

Myös yksityissektorin puolella SuPer järjestää luottamusmiesten peruskoulutusta sekä jatkokurssin.

Muita vuosittaisia koulutustapahtumia ovat muun muassa pääluottamusmiesten neuvottelupäivät, työmarkkinapäivät, varhaiskasvatuksen ja päivähoidon palvelujen luottamusmiesten edunvalvontapäivä, työsuojelupäivä sekä yksityissektorin neuvottelupäivät.

Aktiivi-Instituutissa järjestettävä koulutus on monipuolista. Sieltä löytyy luottamusmieskoulutusta, työsuojelukoulutusta ja yhteistoimintakoulutusta sekä kunta- että yksityissektorin henkilöstön edustajille.

SuPer on valinnut Aktiivi-Instituutin kurssivalikoimasta oman koulutussuunnitelmansa mukaiset kurssit, jotka löydät SuPerin koulutuskalenterista www.superliitto.fi > Tutustu kurssitar-

jontaan ja ilmoittaudu mukaan.

Aktiivi-Instituutti sijaitsee nykyään aivan Helsingin keskustassa Mikonkadulla Aikatalossa Ateneumin taidemu-seon takana, jonne rautatieasemalta on matkaa noin 400 metriä.

Kaikille kursseille voi ilmoittautua SuPerin jäsensivuilla olevan sähköisen asiointijärjestelmän kautta. Viimeisen ilmoittautumispäivän jälkeen kurssi poistuu kurssitarjonnasta. Varsinaisessa kurssikutsussa on tarvittavat tiedot kurssiin liittyen. SuPerin omiin koulutuksiin kutsut lähtevät ainakin toistaiseksi vielä postitse, mutta Aktiivi-Instituutissa pidettäville kursseille kutsut ovat sähköisessä muodossa.

Matkalippujen tilaukseen liittyvät matkustusohjeet ovat kurssikutsun mukana. Ohjeet kannattaa lukea huolella ja tutustua niihin jo etukäteen. Matkustukseen on ensisijaisesti käytettävä julkista liikennettä. Matkatoimisto neuvoo reittivalinnoissa. Tulemalla lentäen vältetään monta kertaa ylimääräisen yöpymisen hinta. Varaathan lento-



SuPerilla on oma koulutustila Helsingin Itä-Pasilan toimistossaan. Menossa yksityissektorin luottamusmieskoulutus.

lipun ajoissa, sillä se on sitä edullisempi, mitä aikaisemmin sen tilaat. Matkustusohjeissa on myös ohjeet taksin tai oman auton käytöstä. Kurssin jälkeen tehtävään kurssimatkalaskuun on tarkasti merkittävä siinä tarvittavat tiedot ja mahdolliset kuitit on ehdottomasti liitettävä mukaan.

Kun ilmoittaudut kurssille, muistathan merkitä missä luottamustehtävässä toimit sekä myös mahdollisen majoitustarpeesi. Myös lisäyön tarve perusteluineen on hyvä merkitä jo ilmoittautumisvaiheessa. Perussääntönä on, että mikäli sinun pitää lähteä kotoa aamulla jo ennen kello viittä, sinulla on mahdollisuus lisäyöpymiseen. Muussa tapauksessa lisäyöpyminen ei ole perusteltua.

Majoitus varataan pääsääntöisesti kahden hengen huoneissa. Mikäli haluat yhden hengen huoneen, mainitse siitä erikseen kurssi-ilmoittautumisen yhteydessä. Huomioithan, että tällöin maksat automaattisesti erotuksen itse.

Kun saat työnantajaltasi palkallista työlomaa koulutuksiin osallistumista varten, velvollisuutesi on olla paikalla ohjelman mukaisesti. Jos kaikesta huolimatta joudut poistumaan ennen kurssin päättymistä, on siitä sovittava kurssinvetäjän kanssa.

Mikäli olet kiinnostunut suorittamaan työmarkkinakonsultin tutkinnon tai työsuojelukonsultin tutkinnon, tulee hakemukset lähettää SuPerin edunvalvontayksikköön ajoissa, viimeistään 1.12.2015 mennessä.

Työmarkkinakonsultin tutkinnon tavoitteena on antaa opiskelijalle monipuolinen kuva työelämästä sekä laajentaa ajattelua ja osaamista. Tutkinto on kokonaisuudessaan 25 opintopistettä, ja se rakentuu neljästä pakollisesta neljän päivän osuudesta. Aina seuraavan vuoden alussa on Tammikuun tapaaminen, jonka yhteydessä jaetaan tutkintotodistus. Tutkintoon kuuluu myös yksi-

öllinen hanketyö, jonka suunnittelu ja toteutus aloitetaan jo ensimmäisen jakson aikana. Sen tulee olla suoritettu kyseisen vuoden lopussa.

Työsuojelukonsultin tutkinnon tavoitteena on, että opiskelijat kehittyvät työsuojelun asiantuntijoiksi, jotka pystyvät pitkäjänteisesti ja laaja-alaisesti toimimaan työsuojelun ja työhyvinvoinnin edistäjinä. Koulutus on kokonaisuus, joka suoritetaan noin puoleentoista vuoden aikana. Tutkinto koostuu kuudesta kolmen päivän lähiopetusjaksoista sekä jaksojen välillä suoritettavista erilaisista tehtävistä, joista merkittävien on kehittämishanke. Sen jokainen opiskelija toteuttaa koulutuksen aikana omalla työpaikallaan.

SuPer maksaa kurssimaksun, majoituksen ja matkakulut. Kuntasektorilla luottamusmies- ja yhteistoimintakoulutuksessa työnantaja maksaa SuPerille palkallisen virkavapaan tai työloman saaneiden osalta työmarkkinasopimuksen mukaisen ruokailukustannusten korvauksen, joka on tänä vuonna 24,80 euroa kurssipäivältä. Työsuojelupuolella kurssikustannusten korvaus on 40,00 euroa kurssipäivältä.

Tarkemmat tiedot kaikista edunvalvontakoulutuksista löydät nettisivuiltamme osoitteesta www.superliitto.fi. Vuosittaiset koulutukset löydät myös vuoden vaihteen aikoihin ilmestyvästä SuPer-lehdestä tai koulutuskalenterista, joka vuoden alussa yleensä postitetaan aktiiveille.

Edunvalvontakoulutukset ovat palkalliseksi neuvoteltuja, ja kyseinen sopimusala on yleensä merkitty kalenteriin koulutustapahtuman yhteyteen. Vuosittainen koulutuskalenteri pyritään saamaan valmiiksi joulukuun puoliväliin mennessä. Koulutukset viedään sen jälkeen ilmoittautumisjärjestelmään ja ilmoittautumiset voivat alkaa.

Kouluttautuminen antaa hyvät edel-

lytykset hoitaa paikallista edunvalvontaa tuloksellisesti – se kannattaa. Lähdemukaan koulutukseen.

Otathan yhteyttä, mikäli sinulle tulee kysyttävää edunvalvontakoulutukseen liittyen. ■

TARJA SUNDQVIST
KOULUTUSKOORDINAATTORI
TARJA.SUNDQVIST@SUPERLIITTO.FI



TYÖNANTAJAN SUUSTA

"Ainahan voit tehdä kilometrikorvausanomuksesi kotona vapaa-aikana. Niin muutkin tekevät."

EDUNVALVONTAYKSIKÖN YHTEYSTIEDOT

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

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

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

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



KAIKKI KÄTEVÄSTI KASSISSA

TEKSTI JA KUVAT HENRIKKA HAKKALA

Huittisten kotihoidon työvälineet kulkevat hoitajien matkassa mittatilaustyönä valmistetussa työkassissa. Käyttajiensä toiveiden mukaan suunnitellut kassit ovat osa kaupungin avopalveluiden ja vanhustenhuollon laajempaa kehittämistä.

Sininen kassi näyttää ihan tavalliselta. Siinä kuljettaisi mukavasti vaikka pari litraa maitoa ja reikäleivän. Kassin oikea luonne paljastuu vasta katsomalla sen sisään. Kaikki on paikallaan ja kaikelle on paikkansa. Se olikin tavoitteena, kun Huittisten kotihoito lähti kesällä 2014 suunnittelemaan työvälinekassia yhteistyössä perinteikkään perheyritys Kassimatin kanssa.

Vanhustenhuoltoa ja avohoitoa on Huittisissa kehitetty monin tavoin. Suurimmat muutokset toi mukanaan siirtyminen mobiiliin toiminnanohjausjärjestelmään ensimmäisenä kaupunkina Satakunnassa. Kotihoidon esimiehen Monika Karin mukaan se tarkoitti myös kotihoidon toimintatapojen miettimistä kokonaan uudella tavalla.

– Halusimme lisätä välittömän asiakastyön osuutta, vähentää hoitajilta kulkemisiin kuluva aikaa ja vastata

Huittisten kotihoidon työkassin sivuilla on kokonaan avattavissa olevat litteät taskut. Kutsumme näitä toimistosiveksi ja hoitotarvikeseiveksi, kotihoidon esimies Monika Kari nauraa.



asiakkaiden kasvavaan määrään ja tarpeisiin. Joka vuosi emme kuitenkaan voi lisätä hoitajien määrää, joten on löydettyä muita ratkaisuja.

Pohdintojen tuloksena tultiin siihen, että hoitotyölle saataisiin lisää aikaa, jos osa kotihoidon hoitajista voisi lähteä kotoaan suoraan asiakkaidensa luo. Kunkin päivän reitti ja muut hoitajalle tärkeät tiedot löytyisivät älylaitteen sovelluksesta, jota toiminnanohjaaja päivittäisi toimistosta käsin. Hoitajille pitäisi kuitenkin järjestää asianmukaiset työlaukut, joissa mobiilitoimisto ja tarpeelliset työvälineet kulkisivat aina mukana.

KASSI SYNTYI TIIMITYÖNÄ

Ensimmäinen ideointitapaaminen oli keväällä 2014. Paikalla olivat paitsi Monika Kari ja Rauni Halonen Kassimatista myös kotihoidon lähihoitajista, sairaanhoitajista ja avopalvelun ohjaajasta koottu moniammatillinen tiimi. Ideoita kehitettiin vanhan kassin avulla.

– Ryhmä esitti toiveitaan ja me mietimme täällä ompelimomme kokeneiden ammattimallittajien kanssa, mitä voitiin ja mitä kannatti toteuttaa, jotta kassista tulisi toimiva, Rauni Halonen kertoo.

Erikoiskassit, kuten tällainen tilaustyönä toteutettava työlaukku, rakennetaan asiakkaan tarpeiden ja edellytysten mukaan. Kotihoidon hoitajien piti voida kuljettaa hygieenisesti ja turvallisesti niin älylaitteensa, kalenterinsa ja esitteensä kuin kulloinkin tarvitsemansa mittarit, sidetarpeet, instrumentit ja suojavarusteet. Sellaisia ovat esimerkiksi suljettava jäteastia, käsidesipullo ja suojahansikkaat.

Kassisuunnittelun ammattilaisten tehtävänä on harkita, millä rakenteellisilla ja materiaaliratkaisuilla kassi toimii parhaiten käyttötilanteissaan. Mittanauha ja kokemus ovat tässä vaiheessa tärkeimmät työkalut.

– Sitten piirretään paperikaavat. Niiden mukaan leikataan kankaasta palat, jotka sovitellaan ompelimossa yhteen omassa järkevässä järjestyksessään, Halonen selittää prosessia.

Asiakas saa mallikassin koekäyttöön. Palautteen perusteella kassia kehitetään edelleen. Huittisten kotihoidon kassin toiseen päätyyn ajateltu verkkotasku osoittautui koekäytössä tarpeettoman isoksi, joten sitä madallettiin. Vastapäisen päädyn käsidesille varattua lokeroa pienennettiin myös, jotta käsidesipullo mahtuu siihen napakasti eikä hölsky.

– Myös joitakin välitilan jakoja ja korkeuksia mietittiin, mutta se oli jo sellaista hienosäätöä.

Mallikassi oli väriltään harmaa, mutta lopulta päädyttiin kotihoidon vaaleansinisiin liiveihin sopivaan siniseen. Väri ja vähäeleinen ulkoasu ovat paitsi käytännöllisyyskysymys myös turvatekijä. Vaalea väri voi olla arka kovassa käytössä ja tunnuksilla merkitty tai muutoin huomiota herättävä kassi saattaisi houkutella myös asiaankuulumatonta uteliaisuutta. Haavahoitovälineille suunniteltiin kassiin oma pussukka, jonka väriksi valittiin railakas oranssi.

– Tämä on tällainen ihana väriläiskä, Monika Kari iloitsee.

Kantokahvojen lisäksi kassiin haluttiin irrotettava olkahihna, jotta hoitajan kädet olisivat tarvittaessa vapaat kantamaan myös jotakin muuta.

– Onhan tämä kassi melko iso, mutta siihen tavaramää-

KAIKKI ON PAIKALLAAN JA KAIKELLE ON PAIKKANSA.

rään nähden, joka mukana kulkee, tämä tulee mukana oikein kivasti.

TYÖKASSI HYÖDYTTÄÄ HOITAJAA JA ASIAKASTA

Rauni Halonen toimitti Kassimatin Pietarin tuotantolaitoksessa ommellut valmiit kassit omakätisesti kotihoidon toimistolle tämän vuoden alussa tarkastettuaan, että ne olivat kunnossa. Laaduntarkastus on tärkeä osa tuotteen laatua.

– Olemme olleet tyytyväisiä. Mitään vikaa kasseissa ei ole ollut, vaikka ne ovat olleet kovassa käytössä meidän hoitajilla. Pinta on hyvä ja helppo pyyhkiä, jos jotain suttua tulee. Kukaan ei enää kulje omien reppujen tai korien kanssa ja kaidalla on lähtökohtaisesti samat perushoitotarvikkeet mukana, Monika Kari kehuu.

Työkassien kehitystyön ja hankinnan mahdollistivat huittislaisen Seppo Roukan perintövarat. Kassit olivat osa koko vanhustenhuollon ja avopalveluiden laajaa kehitystyötä, jonka rahoitukseen perintövarat oli osoitettu. Kari uskoo, että ilman näitä varoja kassien kehitystyö ei ehkä olisi ollut mahdollista.

Kotihoidon asiakkaatkin ovat tyytyväisiä. Mobiili toiminnanohjausjärjestelmä yhdessä hoitajien työkassissa kulkevan toimiston kanssa tarkoittaa, että hoitajilla on entistä paremmin aikaa asiakkaan lähellä. Koko prosessin muutos on tuonut mukanaan alkuvuonna jo merkittävän nousun välittömän asiakastyön osuuteen.

– Asiakkaat ovat kokeneet saavansa lisää huolenpitoa, kun hoitaja voi viipyä pidempään ja olla enemmän läsnä. Ei ole enää tarvetta kirjoittaa vimmatusti vihkoon ja kiiruhtaa seuraavaan paikkaan tai toimistolle. ■



Kassin kangas on koulurepuista tuttu Polyester 600 D. Se kestää kulutusta ja on helppo pitää puhtaana.



Kerttu Petäjoki Mellilästä kohtaa tapahtuman toisen järjestäjän turkulaisen Heljä Reposen.



Anna-Maija Kattilakoski Paimiosta ja kansallispukuun pukeutunut Sirkka Vallo Vaasasta.



Aulikki Inermo Turusta, Pirkko Kuisma Espoosta, Raija Friman Eurasta ja Hilka Vehkamäki Alavudelta

TAPAAMINEN TURUSSA

50 vuotta sitten valmistuneet apuhoitajat yhdessä

TEKSTI JA KUVAT JUKKA JÄRVELÄ

Hoitajakoulutus ja työelämä ovat muuttuneet 50 vuoden kuluessa yllättävän paljon. Näin muisteltiin, kun parikymmentä apuhoitajaa puolen vuosisadan takaa vietti aurinkoisen iltapäivän Turussa.

Turun Tuomiokirkon portailla halattiin iloisin ilmein elokuun alussa. Tapahtumajärjestäjät Heljä Reponen ja Anna-Maija Kattilakoski olivat valinneet helposti löydettävän tapaamispaikan entisille apuhoitajille, jotka kuvattiin samoilla portailla 50 vuotta aikaisemmin Turun kolmannen apuhoitajakurssin valmistujaispäivänä.

Valmistuneita oli tuolloin 50. Nyt paikalle ehti parikymmentä jo eläkkeellä olevaa hoitajaa, joten osallistumisprosentti oli hyvä.

Kivirappusille tultiin Kymenlaaksoa

ja Pohjanmaata myöten. Päivää jatkettiin lounaalla ja kierroksella Aurajoen rannalla.

Apuhoitajaksi ei aikanaan päässyt kovin helposti. Vuoden 1965 kurssille hakui muistojen mukaan 500 nuorta. Vain joka kymmenes läpäisi päivän mittaisen sisään pääsytestin, joka pidettiin Turunmaan sairaalassa.

– Olin varma, etten pääse läpi. Psykologit kyselivät suullisesti niin monimutkaisia asioita. Kurssin johtajattareksi tulleen rouvan haastattelu se vasta

vaikea olikin, kotkalainen Riitta Kärkäinen muistelee.

Pirkko-Liisa Keskiväli Raumalta vahvistaa asian.

– Testit olivat vaikeat ja kummalliset, ei niistä voinut päätellä onnistuiko vai ei. Muistan, kun psykologi seurasi, miten laitoin ja taitoin takkini. Hän katseli ylhäältä alaspäin ja sanoi, että hyvää menestystä.

– Nämä 50 vuotta ovat menneet kumman nopeasti, sairaaloita on kierretty. Ammatinvalinta oli oikea, vaikka kotisisarta olin ensin ajatellut. Ih-



TURUN APUHOITAJAKURSSI N:RO 3:N 50-VUOTISTAPAAMISEEN OSALLISTUNEET

SIRPA TOIVANEN, SIRKKA VALLO, HELJÄ REPONEN, RAIJA FRIMAN, SEIJA LEINO, PIRKKO-LIISA KESKIVÄLI, TERTTU SALMINEN, KAARINA PAULA, PIRKKO KUISMA, AULIKKI INERMO, RITVA PERKO, ANNA-MAIJA KATTILAKOSKI, KAIJA RUSI, HILKKA VEHKAMÄKI, SALME SIPONEN, RIITTA KÄRKKÄINEN, MARJA-LIISA TUOKKO, KERTTU PETÄJOKI JA KAARINA KNUUTILA.

misten auttaminen on ollut mukavaa ja hyvää työtä.

Opinnot käytiin vuodessa läpi puoli vuosisataa sitten. Mukana oli paljon harjoittelua.

– Ei me oltu opiskelijoita, vaan työvoimaa. Teimme 12 tunnin yökkövuorojakin. Tiivis vuosi vastasi varmasti kahta nykyopiskelijan vuotta.

Teoriapuoltakin oli. Tosin Heljä Reponen mukaan tuon ajan koulukirjat vaikuttavat nykykatsomalta aika erilaisilta. Niin paljon on menty eteenpäin.

– Työ ja käytäntö opettivat silloin enemmän.

Reponen muistelee, että koululuokkia oli useammassa pisteessä eri puolilla kaupunkia. Oman koulurakennuksen puuttumisen vastapainoksi opiskelijat sentään saivat vuokratukea kymmenen markkaa kuukaudessa, samoin ruokailuun saatiin valtionapua.

Kaikki olivat tuohon aikaan tyttöjä. Poikia ei tainnut olla edes kouluun hakijoiden joukossa.

Millainen oli hyvä oppilas? Pirkko-Liisa Keskiväli muistaa, että oppilas teitteli kaikki hoitajat, myös apuhoitajat.

Valmistumisen jälkeen sairaanhoitajia-kin sai sinutella.

– Puvun piti olla siisti. Kengännauhat piti pestä.

Opiskelijan hilkka oli tietenkin aina suorassa. Johtajatar puolestaan mittasi mittanauhalla, että hameenhelma ei ollut liian lyhyt. Mutta oliko helman oikea etäisyys maahan 30, 35 vai 38 senttiä? Muistuttava ohjenuora sisältyi yhteen lauseeseen:

– Muistakaa tyttäret, kun kumarrutte, mitä voi näkyä naapurisänkyyn.

Myös sängyn petaaminen sekä tyyntyjen ja verhojen asetteluun tarkkuus ovat jääneet mieleen kurssilta.

Ei koulu huono ollut. Nyt hymylyttävät asiat vain ovat jääneet parhaiten mieleen.

– Koulumme oli kasvattava. Pääasias-
sa keskityimme siellä tietenkin potilaan hoitoon. Hoitaminen vain oli ennen yksinkertaisempaa. Nykymaailmassa erilaiset hoitotoimet ja laitteet ovat lisääntyneet.

Vuoden 1965 apuhoitajat ovat tavan-

neet vuosikymmenten aikana useaan kertaan.

Moni on tehnyt huikeaa elämänta-
uraa muuallakin kuin hoitotyössä. Riitta Kärkkäinen esimerkiksi on purjehtinut miehensä kanssa maapallon ympäri kahteen kertaan. Aulikki Inermo hoiti koko työuransa syöpäpotilaita ja piti siitä niin, ettei toista alaa kaivannut.

Sirpa Toivanen korosti, että jo itse kurssilla 1965 oli niin mukavaa, ettei paremmasta väliä.

Heljä Reponen muistutti koko joukolle tervetuliaistoivotuksessaan, että työuran jälkeen todella alkaa uusi elämä:

”Nyt taakse jäi kiireiset työpäivät, vain monet ihanat muistot jäivät. Nyt tänään vietämme yhteistä juhlaa, siis huoletta eläkettäsi tuhlaa.” ■



SUPERRISTIKKO

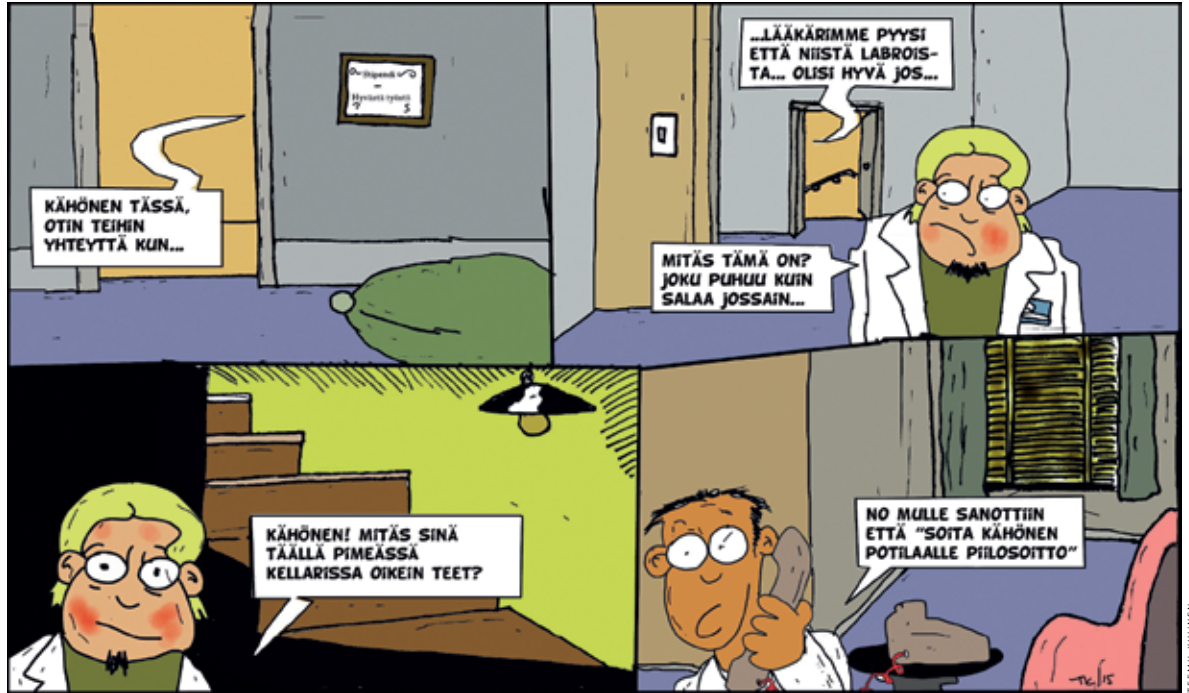
Tuuli Rauvola

			PIL-LEIN	JUO-VUTTA		VAAREJA	HENTO VAL-KOINEN	ALTIS		VITSI	HEIK-KI		OSA-TA
ISO-TA													
	3							VETE-LEH-TIVÄ					
KUL-JETTA						APET		9		HEINO-LAA-MET-SÄSTÄ			
IDEA				TAIS-TO				UPEAT					
												HAA-VE	
						KAISTA			HAL-LITA "ULFIT"				
						HELI-SEE			2		ROMAANI-HENKILÖ		
													
								KAU-PASSA	8	RATI HAPAN			
SKANDI-NAAVINEN		LAN-NOITE	PUU-KUORMA	JUMA-LATAR	RA-JAUS	LO-RULLE							
AUT-TAA											ARMAH-TAVAI-NEN	"MO-LA-RIT"	
SODAN-JUMALA												1	
		4				SYK-SYISIÄ		SKA-LAARIT MUSEO					
											TYT-TÖ		
				LAI-VASSA NYTKIN					TULI SAVUKE-MERKISSÄ				
					TAP-PO			6		MART			
					TUTA					KIELI	10		
			5										
KASVA-TETTU								VUOK-RATA					

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

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

Ratkaisijan nimi _____
 Katuosoite _____
 Postiosoite _____



Savvoo puhuva perulainen

Elokuun lehden lukijäänestyksen voitti Jukka Järvelän juttu *Perulainen ilopilleri*, joka kertoi Hugo Pereda Pazin elämänmuutoksesta. Hänellä oli surffauskoulu Limassa, kunnes hän muutti Suomeen ja kouluttautui lähihoitajaksi Kuopiossa. Yhden äänen päähän jäi Minna Lyhdyn kirjoittama Tänään töissä -juttusarjan reportaasi Jonna Patjaksen työvuorosta kehitysvammaisten asumispalveluissa. Kolmanneksi eniten ääniä sai Henriikka Hakkalan artikkeli hoitajan identiteetistä. SuPer-ensiapulaukun voitti Melisa Havo Lappeenrannasta. Onnittelut!



Paras juttu?

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

LEHDEN 9/2015 PARAS JUTTU OLI: _____

_____ SIVULLA: _____

MIKSI? _____

NIMI _____

OSOITE _____

PUHELIN _____

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



Vastaanottaja
maksaa
postimaksun

SUPER-LEHTI

Tunnus 5005172

00003 Vastauslähetyt

super-lehti@superliitto.fi. Kirjoita sähköpostin aihekenttään "Paras juttu?" ja tekstikenttään mielipiteesi perusteluineen.

Teatteri Avoimet ovet näyttää, millainen on HIRVIÖ ALZHEIMER

TEKSTI JA KUVAT MINNA LYHTY

Pala palalta pois – Äiti, Tytär ja Alzheimer -näytelmä kertoo kaunistelematta muistisaira-
raan elämästä, hänen omaistensa kokemuk-
sista ja vanhuspalvelujen tilasta. Näytelmässä
kuuluu vahvasti myös hoitajan ääni. Hän ei
paineiden alla pysty tekemään työtään niin
hyvin kuin osaisi ja haluaisi.

Herra Koskinen on kutsumusammattisissaan. Hän on
kotihoiton hoitaja, joka osaa käsitellä muistisairas-
ta. Hän houkuttelee, patistelee ja tarvittaessa kom-
mentaa hellästi. Hän juttelee mukavia, kun muistisairas
aterioi. Näin hän varmistaa, että muistisairas todella syö.
Koskinen on rauhallinen ja kärsivällinen. Hän huolehtii syömisestä, lääkkeistä ja puhtaudesta.
Hän vie roskapussin, tiskaa ja kirjoittaa viestivihkoon, miten
muistisairas on voinut. Hän käyttää maalaisjärkeä ja venyt-
tää kotihoiton sääntöjä, jotta voi viedä muistisaira-
raan ostamaan inkivääripikkuleipiä lähikaupasta. Muistisairas ja hänen
omaisensa ovat tyytyväisiä. Mutta sitten kaupunki ilmoittaa:
”...saadakse uutta näkökulmaa vanhustyöhön on se kil-
pailuttanut vanhusten kotipalvelun ja työ siirretään yksityi-
selle yritykselle.”

Herra Koskinen menee töihin muualle. Muistisairas jää tu-
lostä toimivan yrityksen armoille. Kaikki muuttuu: viidentois-
ta minuutin käynnillä hoitaja ei pysty huolehtimaan vanhuk-
sesta kokonaisvaltaisesti.

”Suurin osa meistä hoitajista häpeää omaa työtään. Niin
miehellään tehtäisiin enemmän, mutta kun on mennyt ihan liu-
kuhibnahommiksi tämä kaikki”, näytelmän kotihoiton hoi-
taja sanoo.

Näytelmä on raju. Se ei tuudita katsojaa uskomaan si-
tä, että kaikki on hyvin lintukodossamme. Päinvastoin. Se
osoittaa, mikä kaikki on päin seiniä vanhustenhoidossa. Se
näyttää myös muistisairauteen sairastuneen ja omaisen tus-
kan. Muistisairaus ei vie vain muistoja, vaan se muuttaa ih-
misen käyttäytymistä. Ennen niin herttaisesta, kauniisti pu-
huvasta naisesta saattaa tulla ilkeä ja pahansuinen. Se on
omaiselle rankkaa.

”Ei ole äitiä enää. Hän kuolee pala palalta pois. Kuolee monta
kertaa, monta palaa. Pois en pääse. Katsetta en voi kääntää. Hel-
vetin hirviö Alzheimer! Noita, susi, joka on syönyt älykkään äi-
tini ja pukeutunut nahkansa hänen ylleen”, näytelmän tytär suree.

Omaisen taakkana on myös jatkuva huoli ja huono oma-
tunto. Pitäisi huolehtia läheisistään, mutta myös elää omaa
elämäänsä. Kotihoiton minuuttiaikataulujen vuoksi läheinen
on heitteillä, eikä laitospaikkaa saa. ►



Näytelmän muistisairas Mirja väittää
puolisolleen Eskolle, että tämä antaa
myrkkypillereitä. Eskon roolissa on
Jukka Pitkänen ja Mirjan roolissa
Hanna Seppä.



KENELLÄ ON VARAA HYVÄÄN JA TURVALLISEEN VANHUUTEEN? J...LAUTA, VAIN HARVOILLA JA VALITUILLA!



Ohjaaja Heini Tola vakuuttaa, että näytelmässä kuuluu hoitajien ääni.

JÄRJENVASTAISTA!

Ohjaaja Heini Tola toivoo näytelmän herättävän ihmiset ajattelemaan, millainen on muistisairaana, omaisen ja kotihoidon todellisuus.

– Tämä on päivän polttava teema. Suuret ikäluokat vanhenevat ja muistisairaiden määrä kasvaa. Haluamme tehdä aiheen näkyväksi taiteen keinoin teatterin lavalla.

Näyttelijät Jukka Pitkänen, Hanna Seppä ja Sinikka Sokka sanovat, että näytelmä on pakottanut pohtimaan aihetta laajasti. He ovat yhtä mieltä siitä, ettei koti ole aina paras paikka muistisairaalle.

– Ei saisi olla niin, että muistisaira hoidetaan kotona, koska se on kustannuksiltaan pienin vaihtoehto, herra Koskista näyttelevä Pitkänen sanoo.

– Jos on skarppi, viihtyy kotona ja hoito on hyvää, kotihoito varmasti riittää. Mutta kun ihminen ei muista nukkua, syödä ja käydä wc:ssä, hänen pitäisi päästää laitoshoitoon. Muistisaira jättäminen yksin kotiin on sama kuin jättäisi vauvan yksin, Seppä jatkaa.

Tola kritisoi tapaa, jolla palvelut järjestetään vanhuksille.

– Joku tuo ruoan, pistää sen jääkaappiin ja menee pois. Sitten tulee seuraava tyyppi, joka ottaa sen jääkaapista, mikrottaa sen ja tarkistaa, onko lääkkeitä otettu ja menee pois.

Näyttelijät ja ohjaaja pohtivat, kenelle kuuluu vastuu auttamisesta, jos vanhukselle sattuu jotain yllättävää. Kireään aikatauluun ei ole suunniteltu sitä, että vanhus voi kaatua, oksentaa tai kokea yksinäisyyttä. Hoitajan pitäisi olla jo seuraavassa kodissa.

– Koko systeemi on tehty järjenvastaiseksi. Emme missään tapauksessa halua syyllistää kotihoidon työntekijöitä. Päinvastoin haluamme puhua heidän puolestaan. Tunnen kiukua siitä, että he eivät saa tehdä työtään hyvin, Seppä sanoo.

PELKOJA, RAIVOA JA MYÖTÄTUNTOA

Ohjaaja Tola myöntää pelkäävänsä muistisairautta, koska hän tietää, millaista muistisairaana arki voi pahimmillaan olla.

– Kenellä on varaa hyvään ja turvalliseen vanhuuteen? J...lauta, vain harvoilla ja valituilla! Yksityinen hoito voi maksaa 4000–5000 euroa kuukaudessa. Kenellä eläkeläisellä on sellaisia rahoja? Pelkään, että joutuisin jonnekin, jossa minusta ei välitettäisi.

Sinikka Sokka esittää näytelmässä muun muassa äitiä, joka on sairastunut Alzheimerin tautiin.

– Tämä ei ole ylimielisyyttä, mutta en itse pelkää muistisairautta tippaakaan. Ajattelen, että jos se tulee eteen tai tulee jotakin muuta, alan käsitellä sitä sitten.

Näytelmään valmistautuminen on kuitenkin nostanut pintaan monenlaisia tunteita ja ajatuksia.

– Tunnen raivoa ja myötätuntoa. Muistisairaana omaiset joutuvat niin koville. Tuntuu, etteivät poliittiset päätöksentekijät ole kiinnostuneita millään tavalla vanhoista ihmisistä, meikäläisistä, jotka eivät ole tuottavia enää. He ovat joutosakkia. On tullut ajateltua myös, miten hoitohenkilökunta jaksaa työssään pienillä palkkoilla.

Sokka ihmettelee, miksi hoitajat eivät nouse barrikadeille puolustamaan laadukasta hoitoa.

– Nämä asiat pitäisi artikuloida niin hyvin, että kaikki tajuaisivat, ettei tämä ole leikin asia. Hoitajat voisivat heittää pyyhkeen kehään. Näyttää kaikille, mitä tapahtuu, jos hei-

tä ei ole. Mitä voimme tehdä tässä si-
vistysvaltiossa, että ihmisellä olisi kun-
niakas, laadukas ja hauska loppuelämä?

Näyttelijöillä on yksinkertainen rat-
kaisu vanhusten hoidon kurjuuteen:

– Pitää palkata lisää hoitajia, nostaa
palkkoja huomattavasti ja tehdä hoitajien
työstä arvostetumpaa. Alan soveltu-
vuustestit pitää säilyttää, Sokka vaatii.

– Kun henkilökuntaa on tarpeeksi,
ketään ei ajeta loppuun. Silloin ehtii
tehdä rauhassa oman työvuoronsa, ol-
la ihmisten kanssa ja hoitaa hommat.
Sitten voi lähteä kotiin, unohtaa työt ja
elää omaa elämää, Seppä jatkaa.

– Ja palautua työstä. On taas voimis-
saan, kun tulee uudelleen, Sokka lisää.

Mutta mistä saadaan rahat tähän?
Siihen vedotaan aina.

– Se on tekosyy. Tämä on arvostus-
kysymys. On priorisoitu väärin, ei sii-
hen, että ihmiset voisivat hyvin, Sok-
ka pamauttaa.

– Nykyään priorisoidaan tuottoa ja
kasvua, Seppä komppaa.

Näyttelijäkolmikko ehdottaa vero-
jen kiristystä: rikkailta voitaisiin ottaa
enemmän.

– Sokeri pitää verottaa. Alkoholi ja
tupakka verotetaan jo, koska ne aiheut-
tavat sairauksia. Ja jos yksityiset hoito-
alan yritykset maksaisivat veronsa Suo-
meen, siitä saataisiin tuloja. Myös puo-
luetuki voitaisiin ottaa höydylliseen
käyttöön. Siitä saisi heti lähes 40 mil-
joonaa, Jukka Pitkänen ehdottaa.

KAVEREITA, KISSOJA JA KOIRIA

Jos muistisairaus tulisi omaksi kohta-
loksi, millaista hoitoa näyttelijät ja oh-
jaaja toivoisivat saavansa?

– Likööri joka päivä, ei muusta niin
väliä, Sinikka Sokka vitsailee.

– Valoisa huone, luontoa, henkilö-
kohtaisia tavaroita, kavereita, koiria,
kissoja, baari ja uima-allas, kaikki lis-
taavat.

Jukka Pitkänen toivoisi, että Suo-
messa olisi sellaisia muistisairaiden ky-
liä kuin Hollannin Hogeweyk. Siellä
on puisto, kampaamo, teatteri, kahvila
ja ruokakauppa. Jos eksyy, kuka tahan-
sa henkilökunnasta auttaa löytämään
takaisin kotiin.

– Ostoksia ei tietenkään tarvitse
maksaa käteisellä, sillä vanhus ei muis-
ta ottaa rahaa mukaan.

Jos sairastuu työiässä muistisairau-
teen, monia ammatteja voi harjoittaa

vielä sairauden alkuvaiheessa, koska ru-
tiininomaiset tehtävät sujuvat yleensä
hyvin. Näyttelijän työssä muistin on ol-
tava terävä.

– Hyvä muisti on osa ammattitai-
toa. Vanhemmiten menee kauemmin
aikaa oppia. Pitää vaan hyväksyä se ja
tietää, ettei se ole mikään sairaus. Tar-
vitsee useamman toiston ja pitää tehdä
enemmän kotitöitä, Sokka kertoo.

Näyttelijät sanovat, että jokainen
unohtaa joskus vuorosanat.

– Skarpit vastanäyttelijät auttavat
silloin eteenpäin, Seppä kertoo.

Vielä on aikaa oppia Pala palalta pois
-näytelmän vuorosanat. Ensi-ilta hää-
möttää syyskuun puolessa välissä.

– Toivon, että tämä näytelmä herät-
tää ajatuksen siitä, että näin ei voi jat-
kua, Sinikka Sokka sanoo. ■



Sinikka Sokan mukaan
näytelmä herättää
pohtimaan vanhusten-
hoidon tilaa.

Pala palalta pois – Äiti, Tytär ja Alzheimer -näytelmä saa ensi-iltansa Teatteri
Avoimissa Ovilla 15. syyskuuta. Rooleissa ovat Jukka Pitkänen, Hanna Seppä ja
Sinikka Sokka. Näytelmän ohjauksesta vastaa Heini Tola. Näytelmä on drama-
tisoitu Anneli Kannon romaanista, joka perustuu hänen omiin kokemuksiinsa.

Nimi: _____

Jäsennumero: _____

Henkilötunnus: _____

MAKSUTON PALAUTUSOSOITE:

SUPER RY / Jäsenyksikkö

Tunnus 5005173

00003 VASTAUSLÄHETYS

TILAUS:

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

MUUTOS:

Uusi sähköpostiosoitteeni / puhelinnumeroni: _____

Uusi postitusosoitteeni: _____

Uusi sukunimeni: _____

UUDET TYÖSUHDETIETONI:

Työnantajani: _____

Työpaikkani: _____

Työsuhteeni on voimassa:

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

ILMOITUS:

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

☐ jatko-opiskelija ☐ työlomalla ☐ ulkomailla ☐ yrittäjänä ☐ muu, mikä _____☐ eläkkeellä alk. ____ . ____ 20____. (jään liiton eläkeläisjäseneksi, mutta työttömyyskassan jäsenyyteni päättyy)☐ haluan säilyttää eläkeläisenä työttömyyskassan jäsenyyden (73,80 €/vuosi)☐ eroan SuPer-liitosta ja Super työttömyyskassasta alk. (pvm) ____ . ____ 20____

Eroamisen syy (ei pakollinen): _____

JÄSENMAKSUVAPAUTUS:

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

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

TERVEISET SUPERILLE:

YHTEYDENOTTOPYyntö:

Haluan, että minuun otetaan yhteyttä.

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

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

Allekirjoitus: _____ Päiväys: ____ . ____ 20____





BONUKSIA

– Elämä on nyt pelkkää bonusta!

Katselin tuota vanhusta, joka istui bonus-pyörätuolissaan, silmät tuikkivat lämpöisesti kylläistä elämää ja tyytyväisyyttä. Ulkoisesti näytti, että elämänsä oli kaikkea muuta kuin bonusta. Kipuja, sairautta, yksinäisyyttä, lääkkeitä kourakappalla, lähes viikoittain rehtaan taksilla pyörätuolin kanssa Marevan-kokeissa ja pienen eläkkeen epätoivoista venyttämistä liian suuriin laskuihin. Silti sanoi, että elämä on nyt pelkkää bonusta.

– Kun niin hyvin on asiat, niin hyvin järjestetty kaikki. Kauppatavarat tuodaan ihan siihen keittiön pöydälle asti. Tytöt käyvät saunottamassa kerran viikossa, vaikkei yhtään tytärtä Luoja minulle suonut! Mutta vekkuli mies se Luoja, antoi sitten bonuksena jälkikäteen monta tytärtä, hihitti vanhus.

Kuuntelin ällistyneenä. Kyllähän sitä noinkin voi asiat nähdä. Itse katselin tilannetta toisesta vinkkelistä. Ruusunpunaiset silmälasini olin pudottanut jo aikapäiviä sitten vanhusten mukamas hyvän hoidon risukasaan. Luiskahtivat liukkaan työpuvun rintataskusta ja katosivat.

Toki on paljon hyvääkin: sydämellään ja vankalla ammattitaidolla työtään tekevä henkilöstö, joka joskus pystyy lähes ihmeisiin. Ja nämä ihmiset, joille työtä teemme. Niin kuin tämä lempeä vanhus tässä.

Mutta ihmeellisesti sitä tavaraa siihen risukasaankin kertyy. Esimerkiksi tuo Marevan. Kotihoidossa ollessani sain koulutuksen ja pätevyyden verikokeitten ottamiseen, kuten moni

muukin kollegani. Inrit, cerpit ja muut verinäytteet hoituivat siinä samalla puuroa keittäessä. Se oli kätevää, taloudellista, työntekijän kannalta mielekästä ja ennen kaikkea asiakasystävällistä. Mutta sitten joku keksi, että ei se olekaan hyvää hoitoa. Ei ainakaan taloudellista. Eikä järkevää. Ja kävi käsky, ettei kotihoitaja saa enää ottaa verinäytteitä kuin äärimmäisissä tapauksissa. Jos vanhus ei pääse itse menemään laboratorioon, hän voi tilata palvelun yksityiseltä.

On tilanteita, että osaava ja pätevä kotihoitaja on normaalla kotikäynnillään ja samalla ovenavauksella tulee toinen, se joka ottaa vain verikokeen – ja asiakas maksaa. Se, mikä tässä on taloudellista tai järkevää, ei ole vielä valjennut.

Tämä vanhus, joka iloisesti jutteli elämänsä bonuksista, istui odottamassa taksia terveyskeskuksen aulassa. Oli taas Marevan-päivä. Verikokeenottotaitoinen kotihoitaja oli ajanut varta vasten aamulla vanhuksen luo 23 kilometriä avustaakseen hänet lähtökuntoon. Aamukäyntejä vanhus kun tarvitsi ainoastaan Marevan-päivinä. Sillä välin kun vanhus köröteli tuon matkan terveyskeskuksen laboratorioon, kotihoitaja saattoi joutua ajamaan toiset 23 kilometriä jonnekin muualle. Sitten taas takaisin auttaakseen verikokeelta palanneelta vanhukselta päällysvaatteet pois. Sitä rataa.

Mutta asioilla on aina kaksi puolta, ainakin toisinaan. Kuten nyt kun taksikuski tarttui rivakasti pyörätuolin sarviin ja vanhus hersytteli iloisena:

– Tämä taksilla ajaminen se vasta bonusta on, noin komian miehen kanssa. ■



Laki suojaa 58-vuotiaita

TEKSTI SIRKKA RYTINKI KUVA JANNE HARJU

Elokuun alussa tuli voimaan lakimuutos, joka suojaa 58 vuotta täyttäneen päivärahan määrää. Muutos koskee henkilöä, joka on täyttänyt 58 vuotta työssäoloehdon täyttyessä.

Päivärahan määrä lasketaan uudelleen siinä vaiheessa, kun 26 kalenteriviikon työssäoloehto täyttyy. Määrä lasketaan enintään kerran vuodessa.

Henkilö, joka on täyttänyt 58 vuotta oltuaan työssä työssäoloehdon täyttymiseen vaadittavan määrän, säilyttää aieman päivärahan tason, jos uusi päiväraha olisi tätä alempi.

OIKEUS PÄIVÄRAHAAN OPINTOJEN AJALLA

Kassalta tiedustellaan usein oikeudesta päivärahaan opintojen aikana. Ratkaisun asiassa tekee työ- ja elinkeinotoimisto, johon siis kannattaa ensisijaisesti olla yhteydessä opintoja suunniteltaessa. Muutoinkin päivärahaa haettaessa opiskelusta täytyy kaikissa tapauksissa tehdä selvitys TE-toimistoon.

Opiskelijat, joka ovat opiskelleet omaehtoisesti työttömyysetuudella, ovat työ- ja elinkeinoministeriön erityisasiantuntija Tiina Polon mukaan saaneet hyvin töitä. Näin uutisoi Aamulehti 18.8.2015. Selvityksen mukaan 70 prosenttia opiskelijoista ei ole palannut työnhakijoiksi kolme kuukautta tuen loppumisen jälkeen.



Koska opiskelun aikaisen työttömyyspäivärahan maksamisen tavoitteena on työn saamisen helpottuminen, eivät lähihoitajat läheskään aina saa opintojen aikaiselle päivärähälle vihreätä valoa TE-toimistossa. Tämä johtunee siitä, että lähihoitajista on osittain työvoimapulaa. Muun muassa vanhus-ten kotihoidossa ongelmaksi voi muodostua ennemminkin työvoiman vähäinen määrä kuin sen liikatarjonta.

Alan koulutuksen saaneiden onkin hyvä muistaa, että opintojen aikaisesta suuntautumislinjavalinnasta huolimatta työttömän lähihoitajan tulisi ottaa vastaan kaikkea sellaista työtä, jota lähihoitajat yleensä tekevät. Esimerkiksi lapsiin ja nuoriin suuntautuneiden pitäisi olla valmiita vastaanottamaan myös vanhuspalvelutyötä ja päinvastoin.

ANSIOSIDONNAINENKO ONGELMA?

Elinkeinoelämän tutkimuslaitos Etlan julkaisemassa muistiossa tarkastellaan työttömyysturvajärjestelmän ja aktiivisen työvoimapolitiikan vaikutusta työllisyyteen. Asiasta uutisoi Talouselämä 19.8.2015.

Etlan mukaan ansiosidonnainen työttömyysetuus muuttuu ongelmaksi silloin, kun se tarjoaa niin hyvän toimeentulon, että se ei kannusta työnhakuun tai kouluttautumaan. Ansiosidonnaisen työttömyysturvan lyhentäminen parantaisi työllisyyttä varsinkin, jos rahat kohdennettaisiin lisäkoulutukseen. Myös ikääntyneiden työntekijöiden työttömyysputken lyhentäminen parantaisi työllisyyttä. ■

Hakemusten määrä lisää käsittelyaikoja

Päivärahahakemukset käsitellään pääsääntöisesti saapumisjärjestyksessä. Ensimmäiset hakemukset otetaan käsittelyyn noin neljän viikon kuluttua saapumisesta ja jatkohakemukset noin kolmen viikon kuluttua saapumisesta. Kokonaan työttömien jatkohakemukset käsitellään parin päivän kuluessa saapumisesta. Lisätietoja pyydetään vasta, kun hakemus otetaan käsittelyyn. Hakemusten läpimenon nopeuttamiseksi kassa toivoo päivärahan saajia huomioimaan aikarajat. Myös lisääntyneet kyselyt pitkittävät käsittelyä.



HAKEMUSTEN POSTITUSOSOITE:

Super työttömyyskassa, PL 117, 00521 HELSINKI
 Käyntiosoite Kelloilta 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

Lääkehoito ajan tasalle

PROEDU – PUOLUEETONTA LÄÄKETIETOA 20 VUOTTA

Syksyn 2015 koulutustarjontaa:

- **Sosiaali- ja terveydenhuollon yksiköiden lääkelupakoulutus** 15.-16.9. Helsinki
- **Tunnistatko lääkehaitat? – optimoi hoidon onnistuminen, osa 1** 11:llä paikkakunnalla
- **PKV-lääkelupakoulutus** 6.10. Helsinki
- **Diabeteksen uudistunut lääkehoito ja verenhyttymiseen vaikuttavat lääkeaineet** 14.10. Kajaani, 15.10. Oulu, 26.10. Lappeenranta, 27.10. Joensuu, 29.10. Savonlinna, 10.11. Pori
- **Muistisaira iäkkään lääkkeettömät hoidot – Muista muutkin kuin lääkehoidot ja tunnista lääkehaitat iäkkään hoidossa** 17.11. Helsinki
- **Mikrobilääkkeet – käyttö ja tulevaisuuden ongelmat** 25.11. Helsinki
- **Lääkkeiden käyttö saattohoidossa** 26.11. Hki
- **Valloittava vanhuus – tarvitaanko vallankumous toiminta- ja johtamiskulttuurissa?** Helsinki 15.12.

www.proedu.fi
toimisto@proedu.fi
puh. 050 323 3009



FCG.

Meneekö yö lampaita laskiessa
– unettomuuden hoito
24.9. Helsinki

Monisairas diabeetikko
15.10. Helsinki

Autoimmuunisairaudet
20.10. Helsinki

Neurologiset sairaudet ja työelämä
21.–22.10. Helsinki

Hyvää elämää hoivakodissa
28.–29.10. Helsinki

Vanhusten monilääkitys
4.11. Helsinki

lääkkäiden kuntoutus – kaikkien yhteinen asia
4.11. Helsinki

Kuka teki, mitä teki – hoitotyö näkyväksi kirjaamisella ja luokittelulla
10.11. Tampere

Lähi- ja perushoitajien koulutuspäivät
12.–13.11. Helsinki

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



ORIOFLASHOP.fi

Verkkokauppa terveydenhuollon ammattilaisille ja opiskelijoille.

Tuotevalikoima koostuu mm. kosmetiikkatuotteista, ravintolisistä, elintarvikkeista ja lemmikkituotteista.

Oletko jo hyödyntänyt syyskuun etusi?

Rekisteröidy heti

TARJOUKSET
VOIMASSA
30.9.2015
saakka



Biorion 120 kaps. ostajalle

KAUPAN PÄÄLLE

Biorion-shampoo

Lysi Omega-3 Forte kampanjapakkaus

+25 %

Rekisteröidy terveydenhuollon ammattilaisena ja tilaa tuotteita edullisesti Oriolashop.fi:stä!

Maksutapoina ovat verkkopankkimaksu, luottokortit ja lasku.

Lisätietoja toimitusehdoista ja maksutavoista löytyy verkkokaupastamme.

Asiakaspalvelu: info@oriolashop.fi, puh. 020 33 4242 ke–pe klo 10–14, www.oriolashop.fi

ORIOFLASHOP.fi



Loma-asunnot haussa talvikaudeksi

SuPerin loma-asunnot ovat jäsenistön vuokrattavissa ajanjaksolla 30.10.2015–30.4.2016, siis viikot 45/2015–17/2016. Jos samalle viikolle on useampi hakija, suoritamme hakijoiden kesken arvonnän. Etusijalla ovat jäsenet, jotka eivät ole aikaisemmin vuokranneet SuPerin loma-asuntoja tai saaneet SuPerin lomatukea.

Loma-asunnot vuokrataan viikon jaksoissa. Vaihtopäivä on viikkonumeroa edeltävä perjantai tai lauantai. Pääsiäisen poikkeukset vaihtopäiviin verkkosivuilla SuPerin loma-asunnot > Hakuohjeet. Vuokra sisältää huoneiston vapaan käytön, liinavaatteet (lukuun ottamatta Nauvoa), takkapuut ja vaihtosiivouksen.

LEVIN LÄNSIHOVI ja LEVIN ILVESHÖVI: Levitunturilla sijaitsevilla paritalohuoneistoissa 130 neliötä kolmessa kerroksessa. Vuoteita on 8 henkilölle. Vaihtopäivä lauantai.

Vuokra: vkot 45–51, 2–7 500 €/vko
vkot 52–1, 8–17 700 €/vko

HUILINKI A ja B: Yllästunturilla, Kolarin Äkäslompolossa sijaitsevassa kelo-paritalossa on 43 neliötä/puoli, makuutilat ovat parvella. Vuoteita on 4+2 henkilölle. Vaihtopäivä lauantai. [A-puolelle ei lemmikkieläimiä.](#)

Vuokra: vkot 45–51, 2–7 350 €/vko
vkot 52–1, 8–17 500 €/vko

RUSKA-RUKA: Rukatunturilla sijaitsevassa kelo-rivitalohuoneistossa on 116 neliötä. Vuoteita on 10 henkilölle. Vaihtopäivä perjantai.

Vuokra: vkot 45–51, 2–7 500 €/vko
vko 52 450 €/pe-ke (18.–23.12.)
vko 53 700 €/ke-ke (23.–30.12.)
vko 1 700 €/ke-ke (30.12.–6.1.)
vkot 8–17 700 €/vko

Loma-asuntojen esittelyt ja [hakulomake](#) löytyvät osoitteesta www.superliitto.fi (kohdasta Jäsenyyss > Jäsenedut > SuPerin loma-asunnot). Haku päättyy 30.9.2015.

Lähetämme loma-asunnon saaneille ilmoituksen viimeistään viikolla 44.

PIKKU-ÄIMÄ: Puumalassa, Saimaan rannalla sijaitseva 73 neliön huvila. Tilat kahdessa kerroksessa. Vuoteita on 6 henkilölle. Vaihtopäivä perjantai. [Ei lemmikkieläimiä.](#)

Vuokra: vkot 45–51, 2–7 300 €/vko
vkot 8–17 450 €/vko
vko 52 400 €/pe-ke (18.–23.12.)
vko 53 500 €/ke-ke (23.–30.12.)
vko 1 450 €/ke-ke (30.12.–6.1.)

ÄIMÄNKÄKI: Puumalassa, Saimaan rannalla sijaitseva 150 neliön huvila. Vuoteita on 8+2 henkilölle. Vaihtopäivä perjantai.

Vuokra: vkot 45–51, 2–7 400 €/vko
vkot 8–17 550 €/vko
vko 52 450 €/pe-ke (18.–23.12.)
vko 53 700 €/ke-ke (23.–30.12.)
vko 1 550 €/ke-ke (30.12.–6.1.)

VILLA ETEL: Nauvossa, Kälön saarella sijaitseva 100 neliön huvila. Vuoteita on 4+2 henkilölle (ei liinavaatteita). Vaihtopäivä perjantai. [Ei lemmikkieläimiä.](#)

Vuokra: vkot 45–51, 2–7 300 €/vko
vkot 8–17 450 €/vko
vko 52 400 €/pe-ke (18.–23.12.)
vko 53 500 €/ke-ke (23.–30.12.)
vko 1 450 €/ke-ke (30.12.–6.1.)

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



**Valitse ja
SuPer -lomaile
missä haluat**

KATINKULTA, GOLFHARJU	2+2:lle, vkot 8, 11 400 € /vko
KATINKULTA, KATINKULLAN KIINTEISTÖT	4+2:lle, vkot 50–51, 1–2, 6, 12–13 500 € /vko
HIMOKSEN TÄHTI	4+2:lle, vkot 5–7 400 € /vko, vkot 8–11 500 € /vko
AIRISTO, KUUNARI	6+2:lle, vkot 16–17 400 € /vko
TAMPEREEN KYLPYLÄ	2+2:lle, vko 11 200 € /vkonloppu (3 vrk, pe–ma) tai arki (4 vrk, ma–pe) 4+2:lle, vkot 49, 7, 16 250 € /vkonloppu (3 vrk, pe–ma) tai arki (4 vrk, ma–pe)
NAANTALI SPA RESIDENCE	allergiahuoneisto 2+2:lle, vko 16 250 € /vkonloppu (3 vrk, pe–ma) tai arki (4 vrk, ma–pe)
PYHÄ HOLY SUITES	6+2:lle, vkot 7–11 650 € /vko
PUNKAHARJU, HIEKKAHARJU I	6+2:lle, vko 17 400 € /vko
VIERUMÄKI	allergiahuoneisto 4+2:lle, vkot 5–7, 9–10 400 € /vko

Hakuaika lomaviikoille 45/2015–17/2016 on 31.8.–30.9.2015. Arvonta suoritetaan 2.10.2015.

Hae lomaa SuPerin nettisivuilta www.superliitto.fi › jäsenyyss › Holiday Club -lomaviikot
tai suoraan osoitteesta www.holidayclub.fi/yrityspalvelu (tunnus ja salasana löytyvät SuPerin nettisivuilta).

Lisätiedot: Holiday Club Yrityspalvelu,
puh. 030 687 0400, arkisin klo 9–16.

Holiday  *Club*

Teemme tilaa uusille tuotteille,
siksi myydään tuotteita erittäin edulliseen
hintaan! Napauta loppuunmyynti-linkkiä
kotisivulamme. www.inviteeurope.com



Kyseiset tuotteemme ovat tilavia.
Siksi suosittelamme, että valitset
yhdessä koon pienemmän kuin mitä
normaalisti käytät.

Tarjous

Kaikki hinnat sisältävät alvin, vähimmäistilaus on 40€.
Postikulut on 13€. Yli 600€, tilaus toimitetaan ilman postikuluja.

Tilataksa ystäväsi kanssa ja jakakaa postikulut
HUOM! Tarjous on voimassa 2/10 2015 asti.

Anna koodi 167 tilauksen yhteydessä.



Tilaa meidän
ISO kuvasto!

Tuote. 540 V-aukkoainen tunika

V-aukkoainen lyhythihainen tunika. Kaksi sivutaskua,
kännykkä- ja rintatasku ja avainlenkki.
Silitämättä siistiä, kestävä raitakuosikangas,
jossa on miellyttävä työskennellä. Uusi parannettu
malli. Rypytyä ja kestävä rumpukuivauksen

Koot: 2XS-4XL

Materiaali: Jaquardi 50% puuvilla / 50% polyester
Väri: Laiv.sin, Cerise, Turkoosi, Om.Vihreä



Ale hinta!
29€/kpl

(Normaali hinta 42€)

Tuote. 541 Naisten tunika

V-aukkoainen naisten lyhythihainen tunika. Kaksi sivutaskua,
rinta- ja kännykkätasku ja avainlenkki. Säädettävä resori selässä
Silitämättä siistiä, kestävä raitakuosikangas, jossa on miellyttävä
työskennellä. Rypytyä ja kestävä rumpukuivauksen.

Koot: 2XS-4XL

Materiaali: Jaquardi 50% puuvilla / 50% polyester
Väri: Laiv.sin, Cerise, Turkoosi, Om.Vihreä



Ale hinta!
29€/kpl

(Normaali hinta 42€)

Tuote 521 Housut, resoori

Suoranmalliset unisex housut kahdet sivutaskut. Reisi- ja
kännykkätasku. Vyötäröllä resori ja nauhakiinnitys. Kestävä
raitakuosi kangas. Kutistumaton kangas ja kestävä kuivaus-
rummun.

Koot: 2XS-4XL

Materiaali: Jaquardi 50% puuvilla / 50% polyester
Väri: Musta, Viinipun., Valk., Laiv.sin



Ale hinta!
29€/kpl

(Normaali hinta 42€)

Tuote 763 V-aukkoainen tunika, unisex

V-aukkoainen unisex-pusero rintataskulla ja kahdella
sivutaskulla. Avainlenkki ja kännykkätasku. Lyhyt hiha.
Pesu 85°C.

Koot: 2XS-4XL

Materiaali: 65% polyester / 35 % puuvilla
Väri: Turkoosi, Omenan-vihreä, Punainen,
Vaal.sin, Cerise, Laiv.sin, Valkoinen, Aqua,



Ale hinta!
29€/kpl

(Normaali hinta 42€)

Tuote 764 V-aukkoainen naisten tunika

V-aukkoainen naisten pusero, hieman vyötärönmyötäinen.
Rintataskulla sekä kahdella sivutaskulla. Avainlenkki ja
kännykkätasku. Pesu 85 °C.

Koot: 2XS-4XL

Materiaali: 65% polyester / 35 % puuvilla
Väri: Laivastonsininen, Valkoinen, Aqua, Cerise,
Vaaleansininen



Ale hinta!
29€/kpl

(Normaali hinta 42€)

Tuote 720 Housut unisex

Suorat housut, jossa kaksi sivutaskua ja lahje- ja kännykkätasku.
Vyötäröllä resori ja nauhakiinnitys. Vyölenkit, avainpideke.
Lahkeissa säädettävä kuminauhakuja. Pesu 85 °

Koot: 2XS-4XL

Materiaali: 65% polyester / 35 % puuvilla
Väri: Laivastonsininen, Valkoinen, Aqua, Musta, Vaaleansininen



Ale hinta!
29€/kpl

(Normaali hinta 42€)

Tuote 263 V-aukkoainen tunika

V-aukkoainen pusero rintataskulla ja kahdella sivutaskulla.
Kännykkätasku. Somisteet poikkeavalla värillä.



Ale hinta!
29€/kpl

(Normaali hinta 42€)

Koot: XS-XXL
Materiaali: 100%
crinkle-puuvilla
Väri: (katso vasemalle)

Tuote 276 Housut unisex

Suoranmalliset housut kahdella sivutaskulla,
kummallakin puolella läpälliset reisitaskut
nappikiinnityksellä. Vyötäröllä resori ja
nauhakiinnitys.



Ale hinta!
29€/kpl

(Normaali hinta 42€)

Koot: XS-XXL
Materiaali: 100%
crinkle-puuvilla
Väri: Valkoinen, Musta,
Harmaa, Antrasiitti

Tilaa tänään!

Toimitamme tilaukset
niin yksityisille kuin
yrityksille laskulla.
Soita puh. 0303-9108
14 vrk. vaihto- ja
palautusoikeus.
Kaikki hinnat
sisältävät alvin.
Toimitusaika
noin 10-14 vrk.

Asiakaspalvelu: Puh: 0303-9108 • Faxi: 0303-9107

E-mail: asiakaspalvelu@inviteeurope.com • www.inviteeurope.com

Invite Finland Oy, PL 2770, 00002 Helsinki

SuPerin sähköisen jäsenpalvelun uudistus siirtyy vuodelle 2016



SuPerin sähköistä jäsenpalvelua uudistetaan vuoden 2015 aikana. Toimittajan tuotekehityksen viivästymisen vuoksi uusi palvelu otetaan kuitenkin käyttöön vuonna 2016.

Uudessa palvelussa on kaksi osaa, jotka on suunnattu:

- jäsenille
- **aktiivijäsenille**, kuten luottamusmiehille ja ammattiosastojen puheenjohtajille.

Mikä muuttuu?

Sähköisestä asioinnista tulee **entistäkin helpompaa**.

- Palvelut toimivat niin tietokoneella, tabletilla kuin älypuhelimella.
- Palveluun kirjautuminen helpottuu ja kirjautumismahdollisuuksia on useita.
- Löydät omat tietosi ja luottamusmiehesi ja ammattiosastosi tiedot vaivatta.

WWW.SUPERLIITTO.FI



Suosittele SuPeria!



Suosittele SuPeria juuri nyt!

Jokainen uusi jäsen saa paitsi liiton vakuutukset, loistavaa edunvalvontaa ja ammatillista koulutusta myös edullista lomailua ja reiluja alennuksia monista tuotteista ja palveluista.

Parasta kuitenkin on, että uusi jäsen pääsee mukaan vaikuttamaan SuPerin vaaleissa ensi vuonna.
SuPerissa jäsenet päättävät, kuka päättää.

Katso ohjeet suositteluun SuPerin verkkosivuilta kohdasta Jäsenyys > Suosittele SuPeria 2015

Uusi varsinainen jäsen saa tervetuliaislahjaksi monikäyttöisen rannekukkaron sekä arvokkaan ammattimerkin.



SUPER

SYVENNÄ JA PÄIVITÄ OSAAMISTASI

Amiedussa voi suorittaa **vanhustyön erikois-ammattitutkinnon** verkkopainotteisesti monimuotokoulutuksena. Tutkinnon voi suorittaa kokonaan tai sen osia, syntyen esimerkiksi saattohoitoon tai muisti-sairaiden hoitamiseen.

OTA YHTEYTTÄ

Sari Lehtonen
tutkintovastaava
0400 192 581
sari.lehtonen@amiedu.fi

Katriina Ronkainen
tuotemyyntipäällikkö
050 4471629
katriina.ronkainen@amiedu.fi

Vaikuttavaa osaamista



Asiakaspalvelu
puh. 010 80 80 90,
asiakaspalvelu@amiedu.fi
Valimotie 8, 00380 Helsinki

amiedu.fi



**ALOITUS
JOUSTAVASTI
- KYSY LISÄÄ!**



Erikoissairaanhoidon koulutuspäivät

18.-19.11.2015 Tampereella

Sokos hotelli Torni
Ratapihankatu 43, 33100 Tampere

SuPerin erikoissairaanhoidon päivillä sinulla on tilaisuus päivittää tietosi ajankohtaisista asioista erikoissairaanhoidossa. Koulutuspäivät on suunnattu kaikille erikoissairaanhoidon työntekijöille ja ne ovat ammatillista täydennyskoulutusta.

Keskiviikko 18.11.2015

- 9.00-10.00 Ilmoittautuminen ja aamukahvi
- 10.00-10.40 Erikoissairaanhoidon päivien avaus
- 10.40-11.50 Sote tulee - mikä muuttuu?
- 11.50-13.00 Ajankohtaista potilasturvallisuudessa
- 13.00-14.00 Lounas
- 14.00-15.30 läkkäiden lääkityksen erityispiirteet ja haasteet
- 15.30-16.00 Kahvitauko
- 16.00-17.00 Hyvä työergonomia

Torstai 19.11.2015

- 9.00-10.30 Avannepotilaan hoito ja tuote-esittely
- 10.30-12.00 Terveystieteiden ammattihenkilöiden tehtävät ja nimikkeiden käyttö
- 12.00-13.00 Lounas
- 13.00-14.15 Immobilisaatiohoidon toteuttaminen
- 14.15-14.45 Päiväkahvi
- 14.45-15.45 läkkään elvytykset
- 15.45-16.00 Erikoissairaanhoidon päivien päätös ja todistusten jako

Ilmoittautuminen 11.10.2015 mennessä: www.superliitto.fi > kirjaudu jäsenivuille / ilmoittaudu kurssille / kurssit / kurssi-tarjonta / valitse kurssi / vahvista ilmoittautuminen.

Koulutuspäivien hinta majoituksen kanssa on SuPerin jäsenille 200 € ja 160 € ilman majoitusta. Jos majoitut, ilmoita majoituskohdassa mahdollinen huonekaverisi. Hinta sisältää luennot, materiaalin ja ohjelmassa mainitut tarjoilut.

Muille kuin SuPerin jäsenille hinta on 230 € / 190 €. Ilmoittautuminen ei-jäsenille: raili.nurmi@superliitto.fi. Ilmoittautuessasi mainitse nimesi, ammattisi, kotiosoitteesi, puhelinnumerosi, mahdolliset ruoka-aineallergiasi, työnantaja, laskutusosoite sekä koulutuspäivien nimi.

Lisätietoja

asiantuntija Elina Ottela
elina.ottela@superliitto.fi
puh 09 2727 9154

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

Ohjelma on alustava ja SuPerilla on oikeus muutoksiin.



Hoidamme vanhuksiamme hyvin!

LA CARITA SÄÄTIÖ

VAHUSTEN JA KÄÄNTYVIEN HYVINVOINNIN EDISTÄMINEN SUOMESSA

La Carita -säätiö ja SuPer ovat palkinneet jo vuosikymmenen ajan laadukasta vanhustyötä tekeviä työryhmiä.

Seuraava palkinto jaetaan SuPerin vuoden 2016 opintopäivillä. Juhlavuoden kunniaksi kilpailu uudistuu.

Kutsumme kaikenlaisia työryhmiä osallistumaan rohkeasti kilpailuun.

Tarkemmat hakuohjeet ilmoitetaan seuraavassa SuPer-lehdessä ja SuPerin verkkosivuilla.



Lisätietoja antaa
Soili Nevala,
soili.nevala@superliitto.fi
puh. 09 2727 9157

Huomio Keski-Karjalan SuPer-Nuoret!

Keski-Karjalan ammattiosasto 510:ssä aloitellaan parhaillaan eritoten nuorille jäsenille suunnattua toimintaa.

Jos olet alle 35-vuotias varsinainen SuPerin jäsen tai opiskelija, tule mukaan ammattiosaston SuPer-Nuorten toimintaan! Kaiken a ja o on hauskanpito ja yhdessäolo.

Lähetä ideoita ja yhteystietoja Jaana Mahoselle sähköpostilla: jaana.palviainen@hotmail.com tai facebookissa SuPer-Nuoret-ryhmässä yksityisviestillä.

**Pankaahan muhimaan ideoita siitä,
mitä haluaisitte touhuta!**

Lisätietoa SuPer-Nuorten toiminnasta löytyy SuPerin verkkosivuilta: www.superliitto.fi/ammattiosastot/super-nuorten-toiminta

**Nuorta voimaa
&
Super-hoivaa**

Kohtaamisen taito lähihoitajan työssä

Etiikan seminaari 14.10.2015

SuPerin koulutustila Juhani (4. kerros)
Ratamestarinkatu 12, Helsinki.

työ etiikka **kokemukset**
periaatteet **vuorovaikutus**
hyvyys kohtaaminen **kannustus**
kysymys **lähihoitaja**

Hinta 50€/henkilö (alv 0%) sisältää ohjelmassa mainitut tarjoilut.

Ilmoittautuminen 15.8.–15.9.2015 verkossa
<https://my.surveypal.com/Etiikan-seminaari-2015-ilmoittautuminen>

Lisätietoja antaa asiantuntija Soili Nevala
soili.nevala@superliitto.fi, puh. 050 385 4130.

HUOM! Ilmoittautuminen on sitova. Mikäli henkilö on estynyt osallistumasta koulutukseen, hänen tilallaan voi osallistua samasta työyhteisöstä toinen henkilö ilman lisäkuluja.

Mikäli peruutusta ei tehdä 30.9.2015 mennessä, peritään koko koulutuksen maksu.



Kutsut

• TAMPEREEN AH 35!

Valmistuimme 50 vuotta sitten 24.9.1965. Tapaamisiin Tampereella tiistaina 29. syyskuuta klo 15. Ilmoittautumiset 20.9. mennessä: Marja Terttu Hassel ent. Rantanen puh. 050 523 6313 tai terttu.hassel@elisanet.fi.

Ilmoittautumiset sähköpostiin 25.9. mennessä: super527@superliitto.fi

• SUOMEN

MONTESSORILIITTO

järjestää valtakunnalliset avoimet ovet –tapahtuman lauantaina 19.9. kello 10. noin 20 päiväkodissa. Kasvatusalan ammattilaiset, opiskelijat, varhaiskasvatuksen päättäjät, vanhemmat ja muut kiinnostuneet, tervetuloa autenttisiin ympäristöihin tutustumaan montessoripedagogiikkaan: Mitä se on ja miten se toimii käytännössä? Tapahtumapäiväkodit löytyvät osoitteesta www.montessori.fi/ajan-kohtaista.

• POHJOIS-KARJALAN

YKSITYISSEKTORIN AO 527

Sääntömääräinen syyskokous lauantaina 3.10. klo 16. Joensuun Aittarannan kokous- ja saunatiloiissa, Penttiläntie 1 H, 80220 Joensuu. Kokouksen jälkeen jatkamme sauna- ja kauneusillan merkeissä nauttien suolaista ja makeaa purtavaa ja toistemme seurasta. Tervetuloa joukolla mukaan!



Oulaisten seudun ammattiosasto teki kesäretken Rokualle 6. kesäkuuta. Ohjelmaan kuului ohjattu metsäjumppa, kylpyläkäynti sekä ruokailu. Rentouttavan päivän päätteeksi toivottelimme osallistujille mukavaa kesänaikaa. Kiitos osallistujille ja meidän parhaimmalle linja-autokuskille!

Toivottavasti seuraaville retkilemmme tulee mukaan runsaasti niin uusia kuin vanhojakin osallistujia.

EIJA HEINONEN

RISTIKKORATKAISU 8/2015

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

D V P Y H A G M R U

Elokuun
ristikkokisan
voitti Kyllikki
Suominen
Paimiosta.
Lämpimät
onnittelut!

SuPer 407, Tiirismaan ammattiosasto Ahvenanmaalla

Tiistaina 4. elokuuta kaikkiaan 30 iloista retkeilijää lähti bussilla yhden pysähdyksen taktiikalla Kustavin lossirantaan. Useammalle meistä lossimatka oli laatuaan ensimmäinen. Vuosnaisista jatkoimme isolla autolautalla, m/s Viggenillä. Majapaikkamme oli majatalo Gullivaniin Brändössä.

Matkaoppaamme kertoi Brändön historiasta ja nykyisestä elämännosta. Ennen muinoin viinan salakuljetus kukoisti ja saaren asukkaat vaurastuivat. Nykyisin väki on töissä liikennöivillä aluksilla.

Brändössä on myös kymmenpaikainen vanhainkoti ja oma saattohoitohuone, jota vuokrataan muillekin kuin vanhainkodin asukkaille. Mantelelta käy lääkäri kerran viikossa ja matkustuskyytön potilas voidaan kuljettaa tarvittaessa helikopterilla sairaalaan.

Vierailimme muun muassa Brändön kirkossa, joka on pyhitetty Pyhälle Jaakobille, ja paikallisessa kyläkaupassa ostamassa tiukkaa tekoa olevaa mustaa saaristolaisleipää.

Seuraavana päivänä matkustimme Hummelviikkiin. Kävimme ensimmäiseksi katsomassa Bomarsundin linnoitusta, jonka englantilaiset ja ranskalaiset tuhosivat Oolannin sodassa vuonna 1854. Siellä täällä on linnanmuureja jäljellä ja neljä rauñoitunutta vartiotoria sekä kolme



Merellä näimme upeita pieniä ja isoja saaria, joissa kasvillisuus oli matalaa katajaa tai kanervaa. Maisemat olivat kaikkialla kauniit. Tässä osa iloista porukkaamme nauttii aurinkoisesta ilmast.

suurta tykkiä.

Matka jatkui Kastelholman linnaan, joka on Ahvenanmaan ainoa keskiaikainen linnoitus ja nykyään museona. Ruokailuhetken jälkeen koitti kauan kaivattu käynti Taffelin tehtaanmyymälässä.

Sitten kohti Maarianhaminaa, jossa kiertelimme bussilla ja näimme arvokkaita ja suojeltuja rakennuksia sekä monenlaisia kouluja, muun muassa lähihoitajakoulun. Oppaamme kertoi, että kaupungissa on kova tarve lähihoitajista ja ravintolatyöntekijöistä. Työttömyysprosentti on kolme.

Torstaina kävimme tutustumassa paikallisten käsityöihmisten taidonnäytteisiin merikorttelissa. Monet ostivat makusuoloja ja erilaisia käsitöitä. Sitten aukenivat ovet

merenkulkumuseoon ja Pommern-laivaan. Kävimme sisällä laivassa ja totesin, että merimies on eri mies. Ei olisi asiaa itsellä nousta laittamaan purjeita mastoihin köysitikkaita pitkin.

Tietoa pukkasi niin paljon kolmeen päivään, että osa on varmasti jo unohtunut. Sää oli aurinkoinen, satoi vain kun oltiin syömässä tai kun istuimme bussissa matkalla jonnekin. Nauru pidensi meidän kaikkien ikää varmaan parillakymmenellä vuodelle eteenpäin. Vasta viime kilometreillä takaisin kotiin alkoivat jutut kulkeutua työmaalle. Olihan moni seurastamme menossa seuraavana päivänä iltaan töihin.

MERVI RENTOLA



Maalissa ihan maalissa

Me SuPer ammattiosastot 610, 611, 612 ja 613 Hämeenlinnasta ja ympäristökunnista pakattiin bussillinen SuPer-Nuoria kyytiin ja suunnattiin Lahden Jokimaalle Väriestejuoksuun. Mukaan saatiin myös Raksanuorten porukkaa ja meininki olikin melkoisen värikästä etenkin radalta poistuttaessa. Viiden kilometrin lenkki pompittiin, kiivettiin, liutettiin, ryömittiin ja kahlatiin kainaloita myöden vaahdossakin. Matkalla värijauheet pöllyisivät ja maalialueella jorattiin kuolemattomien hittien tahdissa, jälleen kerran värijauheen koristellessa kaiken päästä varpaisiin. Ihan SuPer-kiva päivä, vois lähteä uudestaan!

Mukana reissussa häärasivät:

SUPER-OPOT HANNA JOKINEN JA ELINA PULKINEN

Eläkkeelle



Läksiäiset kotihoidossa

Trio supernaisia yhtäaikaa eläkkeelle: Tuula Karjalainen, Pirkko Takkula ja Marjatta Oikarainen. Työvuosia Kuusamon kaupungille yhteensä 120. Vuodesta 1975 alkaen asiakkaille ja potilaille arvokasta lähihoitoa!

*Tulevia vuosia kiireettä vietä,
edessä monta on mukavaa tietä.
Lempeitä tuulia rauhassa haista,
elämän anteja halulla maista.*

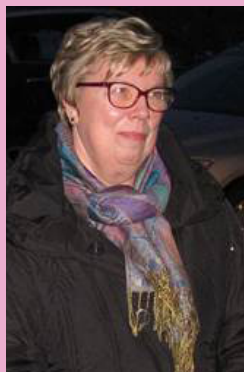
Onnellisia ja iloisia eläkepäiviä lämpimästi toivotellen!

KOTIHOIDON VÄKI



Eeva Kosonen lähti eläkkeelle työskennellyään perushoitajana Inarin kunnassa 43 vuotta. Siitä ajasta pitempään hän työskenteli Männikön palvelutalossa. Hän toimi vuosia myös SuPerin ao 118:n puheenjohtajana.

ELINA KEMPPAINEN



Perushoitaja Leena Varheenmaa Laviasta Aleksinhovista saatettiin entisten ja viimeisimpien työkaverien ryhmällä eläkkeelle 25. helmikuuta. Muisteltiin vanhoja ja todettiin, että paljon on muuttunut eikä kaikki välttämättä hyvään suuntaan. Mutta mikään ei voita hyviä, hauskoja muistoja herkuja notkuvan pöydän ääressä Kyläraitin Herkkumestassa Laviassa mahdollistavassa seurassa! Kaikkea hyvää Leenan eläkepäiviin!

EIJA LEPISTÖ



HYKS:n ammattiosasto 813 teki toukokuussa virkistysmatkan Naantalin kylpylään. Lähdimme tilausajolla HYKS:n syöpätautien klinikalta kohti Naantalia. Kylpylään sisään kirjautumisen jälkeen pääsimme nauttimaan kylpylän allasalueesta. Ahkerimmat lähtivät myös kiertämään Naantalin puoteja ja kauppoja, joihin ei ollut pitkä kävely matka.

Tulopäiväksi oli osallistujille varattu myös hieronta tai kasvohoito oman varhinnan mukaan. Päivän päätteeksi kävimme vielä nauttimassa maittavan buffet-illallisen kylpylän ravintolassa. Sunnuntaina halukkaat saivat vielä pulikoida kylpylän altaissa, ennen kuin bussifirma haki osallistujat kotimatalle. Oli oikein mukava, että reissuun lähti superilaisia monesta HYKS:n eri toimipisteestä, joten saimme vaihtaa kuulumisia yksiköiden kesken ja taisipa sieltä löytyä vanhoja tuttavikiäkin vuosien takaa! Sääkin suosi meitä, sillä viikonloppu oli aivan ihannan aurinkoinen ja lämmin. Kiitos kaikille osallistujille, toivottavasti nähdään taas seuraavalla reissulla!

MERI KUJANPÄÄ

Lähetä kuulumiset osoitteeseen:

super-lehti@superliitto.fi

16. lokakuuta mennessä.

Kuvan koko vähintään 300 kilotavua.

Toimituksella on oikeus muokata tekstiä ja kuvia sekä valita julkaisuajankohta.

IN MEMORIAM

Perushoitaja

**Aira Kyllikki
KAAPPOLA**

s. 31.5.1960

k. 22.6.2015

*Tämä maa, jonka näemme,
ei ole kaikki.
On toinen maa,
jossa meille kuiskataan:
Tervetuloa kotiin.*

Airaa lämmöllä muistaen
Karvian Iltaruskon palvelukeskuksen henkilökunta

YKSIKSENSÄ EKSyksissä

Erällä ystävälläni on hämmästyttävä taito joutua hukkaan metsässä. Minuutin käveltyään hän ei tiedä laisinkaan, missä suunnassa auto olisi. Onneksi hänen mieltään ei valtaa pelko vaan uteliaisuus.

Toisinaan kuulee hurjiakin tarinoita eksyneistä. Laukataan päättömästi kymmeniä kilometrejä ympäryä ilman järjen häivää ja ilman varusteita. Häteisimmät soittavat paniikissa heti hätänumeroon. Olisikohan aika oppia liikkumaan luonnossa?

Ensimmäiseksi täytyy rauhoittua ajattelemaan, että sanaa 'eksyminen' ei ole. Et vain juuri nyt tiedä tarkalleen, missä olet. Sen ei kannata aiheuttaa minkäänlaista paniikkia. Siinä löydät kotiin aivan varmasti. Ensimmäiseksi, pidä tauko. Juoksukilpailun aloittaminen vain sotkee suuntaa entisestään. Evästä repusta ja vaikkapa pienet tulet ja kahvit, jos sopiva paikka löytyy. Hetken istuttuasi oikea suunta selviää usein kuin itsestään. Silloin on myös aikaa kuunnella mahdollisia autojen ääniä tai muita merkkejä asutuksesta.

Ennen metsäretkeä kannattaa ehdottomasti tutustua alueeseen kartalta. Nykyään on olemassa hyviä ja halpojakin navigaattoreita, joihin voi tallentaa auton tai kodin sijainnin. Puhelimissa on nykyään kartat ja navit, jotka helpottavat paikannääritystä. Ettei suunnistaminen jäisi kuitenkaan koko-

naan tekniikan varaan, on kartta ja kompassi hyvä olla mukana. Niiden käyttäminen ei ole ollenkaan rakettitiedettä. Pelkkä pääilmansuuntien tietäminen usein riittää.

Yksinkertaisimmillaan katsot kartasta alueen, minne olet suunnitellut mennä. Mietit ilmansuunnan, jossa törmäät tien joka tapauksessa. Ja teitähän riittää varsinkin eteläisessä Suomessa. Myös joet ja järvet ovat hyviä kiintopisteitä reitillä. Niiden varsilta löytyy aina asutusta. Sähkölínjat vievät aina sivistyksen pariin ja hakkuuaukioiden joltain reunalta löytyy ajo-ura, joka vie suuremmalle tielle. Karttaa kannattaa vilkuilla, vaikka tietäisikin missä on. Siitä voi ennakoida tulevan maaston ja tehdä reittisuunnitelmaa sen mukaan.

Pelko on luonnossa huono kaveri. Hyvin varustautunut utelias kuljija löytää usein ne parhaat marja- ja vahveropaikat. ■ WWW.PIRTTIMAA.FI





SUPERIN AMMATTIOSASTOJEN PUHEENJOHTAJAT ERI PUOLILTA MAATA KOMMENTOIVAT LEHDEN AIHEITA.

LIPERISSÄ HOITAJIA ARVOSTETAAN

Pitäisikö lähihoitajaksi koulutettavien soveltuvuutta alalle testata nykyistä enemmän? ▶ s. 8

Ehdottomasti pitää. Moni on ihmetellyt, miten ihmeen helposti alalle oikein pääseekään opiskelemaan. Sekin puhuttaa, että jo 16-vuotiaat pääsevät lähihoitajakouluun. Tämä on liian alhainen ikä, hehän ovat vasta lapsia.

Pelkäsitkö pienenä hammaslääkärinä? ▶ s. 16

Kyllä. Muistan, kun kerran opettaja laittoi minut ja luokkakaverin hammaslääkärille, niin menimmekin leikkimään sairaana olleen luokkakaverin luoksiksi aikaa. Seuraavan kerran kaverin äiti vei meidät perille asti. Enää ei hammaslääkäri pelota, puudutukset ja hoidot ovat kehittyneet.

Onko vanhusten ja liikuntarajoitteisten vaikea liikkua julkisilla paikoilla teillä päin? ▶ s. 34

Joka paikkaan ei pääse. Kunnantalolla liikkuminen on helpottunut, mutta on toimistoja, joihin ei vieläkään taho päästä.

Oletko ohjannut opiskelijoita työpaikallasi? ▶ s. 44

Kyllä, ja taas se aika alkaa, jokainen vuorollaan sitä tekee. Muuten ohjaaminen on mukavaa, mutta alussa pitäisi olla enemmän aikaa tutustumiseen. Arvioinnit teemme omalla ajalla kotona ja tästä purnaamme. Opiskelijan arvioiminenkin kuitenkin on meidän työtämme ja sen kuuluisi tapahtua työaikana.

Osataanko hoito- ja hoivapaikoissa hyödyntää lähihoitajien osaamista tarpeeksi? ▶ s. 54

Ainakin meidän kunnassa osataan. Huolissamme olemme siitä, jos pika-

Liperin ammattiosaston puheenjohtaja Leena Koponen katsoo, että lähi- ja perushoitajien asema on aika hyvä kunnassa. Hänen korviinsa ei ole kentältä kuulunut tietoja suurista ongelmista. Koposen omalla työpaikalla arvostus ulottuu hierarkian yläportaille asti.

– Työpaikallani vanhainkoti Iltaruskossa työilmapiiri on hyvä. Meillä on työvälinepuolikin kunnossa. Lisäksi työtämme arvostetaan ihan lääkäristä lähtien.

Lähi- ja perushoitajien ammattitaitoa kehitetään, joten he saavat käyttää osaamistaan laajasti. Lääketilauksia he eivät tee, mutta lääkkeiden jako on sallittua.

Koponen aloitti puheenjohtajana tämän vuoden alussa. Ammattiyhdistystoiminta oli tuttua yhdyjäsenen ja hallitustyön kautta.

– Ei puheenjohtajaksi ryhtyminen ole kaduttanut, ei tämä niin vaikeaa ole. Väistynyt puheenjohtaja on lupautunut tukemaan tarvittaessa.

Koponen joutui vuoden alussa ottamaan myös pääluottamusmiehen pestin väliaikaisesti, koska vakituinen ja varapääluottamusmies olivat estyneitä.

– Tein kahta tehtävää rinnakkain. Tämä pääluottamusmiehen työ oli hankalampaa, se kun tuli vähän pystymetsästä. Mutta asiat tulivat hoidettua, kun käännyn vaikeissa tilanteissa liiton toimiston puoleen.

Valinta pääluottamusmieheksi toi Liperin suuntaan hieman moitteita liitosta, koska valinta tehtiin puhelinäänestyksessä. Koponen puolustaa tapahtunutta sillä, että joulujän kiireessä oikeita vaaleja ei ehditty järjestää, mutta asiat kuitenkin oli saatava nopeasti rullaamaan.

– Tällaisissa akuuteissa asioissa toivoisin, että ei oltaisi niin pikkutarkkoja.

Liperin ammattiosastossa on yli 140 jäsentä. Osasto toimii aktiivisesti järjestämällä muun muassa teatterimatkoja, tanssireissuja, pilkkitempauksia ja vierailuja hiihtokeskukseen. Monesti perheet ja lapsetkin ovat mukana. Syyskuun lopussa osasto tekee syysretken Valamoon. ■



Leena Koponen on työskennellyt 20 vuotta Iltaruskon vanhainkodissa.

kurssin käyneitä hoiva-avustajia aletaan enemmänkin palkata lähihoitajien tilalle. Heillähän ei ole velvoitteita esimerkiksi lääkehoitoon.

Mitä Liperiin ja liperiläisille kuuluu? ▶ s. 71

Meille valmistuu uusi terveyskeskus

ja terveyskeskussairaala vuodenvaihteessa. Tätä on odotettu. Se tulee ihan työpaikkani Iltaruskon viereen. Uusi terveyskeskus helpottaa meidän työtämme. Enää ei esimerkiksi tarvitse ulkokautta työntää lumihangessa sänkyä paikasta toiseen, kun rakennusten väliin tulee sisäkäytävä.

JUKKA JÄRVELÄ

SUPERIN TOIMISTO

Ratamestarinkatu 12

00520 Helsinki

Puhelinvaihte 09 2727 910

Telefax 09 2727 9120

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

YLEISHALLINTO

- toiminnanjohtaja Arja Niittynen p. 09 2727 9123
- järjestöpäällikkö Satu Taiveaho p. 09 2727 9191 (hoitovapaalla)
- järjestöasiantuntija Paula Soivio p. 09 2727 9156
- järjestöasiantuntija Tiina Pendolin p. 09 2727 9297
- järjestöasiantuntija Lauri Kämäri p. 09 2727 9184
- järjestöasiantuntija Eero Lemola p. 09 2727 9153
- opiskelija-asiamies Tanja Oksanen p. 09 2727 9192
- opiskelija-asiamies Heli Saarinen p. 09 2727 9150
- 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
- taiteva toimittaja Jukka Järvelä p. 09 2727 9178
- toimittaja Henriikka Hakkala p. 09 2727 9177
- toimittaja Sonja Kähkönen p. 09 2727 9175
- toimittaja Minna Lyhty p. 09 2727 9176
- toimittaja Marjo Sajantola p. 09 2727 9173
- super-lehti@superliitto.fi

TIEDOTUS:

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

KEHITTÄMISYKSIKKÖ

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

TIETOHALLINTA

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

SOPIMUSEDUNVALVONTA

- puhelinpalvelu 09 2727 9160 ma-pe klo 9-15
- edunvalvontajohtaja Anne Sainila-Vaarno p. 09 2727 9167
- työympäristöasiantuntija Eija Kemppainen p. 09 2727 9131
- sopimusasiantuntija Eila Koponen p. 09 2727 9132
- sopimusasiantuntija Anne Villman p. 09 2727 9196
- sopimusasiantuntija Mirja Juusola p. 09 2727 9185
- edunvalvontasihteeri Sari Kaartoaho p. 09 2727 9179
- lakimies Anna-Reetta Friipyöli p. 09 2727 9204
- lakimies Janina Haarala p. 09 2727 9183
- lakimies Merja Hyvärinen p. 09 2727 9166
- lakimies Juho Kasanen p. 09 2727 9161
- lakimies Niina Kiviluoto p. 09 2727 9165
- lakimies Riitta Saarikoski p. 09 2727 9114
- lakimies Sini Siikström p. 09 2727 9136
- lakimiesharjoittelija Anna-Karin Axell p. 09 2727 9197
- koulutuskoordinaattori Tarja Sundqvist p. 09 2727 9164
- sihteeri Sirpa Lahtiluoma p. 09 2727 9182

YKSITYISSEKTORI:

- puhelinpalvelu 09 2727 9171 ma-pe klo 9-15
- neuvottelupäällikkö Pia Zaerens p. 09 2727 9163
- sopimusneuvottelija Jukka Parkkola p. 09 2727 9117
- sopimusasiantuntija Marketta Vuorinen p. 09 2727 9116
- lakimies Anna Koskenheli p. 09 2727 9189
- lakimies Maija Raninen p. 09 2727 9193
- lakimies Mari Leisti p. 09 2727 9133
- järjestöasiantuntija Tiina Eteläaho p. 09 2727 9134
- järjestöasiantuntija Anne Meriläinen p. 09 2727 9113

TALOUS- JA HENKILÖSTÖHALLINTO

- talous- ja henkilöstöjohtaja Anne Panttila p. 09 2727 9127
- 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
- taloussihteeri Mervi Härkönen p. 09 2727 9125
- taloussihteeri Maria Hietala p. 09 2727 9129
- laskentasihteeri Liisa Pääkkönen p. 09 2727 9181
- toimistopalvelusihteeri Ronja Hasu p. 09 2727 9203
- toimistoapulainen Olli Hytönen p. 09 2727 9199

JÄSENYYSASIAT

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

TYÖTTÖMYYSKASSA

- postiosoite: PL 117, 00521 Helsinki, käyntiosoite: Kellosta 3
- internet: www.supertk.fi -> nettikassa
- puhelinpalvelu: 09 2727 9377 ma-pe klo 9-14
- 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

Hur ska vi gå vidare i arbetet och utbildningen?

ORDFÖRANDE SILJA PAAVOLA

Samhällsfördraget kom aldrig till stånd, men problemen försvinner inte. Nu är det fråga om hur vi kan förbättra konkurrensförmågan. En annan aktuell fråga är hur man kan öka produktiviteten hos den offentliga servicen. Ett problem kommer finansieringen att vara, och den kommer alltid från skatteintäkterna. Hur ska de räcka till? Det här, det vill säga finansieringen, var det för superiternas del fråga om i samhällsfördraget.

Den offentliga servicen behöver mycket arbetskraft, men om man vill öka produktiviteten kan det bara innebära en minskning av antalet arbetstare. SuPers ståndpunkt är att man inte kan minska personalen inom vård och omsorg. Vi kan konstatera att superiterna producerar kommunal service inom flera olika områden under hela livscykeln, från småbarnsfostran till äldre- och långvård. Åldersutvecklingen bland befolkningen i vårt land innebär att superiterna behövs.

Hur ser framtiden ut med dagens kunskap? Bland annat är pensionerna, löneuppgörelsen och nedskärningarna i utbildningen stora avgöranden med stor inverkan. Man kan välja när man går i pension, även om den individuella pensionsåldern när man får full pension är fastslagen. Löneuppgörelserna har varit verkligt måttfulla. Anslagen för utbildning har minskats, trots att den utbildade arbetskraften har varit en ytterst viktig fördel för Finlands framgång både i hemlandet och ute i världen.

Utbildningen är också något absolut viktigt inom vår bransch, den skapar trygghet och kvalitet. En människa som behöver vård eller omsorg är ofta i underläge i vårdssituationer. Där-

för måste han eller hon kunna lita på att vårdaren är en yrkesutbildad person som har både kunskap och förmåga. Utbildningen förändras med tiden. Vi lyssnar till arbetsgivarnas önskemål. Vi måste också beakta de studerandes sätt att lära sig och ändra våra funktioner i enlighet med behoven. I utbildningen måste man bättre kunna utnyttja redan förvärvade kunskaper och färdigheter.

Denna höst inledde många sina studier med examensbetyg och arbetsplats som mål. De studerande kommer till arbetsplatserna för sitt lärande i arbetet fulla av iver att lära sig nytt. Det här är en bra sak och betyder att det finns intresse för branschen. De branscher inom vilka superiterna arbetar är mycket människonära och där behövs utöver kunskaper och färdigheter också kommunikationsförmåga. Hur undervisar man i och hur lär man sig kommunikativa färdigheter? I skolan lärs de ut i samband med människouppfattningen, med filosofi eller med vårdbegreppet. Allt detta är rätt, men världen omkring oss förändras hela tiden och beteendet med den.

Under lärandet i arbetet är kommunikationen ömsesidig och det väsentliga är att respektera den andras ställning. Det fanns tider när en studerande inte hade någon talan, utan bara gjorde som han eller hon blev tillsagd. Lyckligtvis är den tiden förbi och man har förstätt hur fint det är när en studerande ivrigt kommer med nya idéer och kunskaper och ibland till och med lyckas vädra bland tänkesätten inom en arbetsgemenskap. Alla delar inte alltid min åsikt här, men världen går framåt, och det gör också de studerandes ställning. Vi måste tänka om och inse att studierna inte längre bara siktar på att man ska avlägga en examen, utan de innebär ett livslångt lärande.

Ett syfte med utbildningen är att underhålla intresset för att lära sig nytt och därför ska det också finnas utbildning för dem som är i arbete. Med en god utbildning främjar man också tillfredsställelsen med arbetet och viljan att själv utveckla sitt arbete. Utbildningen och de studerandes rättigheter är viktiga för SuPer, men det är också arbetstagarnas rättigheter. Låt oss ta emot de studerande och berätta för dem om rättigheterna. ■

Med en önskan om en solig höst, Silja



Livslångt lärande

LEENA LINDROOS

När endast var tionde av de hjälpskötare som utexaminerades för 50 år sedan klarade de en dag långa, svåra lämplighetstesten i samband med ansökan till utbildningen, är tendensen nu att helt frångå lämplighetstesten i närvårdarutbildningen. Så här gjorde man bland annat på Omnia i våras. Rektor Maija Aaltola säger att lämplighetsproven särskilt inom social- och hälsovården har gallrat bort sökande och varit i konflikt med principerna för ungdomsgarantin. Å andra sidan är motkraften till studierätten en speciell egenskap som kännetecknar vår bransch. SuPers expert Soili Nevala understryker att en expertbedömning av de sökandes lämplighet är en faktor som säkrar både klient- och patientsäkerheten.

Fokus för den grundläggande yrkesutbildningen håller på att förskjutas till lärande genom praktik ("learning by doing"). Det är kunskaperna som är avgörande, inte hur de har förvärvats. I stället för studieveckor infördes kompetenspoäng. Man kan förvärva examensdelar på många olika sätt, exempelvis genom ett läroavtal eller en fristående examen. Den studerande ska inte någonstans behandlas som en arbetskraftsreserv. Under lärandet i arbetet är det viktigt att få vara studerande och få högklassig handledning i arbetet.

En närvårdarstuderande handleds bäst av en närvårdare som själv har en stark yrkesidentitet och en bred kunskapsbas. Handledarens personlighet och kunnande har stor betydelse för den studerande. Å andra sidan inverkar också atmosfären på arbetsplatsen på lärandet. Man kan inte vägra handleda en studerande, påpekar SuPers expert Sara Simberg. Det hör till arbetet och arbetsgivaren har arbetslednings- eller direktionsrätt att förordna en vårdare till den här uppgiften. Det är ändå viktigt att handledaren också är genuint engagerad i saken och har god kommunikationsförmåga. Han eller hon ska ges tid för handledningen och vid behov också utbildning. Ordföranden för Libelits fackavdelning Leena Koponen säger att bedömningarna bör kunna skötas under arbetstid, inte som hemarbete, såsom man på hennes arbetsplats måste göra på grund av brådska.

Arbetet ändrar form och brådskan ökar hela tiden. Vi måste alla lära oss nya saker. Kontinuerligt. ■

Du har nu all kunskap till hands

Två handböcker för SuPers val nästa vår har sammanställts: Valguide för varje medlem och Valhandbok för fackavdelningar. I handböckerna har vi samlat all info som behövs i valen.

VALGUIDE FÖR VARJE MEDLEM kommer som bilaga till detta nummer av SuPertidningen till alla röstberättigade och valbara superiter och till studerandemedlemmar.

Om du är ordinarie medlem, företagarmedlem eller studerandemedlem, men inte har fått Valguiden för varje medlem ska du kolla dina medlemsuppgifter och vid behov uppdatera dem.

VALHANDBOK FÖR FACKAVDELNINGAR är avsedd som stöd för fackavdelningarnas styrelser och förbundsstyrelsens medlemmar när de vägleder superiterna inom sitt område så att de kan handla rätt i de olika stadierna av valförfarandena. Valhandboken och alla blanketter som behövs i valen skickades till fackavdelningarnas ordförande i slutet av augusti.

Båda guiderna kan också lätt skrivas ut från valavsnittet på SuPers webbplats.

VAALIFIILIS-TÄVLINGEN inleds på webben i september. Läs mera i valavsnittet Valinfo på svenska!

FÖRBEREDELSENA INFÖR VALEN BÖRJAR NU!

Kom ihåg det här på hösten:

- Anmäl dig till den regionala SuPerkvällen (kolla på SuPers webbplats för mer info)
- Delta i din fackavdelnings höstmöte. Ditt förbund. Du bestämmer.
- Kolla dina medlemsuppgifter och anmäl om förändringar till förbundets medlemsenhet före årets slut.

FACKAVDELNINGAR OBS!

Tidpunkterna och platserna för de regionala SuPerkvällarna offentliggörs i nästa nummer av SuPertidningen och på SuPers webbplats. Under de här medlemskvällarna kommer vi att gå på djupet med de kommande valen. Det är bäst att ordna fackavdelningens höstmöte efter medlemskvällen, när all viktig valkunskap fortfarande är i färskt minne. ■



Omsorg och vård behövs också i fortsättningen

TEXT MARJO SAJANTOLA

Det blev inget samhällsfördrag. Landets regering planerar besparingar på fyra miljarder inom social- och hälsovården. Hur kommer det här att inverka på superiternas liv?

SuPers ordförande Silja Paavola påpekar att samhällsfördraget nästan blev en inkomstpolitisk lösning för arbetsmarknadsorganisationerna, vilket det inte hade fått vara. Tidpunkten var också besvärlig, för arbetsmarknadsavtalen är fortfarande i kraft till slutet av januari 2017. Först under sommaren förhandlade man om nästa års lönehöjningar.

– Ursprungligen var målen för samhällsfördraget alltför högt ställda med tanke på vad som var möjligt att göra. Överenskommelserna skedde inte jämlikt, utan det verkade som om det mest skulle ha varit fråga om en diktatpolitik från regeringens och Finlands näringslivs sida.

Finland står inför stora problem, men det är inte enbart arbetsmarknadens sak att lösa dem. Men med tanke på att det finns över två och en halv miljon löntagare måste man nog också lyssna på arbetstagsidan. Paavola påminner om att fackföreningsrörelsen redan länge har varit oroad över utvecklingen inom Finlands ekonomi och över den ökande arbetslösheten. Arbetsmarknadsorganisationerna var med om pensionsreformen och löneuppgörelserna har varit myck-
et måttfulla.

SAMHÄLLSFREDEN ÄR FINLANDS TRUMF

Förhållandena är tills vidare ändå ganska bra i Finland och för vissa finländare utmärkta. Därför har arbetsmarknaden och samhället fortfarande förhållit sig lugna.

– Samhällsfreden är en styrka i Finland och den får vi inte förlora. Ett litet land måste ha infrastrukturen i samhället i skick. Företagen har råd att betala utdelningar och många har behov av att utvidga sin verksamhet. Nu bör vi utnyttja finländarnas breda kunnande, och inte skapa arbetsplatser utomlands.

Kostnaderna för den offentliga servicen kritiserar för att vara alltför höga. De stöder för sin del exportindustrins för-

luster. Paavola påpekar att företagen behöver utbildad arbetskraft med god hälsa, vars avkomma är i god dagvård eller tryggt i skolan och vars äldre får den vård de behöver, så att de anhöriga inte behöver utebli från arbetslivet för att sköta dem.

DET ÄR LÄTT ATT TA FRÅN DE SVAGASTE

Paavola förundrar sig över Finlands regerings irrande beslutsfattande.

– Redan under den föregående rondens avtalade man om personaldimensioneringar inom äldreomsorgen och om maximitorleken på barngrupperna i småbarnsfostran. Nu vill man också blanda sig i dem.

En produktionsökning på fem procent i superiternas arbete är enligt Paavola svår att uppnå.

– Det innebär i själva verket att lönekostnaderna minskar, alltså att man minskar antalet arbetstagare. Jag tror att superiterna i regel får behålla sina arbetsplatser – de fast anställda. Om man ger en minskning av personaldimensioneringen sin välsignelse innebär det en kollaps av samhäl-

lets värdegrund.

Hon fortsätter att alla planer, oberoende om de gäller ett samhällsfördrag, en social- och hälsovårdsreform eller arbets- och utbildningspolitik, kretsar kring pengar. Enligt henne har pengarna redan blivit en tvångstanke i Finland.

– När den minsta gemensamma nämnaren är pengar måste man lyfta fram värdefrågorna: är det rätt att ta av de svagare. Man får ändå inte ställa den offentliga servicen och den privata industrin mot varandra, för båda behövs och de offentliga tjänsterna måste kontinuerligt utvecklas.

Paavola konstaterar att det redan är bråttom att få ett avgörande i fråga om social- och hälsovårdsreformen. Efter det kan man börja utveckla arbetet, så att det blir resultatrikt och mänskligt.

– Omsorgen och vården ska vara mänsklig, men det ska också arbetet vara. Om en arbetstages börda växer sig för stor lider vårdkvaliteten. En vårdare är ingen robot, och en robot kan inte ersätta vårdaren. ■

**OMSORGEN OCH
VÅRDEN SKA VARA
MÄNSKLIG, MEN
DET SKA OCKSÅ
ARBETET VARA.**

Planeringen av en ny löntagar-centralorganisationen framskrider

TEXT SONJA KÄHKÖNEN

Arbetet med utredningsprojektet En ny centralorganisation fortsätter på hösten. SuPer medverkar i fyra arbetsgrupper som planerar innehållen.

Innehållet i den nya löntagarcentralorganisationens verksamhet ska börja byggas upp under hösten. Projektets styrgrupp utnämnde i slutet av augusti medlemmarna och ordförandena för de fyra arbetsgrupperna. Arbetsgrupperna har som uppgift att skapa förslag för den nya centralorganisationens verksamhet.

SuPer verkar också i arbetsgrupperna: ordföranden Silja Paavola fick en plats i gruppen för stadgar och styrelsemodeller, intressebevakningsdirektören Anne Sainila-Vaarno i gruppen för arbetsmarknadsintressebevakning och samhällsinflytande, utvecklingsdirektören Jussi Salo i gruppen för utbildning, arbetskraft och näringspolitik och verksamhetsledaren Arja Niittynen i arbetsgruppen som diskuterar organisations-

verksamheten.

Enligt Silja Paavola ansågs det viktigast att höra till gruppen för stadgar och styrelsemodeller, där man utformar stadgarna och verksamhetsmodellerna för den nya centralorganisationen. SuPer vill att utredningen av projektet En ny centralorganisation ska göras omsorgsfullt. På så sätt kan man bygga upp en stark centralorganisation som representerar flera yrkeskårer.

Enligt projektchefen för projektet En ny centralorganisation Juha Heikkala har alla nu en klar bild av hur projektet ska föras vidare. Arbetsgrupperna har tid att planera prioriteringarna i innehållet till början av november, och resultaten av arbetet presenteras under förbunds mötet, som hålls i slutet av november.

– Efter det börjar beslutsfattandet. Under våren beslutar man om en ny centralorganisation ska grundas och om vi ska ansluta oss till den. ■

Rekommendera SuPer!



Rekommendera SuPer just nu!

Varje nu medlem får försäkringar, strålände intressebevakning och yrkesutbildning av förbundet och dessutom förmånliga semester-möjligheter och rejäla rabatter på många produkter och tjänster.

Det bästa är ändå att den nya medlemmen får vara med om att påverka i nästa års SuPerval.

I SuPer beslutar medlemmarna om vem ska besluta.

Kolla instruktionerna på SuPers webbplats, tills vidare på finska Jäsenyyt > Suosittele SuPeria 2015

En ny ordinarie medlem får som välkomstprensent en månsidig armbandsplånbok och ett värdefullt yrkesemblem.



SUPER