

Jytk

Sillä sinun
työsi on tärkeä

AMMATTILIITTO
JYTYN JÄSENLEHTI
4/25

Niina Jurva
haluaa
nuorten
äänen
kuuluviin
Sivu 12

Hautausmaalla
tehdään töitä
eläviä varten
Sivu 18

Mitä nuori toivoo,
entä mitä konkari
pohtii? Työuran eri
vaiheet muovaavat
meitä, ja jokaisessa
hetkessä on omat
kysymyksensä ja
oivalluksensa.

Sivu 6

Ura ja elämä



Pysy aina ajan tasalla eläkeasioistasi

Milloin se maksupäivä onkaan? Mikä on eläkemaksuni määrä?

Eläke ja kuntoutus -sovellus on uusi mobiilisovellus Kevan asiakkaille. Sen avulla seuraat helposti maksutietojasi ja asiakirjojasi. Lisäksi saat ajankohtaisia ilmoituksia ja muistutuksia eläkeasioistasi, jotta tärkeät viestit eivät jää huomaamatta.

Sovellus sisältää myös sähköisen työeläkekortin – näin se kulkee kätevästi aina mukana!

Voit ladata Eläke ja kuntoutus -sovelluksen puhelimeesi tai tablettiisi Google Playsta (Android-laitteet) tai App Storesta (Apple-laitteet).



Lue lisää ja katso ohjeet käyttöönottoon:
www.keva.fi/elake-ja-kuntoutus-sovellus

Julkisen alan työeläkeosaaja
www.keva.fi



Työuran draaman kaari

DRAAMAN KAAREEN kuuluu alku, keskikohta ja loppu. Ne löytyvät myös työelämän elinkaaresta. Työuralla voi olla hitaita, räjähtäviä tai uusia alkujia, yllättäviä tai junaavia keskikohtia – sekä tyylipuhaita tai pahimmassa tapauksessa katkeria loppuja.

Työelämä on aina ollut muutoksessa, mutta nykyään sen juoni ja käsikirjoitus saattavat olla hyvin ennalta arvaamattomia. Hyväkään koulutus ei aina takaa työpaikkaa. Lomautukset, irtisanomiset ja organisaatiomuutokset värittävät työuria. Yhä useampi opiskelee lisää ja vaihtaa toimenkuvaa tai jopa alaa. Eikä eläkkeelle jääminen aina tarkoita paikkalippua kiikkustuoliin, vaan osa jatkaa palkkatöitä vielä eläkkeelläkin.

Saattaa tuntua, että työelämä on välillä yhtä teatteria; joskus farssia, toisinaan komediaa tai tragediaa, parhaimmillaan säkenöivää musikaalia. Roolitukset muuttuvat usein, ja keskimääräiseen työuraan mahtuu monta näytöstä ennen esiripun laskeutumista.

Työelämän teatterissa kuiskaaajillekin on edelleen tarvetta – itse asiassa nyt enemmän kuin koskaan. Kuiskaaajan rooli on ammattiliitoilla ja henkilöstön edustajilla, jotka ottavat koppia ja auttavat, kun hätä on suurin ja vuorosanat hukassa.

Tässä numerossa teemana on työelämän elinkaari. Ota hyvä asento ja uppoudu tarinaan!

Sanna Pyysalo Tuottaja

AMMATTILIITTO JYTY on monia eri aloja yhteen kokoava ammattiliitto, jonka jäsenet työskentelevät kunta-alalla, hyvinvointialueilla, valtiolla, yksityisellä sektorilla, järjestöissä ja seurakunnissa. Jäsenistömme toimii mm. pelastustehtävissä, sihteerin-, asiantuntija- ja ict-työssä, nuorisotyössä, sosiaali- ja terveysalalla, kirjastoissa sekä kasvatuksen ja koulutuksen tehtävissä. Tehtävämme on rakentaa hyvää ja oikeudenmukaista työelämää – sillä sinun työsi on tärkeä.



SAMULI SIVONEN

”Saattaa tuntua, että työelämä on välillä yhtä teatteria.”

Yhteystiedot ajan tasalle!

Onko jäsentiedoissasi tapahtunut muutoksia?

Muista päivittää muuttuneet tiedosi

Jytyn jäsenrekisteriin asiointipalvelu

Jässärissä.

asiointi.jytyliitto.fi

Lue lehti
verkossa
jyty-lehti.fi

PÄÄKIRJOITUS SIVU 3

Draaman kaarella.

TEEMA SIVU 6

Tässä numerossa selvittämme eri-ikäisten ja uran eri vaiheissa olevien ajatuksia.

MINÄ VAIKUTAN SIVU 12

Jyryn tulevaisuustyöryhmän varapuheenjohtaja Niina Jurva ryhtyi Jyty-aktiiviksi jo uransa alkuvaiheessa.

EDUNVALVONTA SIVU 14

Kaikenikäisten työelämää kehittämässä.

TYÖVOITTO SIVU 16

Perusteettomat potkut terveyssyistä.

JYTYLÄINEN SIVU 18

Erityisammattimies Tuomo Pohjalainen kertoo, miten hautausmaalla työskentely vaatii tarkkaa pelisilmää.

HYVINVOINTI SIVU 22

Eläkkeelle jääminen on elämänmuutos, johon kannattaa varautua huoletta.

KOKEILE SIVU 25

Pääsisitkö läpi pelastajan vuosittaisesta kuntotestistä?

USEIN KYSYTTYÄ SIVU 26

Milloin voi jäädä työvapaalle tai sapattivapaalle?

JÄSENASIAT SIVU 27

Ajankohtaiset uutiset ja jäsenasioiden kootut tärpit.

SVENSKA SIDOR SIVU 31

I det här numret behandlar vi vad människor i olika åldrar och skeden i karriären tänker.

VIERASKYNÄ SIVU 34

Suvi-Anne Siimes ja luopumisen taito.



18

Työteliään hommia

Erityisammattimies Tuomo Pohjalaisen haastattelu Lepolan hautausmaalla vaihtelee hautapaikkojen sulattamisesta koneiden huoltoon ja siunaustilaisuuksien järjestämiseen.

SIVU 18

22

Valmiina eläkkeelle

Eläkkeelle jäämiseen on hyvä valmistautua henkisesti, mutta pitää myös talousasiat mielessä. Tuleeko eläkkeellä toimeen? Entä pitäisikö kehittää jokin uusi harrastus?

SIVU 22



JUKKA KOSKINEN

Ammattiliitto Jyryn julkaisema jäsenlehti ilmestyy 4 kertaa vuonna 2025 **Päätoimittaja** Jaana Parkkola / Jyty **Tuottaja** Sanna Pyysalo / Jyty **Toimitus** Leena Filpus ja Anna Kurkela-Vilén / Kubo **Ulkoasu** Markus Frey ja Iina Lievonon-Thapa / Kubo **Kirjoittajat ja kuvaajat** Saara Autere, Jukka Koskinen, Jouni Porsanger **Yhteystiedot** 020 789 3799, etunimi.sukunimi@jytyliitto.fi / etunimi.sukunimi@kubo.fi **Osoitteenmuutokset ja tilausasiat** 020 789 3720, jäsensivut@jytyliitto.fi **Paino** PunaMusta Oy **Kaupalliset ilmoitusvaraukset** Mika Mainos Oy, 050 528 7782, mika.sainio@mikamainos.fi **Jyryn jäsenrekisterillä** on väestötietolain (507/1993) mukainen lupa päivittää jäsenten nimiä ja osoitteita Väestörekisterikeskuksen väestötietojärjestelmän tiedolla. Jyty-lehti on Aikakausmedia ry:n jäsen.



Pitkällä
sairauslomalla
kannattaa työnantaja
pitää ajan tasalla
voinnin kehittymisestä.
Väärin perustein
irtisanottu sai Jytyn
avulla 35 000 euron
korvauksen.

SIVU 16



JOONI PORSÄNGER



6

Osana porukkaa

On sitten minkä ikäinen tahansa, jokainen meistä haluaa olla osa yhteisöä ja tulla kohdelluksi oikeudenmukaisesti. Se tarkoittaa esimerkiksi sitä, että jokaisen ideat ja ajatukset työn kehittämisestä otetaan aidosti pohdintaan.

SIVU 6

12

Tasapainossa

Perhetyöntekijä Niina Jurvan mielestä palautuminen ja vapaa-ajan tasapaino ovat henkisesti raskaassa työssä tärkeitä. Esimerkiksi työn imun ei saa antaa verottaa liikaa voimia. Jurvalle voimia tuo uppopalloon pelaaminen.

SIVU 12

Kysimme jytyläisiltä, millaisia vaiheita heillä on ollut työuran varrella. "Edellisestä työpaikasta jäi mieleen esihenkilön myönteinen suhtautuminen lisätöihin eri toimialalla."



SEURAA MEITÄ SOMESSA

Jyty-lehden juttuja ja muita kiinnostavia ajankohtaisasioita löydät myös liiton sosiaalisen median kanavista. Seuraa meitä somessa ja osallistu. Verkkolehden löydät osoitteesta jyty-lehti.fi.

#jyty #jytyläiset #ammattiliittojyty #jytynuoret

f jytynuoret

@ jyty_ry jytynuoret

in jyty

🦋 jytynuoret

📞 jyty_ry

📺 jytyvideot

🎧 ammattiliitto.jyty

Työuran loppuvaihe voi herättää kysymyksen siitä, kuka olen ilman työtä, joka on määrittänyt minua vuosikymmeniä.

Uuden oppiminen ei ole vain nuorten etuoikeus, vaan keino pitää työ merkityksellisenä koko uran ajan.

Työuran keskivaiheessa pysähtytään usein pohtimaan, onko työ enää linjassa omien arvojen ja elämänsuunnan kanssa.

Työelämän ruuhkavuosina moni kantaa vastuuta samaan aikaan työstä, perheestä ja ikääntyvistä omaisistaan.

Ensimmäisen työpaikan saaminen on usein kiven takana.

Työelämä voi näyttäytyä nuorelle jännittävänä, mutta myös vaativana ympäristönä.



”Jokainen uravaihe tuo mukanaan omanlaisen maisemansa – haasteet ja toiveet muuttuvat”

Työelämän elinkaaren ensiaskeleet, keskivaihe ja lähestyvä eläke aika. Mitä voimme oppia uran eri vaiheissa olevilta?

Teksti **Leena Filpus**

”**T****YÖELÄMÄ** on ollut jatkuvasti nopeutuva, uusien haasteiden kujanjuoksu.” ”Löytyykö minulle sopivaa työtä?” ”Työuran keskivaiheilla alkoi tuntua, että olen valinnut oikean alan.” ”Stressaa, miten tulen eläkkeellä toimeen.”

Muun muassa tällaisia ajatuksia jytyläisillä oli kyselyssämme, jossa selvitimme heidän kokemuksiaan työelämän eri vaiheissa.

Erikoistutkija **Mervi Ruokolainen** Työterveyslaitokselta toivoisi, että työelämän siirtymävaiheisiin liittyviä tuntemuksia käsiteltäisiin työpaikoilla nykyistä enemmän. Erityisesti työuran keskivaihe, kun ei olla enää uran alku-

taipaleella ja eläkkeelle on vielä kymmeniä vuosia, jää jopa tutkimuksissa katveeseen.

”Tämä on sääli, sillä työuran keskivaihe on monille kriittinen vedenjakaja, jolloin työuran suuntaa on vielä aikaa punnita uudelleen. Moni miettii, haluaako vielä opiskella, vaihtaa tehtävää tai kenties koko alaa. Samalla oma elämäntilanne, perhe, asuinpaikka ja läheisten hoivavastuut voivat rajoittaa liikkumavapautta”, Ruokolainen sanoo.

Työelämän tapoja on vaikea oppia etänä

Nuorille, työuransa alussa oleville työelämään siirtyminen on usein odotusten ja yllätysten

paikka. Jo ensimmäisen työpaikan saaminen on usein kiven takana. Niinpä työelämä voi näyttäytyä nuorelle jännittävänä, mutta myös vaativana ympäristönä, jossa odotetaan nopeaa omaksumista ja itsenäistä suoriutumista. Tai vaikka ei odotettaisikaan, nuori itse voi asettaa itselleen kovia vaatimuksia.

Tutkimusten mukaan sitoutuminen työpaikkaan on helpompaa, jos perehdytys, ohjaus ja palautekulttuuri ovat kunnossa.

”Työelämän realiteetit, kuten kiire ja niukat resurssit, voivat romuttaa hyvänkin perehdytyksen hyötyjä. Siksi erityisesti nuorilla työntekijöillä olisi tärkeää olla ympärillään kollegoita ja esihenkilöitä, jotka auttavat rakentamaan työidentiteettiä turvallisesti.”

Työpaikan ja työelämän tavoille ei välttämättä opi, jos organisaatio työskentelee suurimman osan aikaa etänä.

Universaalit toiveet

Joillekin ajatus eläkkeelle jäämisestä ei ole vapautus, vaan identiteettikriisi. Työ voi olla koko identiteetin perusta ja sosiaalinen yhteisö, josta ei haluaisi luopua.

”Työnantajan tuki, joustava työn muokaus ja hiljaisen tiedon siirtäminen voivat tehdä työuran loppuvuosista sekä tuottavia että mielekkäitä.”

Ihmisten toiveet työelämän suhteen ovat iästä riippumatta hyvin samankaltaiset.

”Jokainen haluaa tulla kohdelluksi oikeudenmukaisesti, saada palautetta, kuulua yhteisöön ja tehdä merkityksellistä työtä. Nämä toiveet ovat universaaleja. Samalla jokainen uravaihe tuo mukanaan omanlaisen maise-mansa – kokemukset, haasteet ja toiveet muuttavat elämänsä ja työuran etenemisen myötä.”

3 x uratarina Jyväskylän työelämän elinkaaren eri vaiheissa.

Vasta-alkaja, mutta ei vihreä



HAASTATTELUHETKELLÄ

Antti Järvelällä, 21, on takanaan puolitoista viikkoa viransijaisuutta Pohjois-Savon pelastuslaitokseen kuuluvalla Tervon pelastusasemalla. Aseman ainoana työntekijänä hän vastaa muun muassa alueen palotarkastuksista ja pyörittää aseman päivittäisasiota.

”Olen onnekas, että sain tämän muutaman kuukauden sijaisuuden, sillä minulla on vielä päällystötutkinnon suorittaminen kesken Kuopion pelastusopistossa. Työn saamiseen vaikutti varmasti se, että olen toiminut kolme vuotta sopimuspalokunnassa eli tutummin vapaapalokunnassa. Ensimmäisen työn saaminen on meidän alalla usein hankalaa. Seuraavat pestit löytyvät sitten helpommin”, Järvelä sanoo.

Aivan yksin Järvelä ei sentään joudu työtään tekemään. Naapuriaseman kollegoilta voi aina kysyä neuvoa.

Järvelä ajautui pelastusosalalle innostuttuaan sopimuspalokuntatoiminnasta.

”Hakeuduin nimenomaan päällystötutkintolinjalle, sillä minua kiinnostaa pelastusosalalla hallinnollinen vastuu ja riskienhallinta. Jossain vaiheessa jatkan todennäköisesti opintoja esimerkiksi Itä-Suomen yliopistossa, jossa on alamaassa alan maisteriopinnat. Mutta ensin pitää tietenkin saada päällystötutkinto suoritettua ja tehdä töitä.”

Sopimuspalokuntalaisena Järvelä tiesi jo ennen opiskelua, että pelastusosalalla on selkeät vastuut ja hierarkia. Näin taataan, että pelastustehtävissä pystytään toimimaan tehokkaasti. Järvelä arvostaa sitä, että alan työyhteisöt koostuvat eritaustaisista ja eri-ikäisistä ihmisistä.

”Toivoisi silti, että työpaikoilla tulisi vielä enemmän keskustelua meidän untuvikkojen ja konkareiden kesken esimerkiksi erilaisista toimintatavoista. On kaikkien kannalta hedelmällistä, kun vertaillaan ja perustellaan näkemyksiä. Meillä nuoremmillakin voi olla hyviä ideoita, miksi jokin asia kannattaisi tehdä tietyllä tavalla.”

MERVI RUOKOLAISEN KOMMENTTI

”Antti Järvelä edustaa uutta sukupolvea, joka tulee töihin vahvalla motivaatiolla, mutta realistisella otteella. Hän haluaa vaikuttaa ja kehittyä. Toive moniäänisestä työyhteisöstä ja sukupolvien yhteistyöstä on tärkeä muistutus siitä, että nuorilla on paitsi intoa, myös näkemyksiä, jotka ansaitsevat tulla kuulluiksi.”

Kun työn vaatimukset kasvavat, omien voimavarojen tunnistaminen on tärkeämpää kuin koskaan.



Mielenterveyden ongelmien ennaltaehkäisy ja matalan kynnyksen apu auttaisivat selättämään ongelmia ennen kuin ne kasvavat vaikeammiksi ratkaista.

Asiantuntijan katse horisontissa



KORKEIMMAN oikeuden ratkaisut ja lainsäädännön muutokset sekä niiden vaikutukset kunnan arkeen ja päätöksentekoon kiinnostavat **Maija Niemeläistä**, 39, niin paljon, että niihin tulee perehtyä osin vapaa-ajallakin.

"Osaan kyllä pitää rajan työn ja vapaan välillä, ja siihen meillä myös kannustetaan. Toisenlaisiakin kokemuksia minulla on yksityisen puolen työpai-koista", sanoo Liperin kunnassa hyvinvointipalveluiden hallintosihteerinä työskentelevä Niemeläinen.

Hän koordinoi työssään muun muassa koulukuljetuksia. Työ on ratkaisukeskeistä, vastuullista ja monialaista, eli kaikkea muuta kuin perinteistä paperien pyörittelyä.

"Sain kipinän lakipuoleen työskennellessäni vakuutuslalla ja halusin syventää osaamistani. Niinpä lähdin opis-

kelemaan hallintotieteiden maisteriksi. Sitä ennen olin jo kerinnyt opiskella merkonomiksi ja tradenomiksi."

Tulevaisuudessa hän toivoisi työssä suuntautuvan enemmän oikeustieteitä hyödyntäviin asiantuntijatehtäviin, mutta hän tunnistaa realiteetit. Pienellä paikkakunnalla on työpaikkoja rajallisesti.

Etätöyksi ansiosta töitä voi tehdä melkein mistä vain. Silti monet tehtävät ovat yhä pääkaupunkiseudulla. Elämäntilanne, kuten puolison työ ja oma koti järven rannalla, asettavat rajat sille, mihin voi tai haluaa lähteä.

"Katselen silmät avoinna uutta, mutta tässä on hyvä nyt. Sitä paitsi meillä on hyvä ja kannustava työyhteisö ja esihenkilöt. Ja kun pääsee tekemään merkityksellisiä asioita, työn imu kantaa pitkälle. Mutta aika näyttää, mihin lopulta päädyn."

MERVI RUOKOLAISEN KOMMENTTI

"Maija Niemeläisen ura on hyvä esimerkki tavoitteellisesta kehittymisestä ja jatkuvasta oppimisesta. Samalla hänen tarinansa nostaa esiin keskityöuran todellisuuden: oma osaaaminen voi jäädä osin vajaakäytölle, ja elämäntilanne rajaa valintoja. Asiantuntijuus ei synny vain koulutuksesta, vaan myös kyvystä pysähtyä ja arvioida omaa suuntaansa."



Taloudelliset paineet ovat johtaneet siihen, että yksi ihminen saattaa joutua hoitamaan tehtäviä, joita aiemmin hoiti useampi. Ei ihme, että työntekijät uupuvat.

Kirjastoauton konkari



TEPPO SEPPISEN, 66, eläkeikä täyttyi jo pari vuotta sitten, mutta Seppinen on edelleen töissä.

"Eläkeiän täytyttyä esihenkilöni sanoi, ettei me sua eläkkeelle päästetä. Enkä olisi mielellään lähtenytkään. Työ on minulle hyvin tärkeää. Olen myös saanut hyvää palautetta niin asiakkailta kuin työnantajaltakin."

Seppinen on tehnyt pitkän uran kirjastoalalla, yli 44 vuotta, joista valtaosan kirjastoauton kuljettaja-virkailijana Kouvolassa. Alkuvuosina Kotkan pääkirjastossa työpäivät alkoivat leimamalla pari-kolmesataa eräpäiväkorttia, nyt kaikki on sähköistä. Yksi asia on pysynyt: asiakaskohtaukset.

"Koen tekeväni tärkeää työtä. Meillä on yhä joitain asiakkaita, jotka ovat käyneet kirjastoautossa jo 1970-luvulla. Tunnumme toisemme nimeltä ja tiedän jo valmiiksi, kuka etsii minkälaisia kirjoja. Eikä tämä ole pelkkää kirjojen lainaamista. Päiväkotilapset oppivat asioimaan ihmisen kanssa eikä pelkän automaatin. Se on tärkeää."

län myötä Seppinen on jo vähän tuskastunut uudenlaisiin digitaalisiin vä-

lineisiin ja ohjelmistoihin, joihin kirjasto-virkailijan pitäisi perehtyä. Hän on suosiolla sanonut nuoremmille kollegoille, että hoitakaa te nämä, kun muutenkin olette digijutuissa paremmin sisällä.

Kokemus on opettanut, että työpäivä kannattaa suunnitella huolella, jotta kaiken ehtii hoitaa myös lyhimmillä, vartin mittaisilla kirjastoauton pysähdyksillä. Työpäivä ei saisi olla liian kuormittava, jotta kiire ei veisi työn iloa.

Terveysshaasteet ovat muistuttaneet Seppistä elämän hauraudesta. Hän nukahti viime kesänä hetkeksi ratissa ja kirjastoauto suistui tieltä. Tapaus johti uniapneadiagnosiin ja ainakin väliaikaiseen ajokieltoon.

"Onneksi ei käynyt pahemmin, eikä etenkaan ihmisille. Nyt nuoremmat kollegat ovat ajaneet ja minä olen ollut virkailijana."

Seppinen ei odota eläkeikää innolla, on syy eläkkeelle lähtöön mikä tahansa.

"En koe olevani vielä valmis eläkkeelle enkä oikein tiedä, miten täyttäisin tyhjän tilan. Minulla ei esimerkiksi ole harrastuksia, jotka veisivät paljon aikaa. Se vähän mietityttää, mutta kai sitä jostain keksii."

MERVI RUOKOLAISEN KOMMENTTI

"Teppo Seppisen tarina on esimerkki työstä, joka on elämäntapa. Pitkä ura on tuonut yhteisöjä, ihmisiä ja merkityksellisiä kohtaamisia. Hän on löytänyt oman tapansa olla arvokas osa työyhteisöä. Hänen kokemuksensa muistuttaa, kuinka tärkeää on mahdollistaa joustava jatkaminen niille, jotka haluavat vielä työskennellä, vaikka eläkeikä olisikin jo koittanut."

KYSYIMME TEILTÄ

Millaisia vaiheita sinulla on ollut työurasi ja -elämäsi aikana?

SAIN ensimmäisen vakituisen työpaikkani 30-vuotiaana. Nyt työurani keskivaiheen jälkimmäisellä puoliskolla stressaa, miten tulen eläkkeellä toimeen. Työpaikan vaihto on jatkuvasti mielessä, mutta siihen liittyy monia riskejä. Jos sattuisin tällä iällä jäämään työttömäksi, en uutta työtä enää saisi. Aika lailla synkkiä ajatuksia on mielessä, mitä lähemmäksi eläkeikää tulee.”

TYÖELÄMÄ on ollut aikatasaapaksua. Edellisestä työpaikasta jäi tosin mieleen lähimmän esihenkilön myönteinen suhtautuminen lisätöihin eri toimialan yrittäjässä. Se oli toimeentuloni vuoksi välttämätöntä.”

HYVÄT työkaverit auttavat ja tuovat iloa työhön. Haasteita tuottaa, jos ei ole kokemusta työstä ja/tai ei tiedä, mitä pitää seurata vaksi tehdä.”

MINULLA on kokemusta ja koulutusta emäntäkoulusta tarjoilijaksi ja kodinhoitajasta lähihoitajana

ja aikuissosiaalityön ohjaajaan asti. Yli 40 vuoden työuran tehneenä harkitsen eläkkeelle hakeutumista.”

PITKÄ työurani on ollut monipuolinen, haasteellinen ja vaihteleva osaksi omista valinnoistani ja lisäksi koulutuksista johtuen. Eläkeläisenä haluaisin jatkaa työelämässä pienen torikahvilan yrittäjänä. Katsotaan, toteutuuko haave.”

TYÖELÄMÄ on ollut jatkuvasti nopeutuva uusien asioiden ja haasteiden lisääntyvä ja radikaalistikin muuttuva kujanjuoksu. Johdtoportaan vaihtuessa sen kokeilemat uudet johtamisteoriat ovat olleet pidemmän päälle väsyttäviä.”

TYÖURAN keskivaiheilla ja sen jälkeen alkoi tuntua, että on tullut valittua oikeaa alaa. Hiljalleen melkein kaikki työtavat ovat jollain tapaa muuttuneet. Nyt eläkkeen lähestyessä annan mielelläni tilaa nuorille. Sukupolveltani puuttuu luonteva suhtautuminen yhä digitalisoituvampaan globaaliin maailmaan.”



”Tarvitsemme työelämään kaikenikäisiä, myös niitä, joilla on vuosikymmenten kokemus.”

Ihmisen mittaisella matkalla

JYTYLÄISET kuvaavat työurakyselyn vastauksissa kokemuksiaan tarkasti: nuoruuden intoa ja epävarmuutta, ruuhkavuosien kuormitusta, työn epävarmuuksia ja luopumista. Hyvä työyhteisö voi olla ratkaiseva voimavara koko työuran matkalla, ja sen puute voi murentaa jaksamista ja sitoutumista.

Työelämän kiivas tahti nousee esiin vastauksissa. Vaikka teknologia helpottaa monia käytännön asioita, se ei poista työn määrää. Uusien järjestelmien ja toimintatapojen omaksuminen kuormittaa etenkin työuran loppupuolella, jolloin jatkuva uudistumisen vaade voi tuntua kohtuuttomalta. Olisiko työpaikoilla varaa hidastaa, ainakin hetkittäin?

Esihenkilön rooli korostuu, kun elämä haastaa. Erilaiset tilanteet, työuupumus tai epävarmuus tulevasta vaativat sensitiivistä johtajuutta, kykyä nähdä ihminen tehtävän takaa.

Työntekijälläkin on vastuunsa: työssä on sopeuduttava työnantajan ohjeisiin ja tavoitteisiin.

Mutta miten huolehdin jaksamisestani, palautumisestani, rajoistani? Työelämä ei voi rakentua vain suorittamisen varaan. Elämässä täytyy olla muutakin.

Toivon, että työyhteisöissä keskustellaan avoimesti perehdyttämisestä, joukkoon kuulumisesta, johtamisesta, kuormituksesta, arjen asioista, jotka määrittävät, millaiseksi työelämä muotoutuu. Tarvitsemme kaikenikäisiä, nuoria, uransa keskivaiheilla olevia ja myös niitä, joilla on vuosikymmenten kokemus. Näistä tekijöistä syntyy se mikstuura, joka kantaa koko yhteiskuntaa.

Heli Merta

Jyryn aluetoiminnan asiantuntija, työnohjaaja

Rakkaudesta lajiin

Yhteisöllisyys, sinnikkyys ja avoimuus uusille ideoille. Jytyn tulevaisuustyöryhmän varapuheenjohtajan Niina Jurvan periaatteet kantavat niin liiton vaikuttamistyössä, töissä perhetyöntekijänä kuin vapaa-ajalla uppopallossa.

Teksti Anna Kurkela-Vilén Kuvat Jouni Porsanger

Kuka?

NIMI:

Niina Jurva

AMMATTI:

Perhetyöntekijä ja tukihenkilö lastensuojelun avopalveluissa

YHDISTYS:

Siirtymässä Jyty Pohjois-Pohjanmaa ry:stä takaisin Jyty Rovaniemi ry:hyn

ROOLI:

Jytyn tulevaisuustyöryhmän varapuheenjohtaja, toinen Pohjois-Suomen nuorisovastaavista



Mihin ja miten haluat vaikuttaa?

MINULLE on tärkeää, että nuorten ääni kuuluu liitossa ja että kynnys osallistua on matala. Haluan nostaa esiin työelämän epäkohtia: jaksamista, palkkausta ja työehtoja, mutta myös tuoda esiin liiton yhteisöllisyyttä ja positiivisia kokemuksia.

Moni nuori työskentelee osa-aikaisena tai on määräaikaisena, eikä liiton merkitys heti avaudu. Itse koin tärkeäksi, että minuun otettiin liitosta henkilökohtaisesti yhteyttä: oli turvallista tulla mukaan, enkä kokenut olevani vain jäsenmaksun maksaja.

Mitkä asiat ovat pinnalla juuri nyt?

TYÖHYVINVOINNISTA ja jaksamisesta puhutaan paljon erityisesti lastensuojelualalla, jossa työ on välillä henkisesti ja fyysisesti raskasta. Työn imun ei saa antaa viedä liian paljon omasta elämästä. Palautuminen ja vapaa-ajan tasapaino ovat tärkeitä.

Haluan kannustaa erityisesti nuoria pitämään kiinni oikeuksistaan ja puhumaan vaikeuksista ajoissa. Työelämä kehittyy vain, jos uskallamme kysyä ja kyseenalaistaa.

Itse irrottaudun työstä kahden chihuahua-ni kanssa touhuilemalla ja viime vuonna aloin harrastaa uppopalloa. Yhteisöllisestä ja fyysisesti vaativasta lajista on tullut iso intohimo. Lapin luonto ja laskettelu talvisin ovat myös tärkeitä.

Mikä jytyläisyydessä on sinulle tärkeää?

OLEN AINA kokenut, että Jyty huomioi hyvin nuoria jäseniä. Tukea on saatavilla, eikä tarvitse toimia yksin. Yhdessä keskustellen ja tekemällä voi vaikuttaa.

Minulle jytyläisyys merkitsee ennen kaikkea yhteisöllisyyttä, turvaa ja mahdollisuutta kasvaa. Aloin jo nuorena luottamusmieheksi ja oli iso asia, että liitosta sai luottamusta vastuutehtäviin. Se on vahvistanut uskoa omiin kykyihin ja rohkaissut ottamaan uusia rooleja myös työelämässä, kun esimerkiksi lastensuojelussa Oulussa haettiin ympäristötiimin toimijaa.

Tulevaisuustyöryhmästä olen saanut uusia ideoita ja tukea työhön yhdistyksen nuorisotoimikunnassa. Verkostojen ja ystävien lisäksi liitto on auttanut ymmärtämään paremmin oikeuksia ja työelämän pelisääntöjä sekä opettanut sinnikkyyttä. Nykyisin uskallan ottaa vastuuta ja tiedän, että kaikkea ei tarvitse tietää etukäteen. Apua ja tukea löytyy aina.

”Palautuminen ja vapaa-ajan tasapaino ovat tärkeitä.”

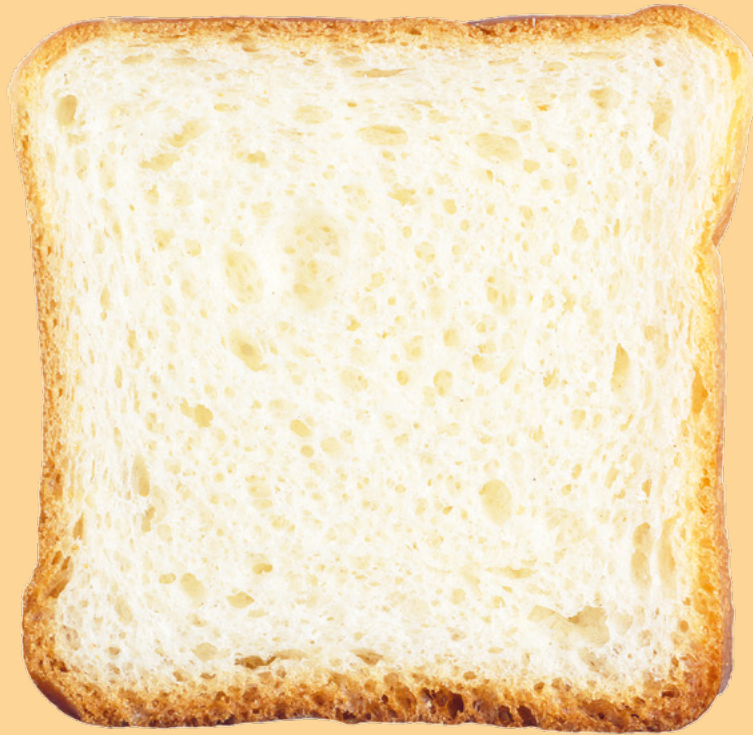
ILMIANNA AKTIIVI! Kuka jytyläinen vaikuttaja ansaitsisi tulla muidenkin tietoon? Kerro vinkiksi: jytyliitto.fi/jyty-lehti

Ei pelkkää paahtamista

Teksti Anna Kurkela-Vilén

Elämäystävällinen työelämä ei kehity itsestään. Parannukset pelisääntöihin syntyvät yhdessä, ja jokaisella on mahdollisuus vaikuttaa. Liitto on tukena jäsenten vaihtuvissa tarpeissa ja työelämän eri vaiheissa.

1



Parempi alku työuralle

TYÖELÄMÄN murros näkyy ennen kaikkea nuorten arjessa. Määräaikaisuudet, epävarmuus ja paine jaksaa kuormittavat monia. Liiton vaikuttamistyötä tarvitaan, jotta työelämään astuvien työsuhteet olisivat turvallisia ja terveitä eikä työelämämme menisi yhtään enempää rikki.

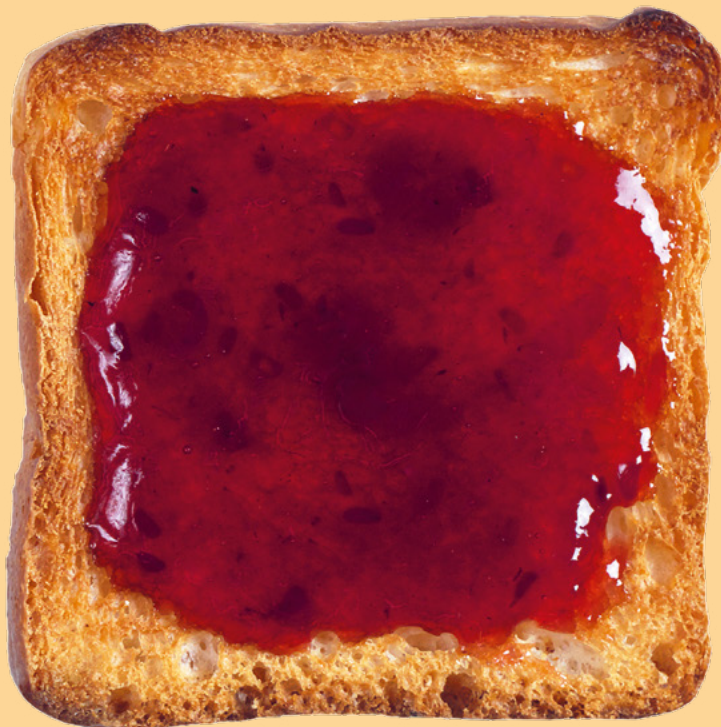
Liittoon kuulumisen auttaa hahmottamaan työn pelisääntöjä ja antaa paikan kysyä neuvoja. Toimintaan osallistumalla voi olla itse vaikuttamassa työelämän kehittämiseen ja näkee, miten oma ammattiala kehittyy.

2

Elämäystävällinen työelämä

PERHEVAPAAT ja läheisten hoivan tarve haastavat arjen tasapainoa. Liitoissa tehdään hartiavoimin töitä, jotta työn ja elämän muiden tarpeiden yhteensovittaminen olisi reilua perhemuodosta riippumatta. Raskaussyrjintään puuttuminen ja tasa-arvoiset työehdot ovat tärkeä osa tätä työtä.

Ruuhkavuosissa oma jaksaminen ja ammatillinen kasvu voivat jäädä taka-alalle. Jyryn webinaarit, koulutukset ja tapahtumat auttavat tukemaan jaksamista ja löytämään uusia näkökulmia omaan työhön.



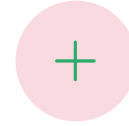
3

Kokemus on vahvuus

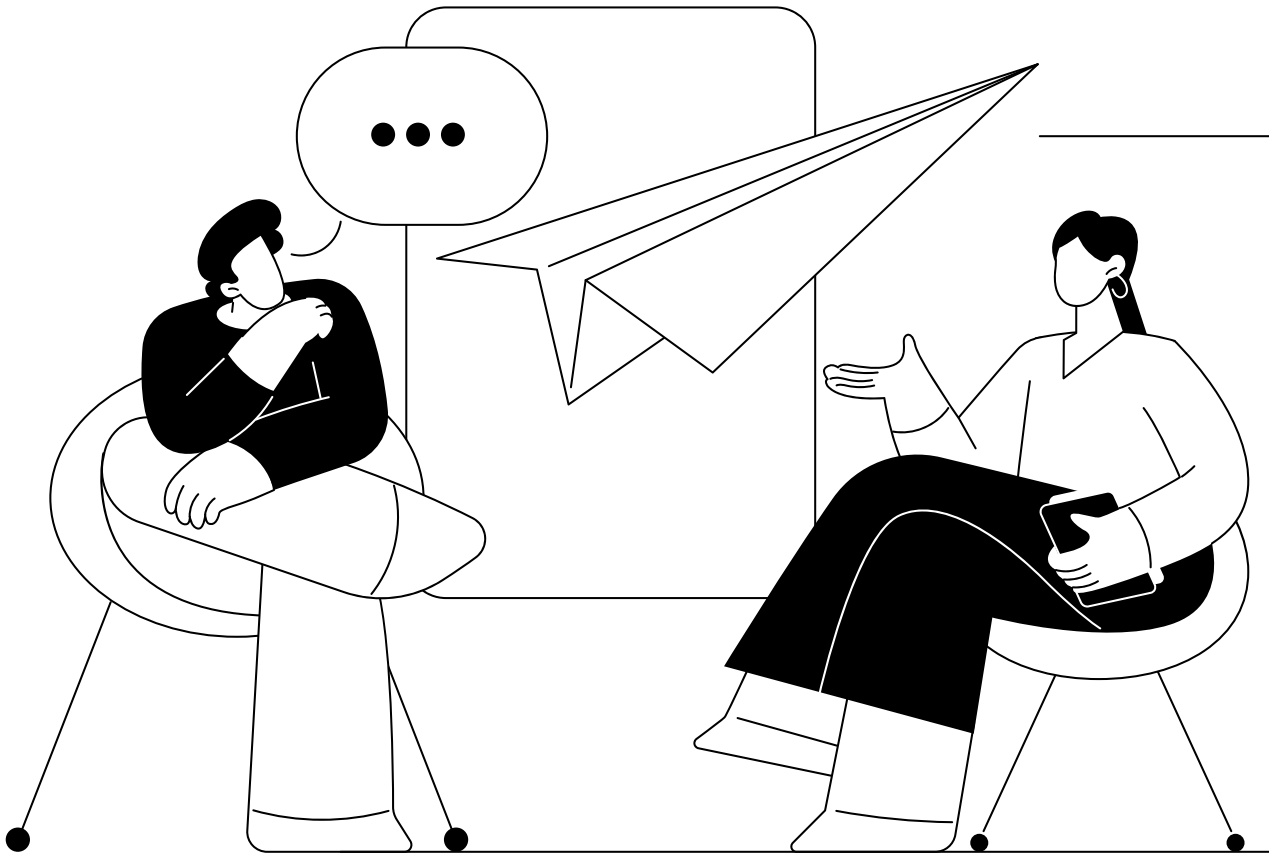
IKÄSYRJINTÄ on yhä todellisuutta monilla työpaikoilla. Todellisuudessa osaaminen ja kokemus ovat työelämän voimavaroja. Yksi liiton tehtävistä onkin varmistaa, että työuran viimeiset vuodet olisivat kaikilla antoisia ja turvallisia.

Eläköitymisen ei tarvitse tarkoittaa yhteyden katkeamista työelämään. Liitto auttaa eläkkeelle jäämiseen liittyvissä työelämäkysymyksissä ja Jyryn jäsenyyden jatkuessa henkivakuutuskin pysyy voimassa.

Jäsen irtisanottiin terveydellisistä syistä, vaikka työkyky oli palautunut



Jytyläinen sai
35 000 euroa
korvauksia



Mitä tapahtui?

JYTYN jäsenen sairauspoissaolo oli kestänyt yhtäjaksoisesti reilun vuoden, jonka jälkeen työnantaja päätyi irtisanomaan työsopimuksen työkyvyn olennaisen ja pitkäaikaisen heikentymisen vuoksi. Jäsenen työkyvyssä oli irtisanomisaikana tapahtunut muutoksia eikä työnantaja ollut näistä tiedon saatuaan peruuttanut irtisanomista. Jäsen otti yhteyttä Jytyn työsuhdeneuvontaan ja halusi tietää, oliko irtisanominen ollut lainmukainen.

Mitä sanoo lainsäädäntö?

TYÖSOPIMUSLAIN mukaan asiallisena ja painavana irtisanomisperusteena ei voida pitää työntekijän sairautta, vammaa tai tapaturmaa, ellei hänen työkykynsä ole näiden vuoksi vähentynyt olennaisesti ja niin pitkäaikaisesti, ettei työnantajalta voida kohtuudella edellyttää sopimussuhteen jatkamista.

Ennen työsopimuksen irtisanomista sairauden perusteella työnantajan tulee selvittää, olisiko irtisanominen vältettävissä sijoittamalla työntekijä muuhun työhön. Lisäksi arvioitavaksi voi tulla myös tarve yhdenvertaisuuslaissa tarkoitetuille kohtuullisille mukautuksille, jos sairauspoissaolot ovat johtuneet vammaisuudesta tai sen määritelmän piiriin menevästä pitkäaikaisesta sairaudesta.

Kun irtisanomisperusteen täyttymistä arvioidaan, tulee ottaa huomioon sairauden kesto ennen irtisanomista sekä lääkärin ennuste sairauden tulevasta kestosta. Työnantajalla on velvollisuus seurata työntekijän työkyvyttömyyden kehittymistä koko irtisanomisajan, ja irtisanomisajalla toimitettu lisäselvitys työkyvystä on huomioitava. Jos työkyky tai toipumisennuste paranee olennaisesti irtisanomisaikana, tulee irtisanominen peruuttaa.

Miten asia ratkesi?

JYTY KATSOI, ettei perustetta irtisanomiseen ollut jäsenen työkyvyssä irtisanomisaikana tapahtuneiden muutoksien vuoksi. Työnantaja ei ollut myöskään selvittänyt tarvetta muun muassa yhdenvertaisuuslaissa tarkoitetuille kohtuullisille mukautuksille. Asiassa käytiin

työnantajan kanssa sovintoneuvotteluja, joiden lopputuloksena työnantaja maksoi jäsenelle noin 35 000 euroa korvauksena työsuhteen perusteettomasta päättämisestä.



Rosa Marttila
Jytyn työmarkkinajuristi

JOS TYÖKYKY tai toipumisennuste paranee olennaisesti irtisanomisaikana, ei irtisanomisperustetta ole.

Toimi näin

1 JOS OLET epävarma siitä, onko sairauden perusteella tehdyille irtisanomiselle riittävät perusteet, voit olla asian selvittämiseksi yhteydessä Jytyn luottamusedustajaan tai luottamusedustajan puuttuessa Jytyn työsuhdeneuvontaan.

2 JOS IRTISANOMISAJAN kuluessa työntekijän työkyky paranee tai saadaan selvitystä siitä, että työkyky tulee lähiaikoina todennäköisesti palaamaan, on irtisanominen peruutettava. On siis tärkeää, että ilmoitat työnantajalle mahdollisista irtisanomisaikana työkyvyssä tapahtuneista muutoksista viipymättä.

Tuomo Pohjalaisen työssä yhdistyvät koneet, kukat ja kuolema. Vaikka erityisammattimies kaivaa myös hautoja, työn keskiössä ovat silti elävät: omaiset, kollegat ja yhdessä tekeminen.

Teksti Leena Filpus Kuvat Jukka Koskinen

ELÄVIÄ VARTEN

ERÄÄNÄ SYKSYNÄ oli todella sateista. Vettä kerääntyi avoimeen hautakuoppaan, vaikka sitä kuinka pumpattiin tyhjäksi. Haudan pohjalle laitettiin havuja, mutta siitä huolimatta kuului aikamoinen loiskahdus, kun arkku laskettiin sinne.

”Ajattelin, että nyt tulee kyllä sanomista. Sitten joku omaisista totesi, että isä pitikin uimisesta. Silloin oli vaikea pitää naamaa perus-





Kuka?

NIMI:

Tuomo
Pohjalainen

AMMATTI:

Erityisammatti-
miäs Kouvolan
seurakunta-
yhtymältä

PARASTA

TYÖSSÄ:

Viimeisen palve-
luksen tekeminen
vainajille ja elä-
vien asiakkaiden
auttaminen sekä
kivat työkaverit.

Arkutettuja vai-
naisia säilytetään
vainajakylmiössä
+2→+4 asteessa.
Lepolan kylmiössä
on tilaa 16 arkulle.



lukemilla. Mutta noin yleisesti ottaen pyrimme toimimaan siunaustilaisuuksissa niin arvokkaasti kuin mahdollista. Hautajaiset eivät ole vitsin paikka”, Lepolan hautausmaalla Kouvolassa työskentelevä erityisammattimies **Tuomo Pohjalainen** sanoo.

Hautausmaatyöntekijä Tuomo Pohjalaisen työhön kuuluu monenlaista alkaen kaluston kunnossapidosta kiinteistönhuoltoon, metallisten roska-astioiden hitsauksesta mullan seurlontaan ja hautojen kaivamiseen. Siunaustilaisuuksien valmisteluihin ja siunaustilaisuuksiin kappelivuorossa oleva saa vaihtaa kulutusta kestävät työvaatteensa mustaan pukuun ja kravattiin parhaimmillaan useamman kerran päivässä.

Kappelivuorossa hautausmaatyöntekijä tuo muun muassa arkun kylmiöstä siunauskapeliin, järjestee kukat, jakaa virsikirjat ja huolehtii, että omaiset tietävät miten toimia.

”On tärkeää olla omaisten tukena siunaustilaisuuksissa. Huolehdimme, että kaikki sujuu hyvin arkun tai uurnan esillepanosta ja maahanpanosta kirkonkellojen soittoon asti.”

Hautausmaalla ei ole kahta samanlaista päivää. Pohjalaisen kanssa Lepolan hautausmaalla työskentelee toinen vakituinen henkilö laitospäivätyöntekijän tittelillä. Tänä kesänä määräaikaista kausityöntekijöitä, lähinnä puutarhanhoitopuolella, oli 5,5 henkilöä.

Erilaiset koneet kauhakuormajasta ja lumilingosta lehtipuhaltimiin ja ruohotrimmereihin keventävät fyysistä työtä.

”Meillä pitää osata monipuolisesti kaiken rakentamisesta ja korjaamisesta lähtien, ja

tehtäviin on tartuttava oma-aloitteisesti. Esimerkiksi nämä meidän hiekkakärryt on suunniteltu ja tehty tarkoituksella juuri tämän kokoisiksi. Niihin mahtuu hiekkaa 60 senttimetriä syvän uurnahaudan peittämiseen.”

Suhtautuminen kuolemaan muuttuu

Pohjalaisen työhistoria ulottuu maanrakennuksesta louhintaan. Hän ajautui vähän vahingossa seurakunnan ympäristönhoidon kautta nykyiseen rooliinsa.

”Olin ensin ympäristönhoitoa opiskellessani harjoittelussa kiinteistöpuolella. Nyt takana on lähes kymmenen vuotta hautausmaalla.”

Kun kuoleman äärellä työskentelee päivittäin, myös oma suhtautuminen muuttuu.

”Arvostus elämää kohtaan kasvaa. Kuolema ei pelota, se on osa tätä kiertokulkua. On kunia-asia saada tehdä viimeinen palvelus vainajalle. Se tarkoittaa, että pysymme neutraaleina, emmekä mene omaisten suruun mukaan. Vaikeimpia ovat tietenkin lasten hautajaiset.”

Kun paikkakunnalla on elänyt pitkään, koh-

Talvipakkasilla hautapaikka saadaan sulatettua muutamassa vuorokaudessa kaivuukuntoon.

Kausityönjohtaja, puutarhuri Tiina Andersson-Koste ja Tuomo Pohjalainen tutkivat hautakivestä irronneita nimilaattoja.

”On kunnia-asia saada tehdä viimeinen palvelus vainajalle.”

dalle osuu haudattavaksi myös tuttuja. Joskus lähestyvä kuolema voi olla odotettu ja helpotus.

”Jokainen lähtee täältä vuorollaan, mutta tuntuu siltä, ettei tänä päivänä osata kohdata kuolemaa luonnollisena osana elämää. Jos kuoleman kanssa ei ole koskaan ollut missään tekemisissä, hautajaisiin ei oikein osaa valmistautua ja tilanne voi olla tosi vaikea. Jossain vaiheessa lapsia ei otettu hautajaisiin mukaan, mutta tänä päivänä onneksi enemmän.”

Luottohenkilönä toiselle ihmiselle

Pohjalainen on Jyty Kymen seurakuntahenkilöstö ry:n varapuheenjohtaja sekä yksi kolmesta Kouvolan seurakuntayhtymän jytyläisestä luottamusmiehestä. Edunvalvontaa riittää. Jytyn jäsenyys tuo turvaa.

Hautausmailla on runsaasti vakinaisia kausityöntekijöitä, joiden pestit kestävät huhtikuusta lokakuulle. He tekevät silloin täyttä päivää ja ovat talvet työttöminä.

”Kausityöntekijöiltä vietiin joku aika sitten työterveyshuolto, mutta saimme sen takaisin neuvottelujen kautta. Muutenkin meillä on hyvä, noin 70 hengen porukka yhdistyksessä. Järjestämme retkiä, pikkujouluja ja muuta mukavaa. Se hitsaa meitä yhteen. Me sanommekin aina, että meillä ei töitä tehdä urakalla vaan porukalla.”

Hyvä yhteishenki välittyy myös ulospäin. Hautausmaalle omaistensa haudalle tai muuten vain kävelemään tulevat ihmiset juttelevat herkästi hautausmaan työntekijöille.

”Joskus jaetaan koko elämäntarina, toisinaan vaihdetaan vain kuulumisia. Erityisen koskettavia ovat tilanteet, joissa ymmärtää olevansa toiselle ihmiselle ainoa kontakti ulkomailmaan. Ehkä jopa osa surutyötä.”

Vain urnahaudat kaivetaan käsin

Lepolan hautausmaalla on liki 5 500 hautaa, joista yli 700 hautapaikan kesäkukat ovat seurakunnan kontolla. Kukat pitää käydä säännöllisesti läpi: kastella, nyppiä ja hoitaa. Työ on puutarhapuolen kausityöntekijöiden vastuulla, samoin kuin esimerkiksi pensasaitojen leikkaus. Käsityötä riittää!

Korjataan sitten yksi yleinen harhaluulo: Hautoja ei käsin kaiveta. Arkkuhautoja varten kaivinkoneeseen vaihdetaan haudan levyinen kauha. Sen sijaan urnahaudat kaivetaan lapiolla. Silloin niistä tulee siistimpiä.

”Kun maa on talvella jäässä, hautapaikka sulatetaan hautapaikan päälle laitettavalla sähkö-

Monta reittiä hautausmaa- työntekijäksi

- **HAUTAUSMAAN** työntekijäksi voi kouluttautua ja pätevoityä eri reittejä.
- **USEIMMITEN** alalle tullaan esimerkiksi suorittamalla rakennusalan perustutkinto (rakennustyöntekijä), puh-
taus- ja kiinteistöpalvelualan perustutkinto (kiinteistönhoitaja) tai puualan, viherrakentamisen tai puutarha-alan koulutus.
- **EVANKELIS-**luterilainen kirkko järjestää myös hautausmaatoimen koulutuksia.



Valmiiksi kaivettu urnahauta peitetään kannella ennen urnan laskua.

sulattajalla. Se on vähän kuin suuri grillivastus. Parissa vuorokaudessa maa on kaivuukunnossa. Urnahautoja varten meillä on eräänlainen puikko, jolla maa sulatetaan.”

Lepolan yli 22,2 hehtaarin alueella on rakennettua aluetta 7,5 hehtaaria. Alueella on muutama laaja luonnontilainen lohko.

”Ne alueet on varattu mahdollisia suuronnettomuuksia, sotatilaa tai vaikka pandemioita varten, jos haudattavia tulisi äkillisesti suuria määriä. Onneksi tällaisia tilanteita ei ole ollut”, Pohjalainen sanoo.

Eläkkeelle siirtyminen on iso elämän- muutos, jota kannattaa miettiä jo etukäteen.

Teksti Saara Autere

Saatat olla eläkkeellä vuosikymmeniä elämästäsi. Kevan eläkejohtaja Eija Korhonen neuvoo, mitä kannattaa huomioida eläkeiän lähestyessä.



Milloin viimeksi silmäilit työeläkeotettasi?

TYÖELÄKEOTE kannattaa tarkistaa säännöllisesti, sillä eläkkeen määrä lasketaan sen tietojen perusteella. Löydät työeläkeotteen esimerkiksi tyoelake.fi-sivustolta. Tietojen kanssa kannattaa olla tarkkana nuorellakin iällä, etenkin jos on työskennellyt useammassa paikassa. Hyvä lähtökohta on tarkistaa oma veroilmoitus aina huolellisesti, sillä tulorekisteristä ansiot siirtyvät niin verottajalle kuin työeläkevakuuttajille.

”Kun tarkistaa palkkalaskelman ja veroilmoituksen, tulee eläkeasiatkin hoidettua samalla. Mahdolliset virheet on myös aina helpompi korjata, kun asiat ovat vielä tuoreessa muistissa”, Kevan eläkejohtaja **Eija Korhonen** vinkkaa.

Ajoissa varautuessa ehtii petrata talouttaan eläkepäivien varalle.

Säästöjä sukanvarteen

SUURIMMALLA osalla meistä eläke on pienempi kuin palkkatulot, joten jo hyvissä ajoin kannattaa miettiä, pitääkö eläkepäiviä varten tehdä jotain taloudellisia liikkeitä. Haluatko edelleen asua samassa asunnossa, vai muuttaisitko edullisempaan?

Työeläkelaitosten laskureilla voi katsoa arvon tulevan eläkkeen määrästä.

”Viimeistään 55-vuotiaana olisi hyvä tutkia, miltä maailma sitten eläkkeellä näyttäisi. Jos eläke näyttää pieneltä, voi pohtia, tekisikö töitä pidempään. Eläkkeellesiirtymisikä on joustava, eli alimman eläkeiän saavutettuaan voi jatkaa työntekoa. Silloin eläkkeeseen kertyy myös lykkäyskorotusta”, Korhonen sanoo.

Ajoissa varautuessa ehtii myös petrata talouttaan eläkepäivien varalle. Vuosikymmenessä pienestäkin palkasta saa kerrytettyä hie-man vararahastoa.

”Jos havahtuu tilanteeseen muutamaa kuukautta ennen eläkkeelle jäämistä, ei siinä hirveästi ehdi säästää. Vähentää myös stressiä, jos on miettinyt eläköitymistä jo hyvissä ajoin ennakoon.”

Eläkkeelläkin kannattaa pitää itsestään huolta liikkumalla. Säännöllinen liikunta vahvistaa kehoa ja virkistää mieltä.





Eläkeiän lähe-
tyessä on hyvä
kertoa työnanta-
jalle omista suun-
nitelmistaan. Näin
myös työnantaja
voi valmistau-
tua muutokseen
ajoissa.

Eläketietoa ja etuja

- 1 **ELÄKELAITOKSET** tarjoavat tietopaketteja niin nykyisille kuin tuleville eläkkeensaajille. Myös monen jytyläisen eläkevakuut-taja Keva järjestää eläke-infoja kaikille eläkkeestään kiinnostuneille julkisella alalla työskenteleville.
- 2 **VAIKKA** eläköitymis-tä odottaisi innolla, voi uuteen elämänvaiheeseen sopeutumiseen tarvita tu-kea. Sitä löytyy esimerkiksi ikainstituutti.fi ja vanhenemi-nen.fi -sivustojen kautta.
- 3 **ERILAISILLA** seniori-korteilla tai eläkkeen-saajan korteilla saat mo-nenlaisia etuja ja alennuksia palveluista ja tuotteista. Muista hyödyntää!

Loppuelämän mittaisella lomalla

JOS TYÖ on ollut elämän keskiössä eikä työn ulkopuolella ole ollut vilkasta sosiaalista elämää, voi eläkkeelle jääminen tuntua tyhjän päälle putoamiselta.

”Jokaisella on tietysti kokemusta lomailus-ta, mutta sieltä palataan aina töihin. Nyt et pa-laakaan enää minnekään. Jos möllöttää yksin kotona, voi pian tuntua siltä, että on ihan yksin tässä maailmassa.”

Jollakulla eläkepäivät täyttyvät harras-tuksista, toinen puuhailee lastenlasten kans-sa. Merkityksellistä tekemistä voi löytyä myös vapaaehtoisjärjestöistä, opiskelusta tai vaikka koulumummona tai -pappana toimimisesta.

Vertaistukea eläkepäivien viettämiseen kannattaa hakea jo ennakkoon. Esimerkiksi SPR tarjoaa 9 tunnin mittaista Täyttä elämää eläkkeellä -valmennusta ympäri Suomen.

Mitä haluat vielä kokea?

ELÄMÄLLE KANNATTAA eläköitymisen myötä valita aktiivisesti uusi suunta eikä vain ajautua johonkin. Mieti, mitä vielä haluat tehdä ja ko-kea. Pysähdy pohtimaan, mitkä asiat ovat sinul-le merkityksellisiä ja mistä haaveilet. Entä mitä haaveiden toteutuminen edellyttäisi?

Ammatillinen pätevyys ei myöskään katoa minnekään eläkkeen myötä, joten jos kiinnos-tusta ja virtaa riittää, voi eläkkeellä tehdä töitä. Vanhuuseläkkeellä töitä voi tehdä niin paljon kuin haluaa, eikä palkka vaikuta vanhuuseläk-keen määrään, vaan ennen ylimmän eläkeiän täyttämistä siitä kertyy lisäksi uutta eläkettä.

**Pysähdy
pohtimaan, mitkä
asiat ovat sinulle
merkityksellisiä ja
mistä haaveilet.**

Treenaa kuin pelastaja

Pelastajien fyysinen kunto testataan kerran vuodessa, mutta kunnossa on oltava vuoden jokaisena päivänä.

Teksti Leena Filpus

1 Kestävyys kuntoon

Kestävyyskuntoharjoittelussa painotetaan pitkäkestoista harjoittelua: Kävele, juokse, pyöräile tai vaikka ui 40–90 min. Tee kunnan kehityskaudella vähintään 3–4 ja ylläpitokaudella 2–3 harjoitusta/vko. Yli puolet harjoittelusta on oltava kevyttä.

2 Voimaa kehoon

Rakenna kuntorata, jossa ylität esteitä ja ryömit niiden ali. Kulje rataa ympäri ja raahaa mukanas esim. 25 kg:n levypainoa. Harjoittele voimaharjoittelun kehittämiskaudella 2–3 kertaa, ylläpitokaudella 1–2/vko. Harjoituksista 2/3 tulisi olla vähintään 60 % omasta maksimivoimasta ja 1/3 kevyempää.

3 Tasapainoilua ketterästi

Kehonhallinta-, ketteryy- ja koordinaatioharjoituksia on tehtävä useamman kerran viikossa muiden harjoitusten ohessa. Tee 6–8 kg:n kahvakuulalla erilaisia heilautuksia ja vartalonkierroja yhdellä jalalla seisten. Vaikeuta harjoittelua seisomalla tasapainolaudalla silmät kiinni.

4 Porrastreeni!

Simuloi pelastajan ja ensihoitajan arkea. Ota käsiisi 24 kg:n painot, nouse viisi kerrosta portaita ylös ja palaa takaisin. Onnistuuko langan laittaminen neulansilmään harjoituksen jälkeen? Ensihoitajan on kyettävä laittamaan tippa potilaalle kaikissa tilanteissa. Jos hydyit, kokeile kevyemmällä painoilla.

5 Lepää riittävästi

Sopiva levon ja monipuolisen harjoittelun vaihtelu on erityisen tärkeää, mitä vanhemmasta pelastajasta on kyse. Jo 45-vuotiaana on harjoiteltava enemmän pysyäkseen kunnossa. Myös palautumiseen tarvitaan enemmän aikaa. Jos vuositesti ei mene läpi, pelastaja saa yleensä 3 kk aikaa parantaa tulosta.



Pelastajan kuntotesti

- **KUNTOPYÖRÄTESTI:** hapenottokyvyn on oltava 36 ml/kg/min. Taviksen kielellä: pystyt polkemaan 6 min. keskimääräisellä 205–215 W vastuksella täysin uupumatta.
- **VATSALIHAKSET:** 29 istumaannousua / min.
- **LEUANVETO:** 5 toistoa
- **PENKKIPUNNERRUS:** 18 toistoa / 45 kg paino / min.
- **JALKAKYYKKY:** 18 toistoa / 45 kg paino / min.

Liikkeiden välillä 3 min. tauot.

Jaksota kestävyys-, voima- ja ketteryysharjoittelua 2–3 kk jaksoihin.

Mitä ovat työvapaa ja sapattivapaa ja kuinka sellaisia myönnetään?



Elsa Ojutkangas
Jyryn
työmarkkinajuristi

AIKAISEMMIN tutut käsitteet vuorotteluvapaa ja aikuiskoulutustuki ovat jääneet historiaan Orpon hallitusohjelman myötä. Vuorotteluvapaa- sekä aikuiskoulutustukijärjestelmät lakkautettiin 1.8.2024 alkaen. Muutosten takia työvapaan ja sapattivapaan käsitteet puhututtavat: mitä ne tarkoittavat ja miten ja kuka voi sellaista saada?

Työ- tai virkavapaalla tarkoitetaan sellaista vapaata, jonka myöntäminen on työnantajan harkinnan varassa. Se edellyttää siis yhdessä sopimista osapuolten välillä, ja sen myöntämisestä voidaan kieltäytyä. Työvapaan syynä voi olla mikä tahansa henkilökohtainen asia, esimerkiksi vapaa opintoja varten, kun opintovapaa-asetuksen mukaiset edellytykset lakisääteiseen opintovapaaseen eivät täyty. Omasta työehtosopimuksesta kannattaa tarkistaa, onko siinä asiaa koskevia määräyksiä.

Sapattivapaa tarkoittaa samaa kuin työvapaa, mutta vapaan ajanjakso on tällöin tyyppillisesti pidempi. Työ- tai virkavapaa voi olla lyhytkin ajanjakso, mutta sapattivapaasta puhuttaessa tarkoitetaan yleensä muutaman kuu-kauden tai kokonaisen vuoden pituista vapaata. Työ- tai sapattivapaan aikana työsuhde ei ole katkennut vaan lepotilassa, jolloin työsuhteen velvoitteet pysyvät vielä osittain voimassa.

Työ- ja sapattivapaaseen liittyvissä asioissa voit olla yhteydessä omaan luottamusedustajaan- si tai tarvittaessa Jyryn työsuhdeneuvontaan.

Työ- ja sapatti- vapaa eivät ole lakisääteisiä

TYÖ- tai sapattivapaa so- vitaan yhdessä työnantajan kanssa, ja syy vapaan pitä- miselle voi olla mikä tahansa henkilökohtainen syy. Tällai- set vapaat ovat siis erillisiä lakisääteisistä vapaista ku- ten perhe- tai opintovapaas- ta, jotka työnantajan on lain edellytysten täytyttyä pa- kollista myöntää. Ehdoton- ta oikeutta työ- tai sapatti- vapaan pitämiseen ei siis lain perusteella ole.

Työ- tai sapatti- vapaan aikana työsuhde ei ole katkennut vaan lepotilassa.

PUHEENJOHTAJALTA

Työura ei ole sprintti, vaan maraton



KUN OLIN vastavalmistunut, kaverini laski, kuinka monta maanantaiaamua on eläkkeeseen. Kyseessä oli ehkä vitsi mutta huumorintajuni ei ihan riittänyt. Oli vaikea ymmärtää, miten joku miettii eläkettä heti työuran alussa.

Vaikkei eläkettä odottaisikaan, on elämä kuitenkin erilaista eri-ikäisillä. Töissä haetaan nuorena suuntaa ja kannuksia tulevaan, mutta ehkä samalla painitaan näyttämisen paineen kanssa. Edessä ovat usein ruuhkavuodet, joiden aikana yritetään ratketa joka suuntaan. Myöhemmin koittaa yhtäkkiä aika, jossa on tilaa töiden ja perheen lisäksi myös omille jutuille.

Kieltäydyn ehdottomasti hyväksymästä, että yli viisikymppinen olisi ”ikääntyvä työntekijä”. Työurat jatkuvat lähemmäksi seitsemänkymppistä, ja työnantajat tekevät itselleen karnivalpalveluksen, jos eivät arvosta eri-ikäisten erilaisia vahvuuksia. Nuori tuo tuoretta osaamista ja uuden tavan nähdä asioita, pidempään kuvioissa ollut kokemusta, näkemystä ja ymmärrystä. Kun nuori kysyy ”miksi näin tehdään”, kokenut voi vastata – tai pysähtyä miettimään, pitäisikö tehdä toisin. Työyhteisö, jossa eri-ikäiset täydentävät toisiaan, on vahva.

Työntekijä on aina parhaassa iässä. Työura ei ole sprintti vaan maraton.

Jonna Voima

Jyryn puheenjohtaja

Työntekijöiden ääni kuuluviin Afrikan vapaakauppasopimuksessa

Teksti Laura Ventä / SASK

TUNTUISIKO järkevältä lentää Norjaan Nigerian kautta? Tai tarvita viisumi Ruotsiin? Afrikassa siirtomaa-ajan rakenteet pitävät pintansa ja vaikeuttavat kauppaa ja liikkumista tähän tapaan.

Siksi syntyi maanosan sisäinen vapaakauppasopimus AfCFTA vuonna 2019. Työntekijöiden oikeudet vain loistavat siitä poissaolollaan, mutta tilannetta korjataan Suomen Ammattiliittojen Solidaarisuuskeskus SASKin tuella. Myös Jyty on SASKin jäsenenä ollut hankkeessa mukana.

”Työelämäoikeuksien tulisi ehdottomasti sisältyä Afrikan vapaakauppasopimukseen, maailman laajimpaan sellaiseen”, sanoo ay-liikkeen maailmanjärjestön ITUCin Afrikan-pääsihteeri **Joel Odigie**.

Ensisijainen oikeus on Odigien mukaan oikeus järjestäytyä eli kuulua ammattiliittoon. Se ei toteudu kaikissa Afrikan maissa. Toinen merkittävä puute on riittämätön sosiaaliturva. Tarvitaan rakenteita, jotka kannattelevat silloin, kun työtä ei pysty tekemään.

ITUC Africa edistää työntekijöiden asemaa



sopimuksessa SASKin ja suomalaisten ammattiliittojen tuella. Yhtenä tavoitteena on saada työntekijöiden edustus toimeenpaneviin komiteoihin. Ensi vaiheessa kohteena on yhdeksän maata, ja näistä jo viidessä ay-keskusjärjestöt ovat päässeet mukaan.

Tästä on hyvä jatkaa ja ottaa mukaan muutama uusi maa, jos SASK saa hankkeelle rahoituksen myös seuraavalle nelisvuotiskaudelle.

Työntekijät vaativat joukolla oikeuksien sa tuomista näkyviin Afrikan mantereeseen vapaakauppasopimuksessa AfCFTA:ssa. Mielensoiutus järjestettiin Ghanassa syyskuussa.



Joululahjoitus nuorten mielenterveydelle

JYTY ON antanut 4000 euron lahjoituksen MIELI ry:n joulukeräykseen, jolla tuetaan nuorten mielenterveystyötä ja -palveluja.

Useampi kuin joka kolmas tyttö kokee kohtalaista tai vaikeaa ahdistuneisuutta.

ta. Pojista joka kymmenes. Samaan aikaan palvelut ovat pahasti ruuhkautuneet. Apua tarvitsevat nuoret jäävät jonoon, ja liian monen ongelmat pääsevät pahenemaan. Nuoret tarvitsevat ja ansaitsevat enemmän apua.

Joulukeräyksen tuella vahvistetaan yhä useamman nuoren mielenterveystaitoja ja tarjotaan keskusteluapua vaikeassa tilanteessa.

Lisätietoja: mieli.fi



Uusi jäsenetu: Puhti laboratorio- paketit ja -testit

JÄSENE saat 15 %:n alennuksen Puhdin normaalihintaisista testeistä alennuskoodilla **hyty15**.

Valmiiksi suunnitellut laboratoriopaketit ja -testit on vaivaton tapa saada yleiskuva terveydentilasta. Paketteja on suunniteltu erilaisiin tarpeisiin.

Tilaa testit Puhdin verkkokaupasta Mehiläisen laboratorion kautta.

Lisätietoja: jytyliitto.fi/jasenyys/vapaa-ajan-jasenedut/liikunta-ja-terveys/

VUOSIKOKOUSHUOLTO

Terveydenhuollon Sihteerit ry

Vuosikokous la 14.3.2026 klo 13, Scandic Tampere Koskipuisto, Koskikatu 5. Esillä sääntömääräiset asiat.

Kokouksen jälkeen ruokailu ja teatteriesitys *Laurel ja Hardy – mykkäfilmin* mestarit Tampereen teatterin Frenckell-näyttämöllä.



Sitovat ilmoittautumiset 20.2.2026 mennessä oheisen linkin kautta.

Hiio hoi,



jäsenristeily kutsuu!

Lähde seilaamaan 2.-4.10.2026
upealla Jyty-porukalla Tukholmaan.

JYTYBESTEILY on merellinen seikkailu, jossa yhdistyvät huvi, hyöty ja timanttinen seura. Luvassa on unohtumaton risteily täynnä iloa, yhdessäoloa ja Jyty-henkeä.

Laivana on Silja Serenade, ja suuntaamme Helsingistä Tukholmaan ja takaisin.

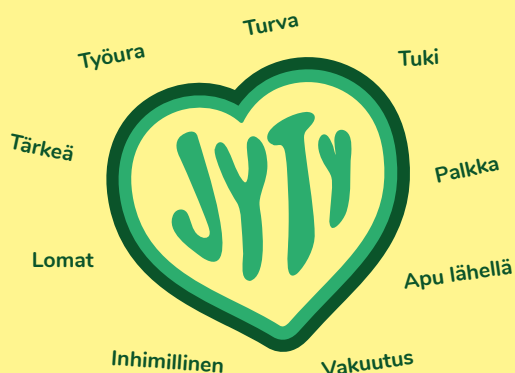
Paikkojen varaaminen risteilylle on avautunut yhdistyksille marraskuussa 2025. Jos olet kiinnostunut osallistumaan, tarkistathan ensin oman yhdistyksesi tilanteen.

Yksittäiset jäsenet voivat ostaa risteilypaikan maaliskuusta 2026 lähtien.

LISÄTIEDOT: [JYTYLIITTO.FI/JYTYBESTEILY](https://jytyliitto.fi/jytybesteily)

#JytyBesteily

Leikkaa ja anna vaikka työkaverille.



Liity liittoon!

Tehtävämme Ammattiliitto Jytyssä on varmistaa, että sinulla on töissä hyvä olla.

Sillä sinun työsi on tärkeä





Suosittele

Jytyä ja kerää palkintopisteitä!

Sinulle palkinto ja uudelle jäsennelle ilmainen liittymiskuukaus! Mitä enemmän uusia jäseniä, sitä enemmän saat palkintopisteitä, joilla voit hankkia tuotteita palkintokaupastamme.

ILMAINEN LIITTYMISKUUKAUSI

Uudet jäsenet saavat liittymiskaukautensa ilmaiseksi. Jos uusi jäsen liittyy jytyläiseksi esimerkiksi 4.12., hän saa joulukuun jäsenyyden maksutta ja jäsenmaksu alkaa vasta tammikuussa 2026. Tätä etua kannattaa mainostaa jäsenyyttä suositellessa!

SUOSITTELUSIVUSTO

Jyтын jäsenyydestä voi vinkata esimerkiksi työkaverille näppärästi suosittelusivuston kautta valmiin sähköposti- tai WhatsApp-viestin avulla.

Jäsenyyden suosittelu on nyt entistäkin helpompaa. Tutustu tarkemmin: jytyliitto.fi/suosittele



Sillä sinun työsi on tärkeä



Tarvitsetko ura- ja työnhakupalveluja?

JYTYLÄISET voivat saada ura- ja työnhakupalveluita Aaria Työttömyyskassan kautta. Aarian yhteistyökumppanin Coolla Oy:n palvelukokonaisuudesta löydät muun muassa työnhakuun liittyviä vinkkejä, ohjeita CV:n laatimiseen ja keinoja oman osaamisesi sanoittamiseksi. Voit myös jättää palvelun kautta ansioluettelosi ja työnhakemuksesi asian tuntijan kommentoitavaksi.

Osallistuminen työllisyyttä tukeviin palveluihin on vapaaehtoista ja maksutonta. Huomioithan, että ne eivät korvaa työnhakijaksi ilmoittautumista.

Lisätietoa palveluista aariakassa.fi sekä kassan aAsiointi-palvelussa.



Eiran aikuislukio

Aloita opiskelu, joka sopii juuri sinulle

- ✓ Suorita tutkinto
- ✓ Korota arvosanoja
- ✓ Valmistaudu jatko-opintoihin
- ✓ Opiskele joustavasti verkossa

Lukio | Verkkolukio |
Aikuisten peruskoulu |
TUVa | Suomen kurssit

eira.fi



Vem?

NAMN: Tuomo Pohjalainen

YRKE: Specialiserad yrkesman vid Kouvola samför-samling

DET BÄSTA MED ARBETET: Att göra de avlidna en sista tjänst och att hjälpa de levande kunderna samt trevliga arbets-kamrater.

JYTY-MEDLEM YRKE

För de levande

I Tuomo Pohjalainens arbete förenas maskiner, blommor och död. Även om den specialiserade yrkesmannen också gräver gravar är de levande ändå i centrum för arbetet: de anhöriga, kollegerna och att göra tillsammans.

Text Anna Kurkela-Vilén

EN HÖST VAR det riktigt regnigt. Vattnen samlades i en öppen grav hur man än försökte pumpa den tom. På botten av graven lades barr, men trots det hördes ett ordentligt plask när kistan sänktes ner.

”Jag tänkte att nu säger någon till. Då konstaterade någon av de anhöriga att pappa tyckte om att simma. Då var det svårt hålla masken. Men i allmänhet strävar vi efter att

fungera så värdigt som möjligt vid välsignelseceremonierna. Man skämtar inte på begravningar”, säger den specialiserade yrkesmannen **Tuomo Pohjalainen**, som arbetar på Lepola begravningsplats i Kouvola.

Till begravningsplatsarbetaren Tuomo Pohjalainens arbete hör mycket, allt från underhåll av maskineri till fastighetsskötsel, från svetsning av avfallskärl till sållning av mylla och grävande av gravar. Den som står i tur för

förberedelser av välsignelseceremonier och välsignelseceremonier i kapellet får byta sina slittåliga arbetskläder mot svart kostym och slips ibland flera gånger om dagen.

”Det är viktigt att stöda de anhöriga vid välsignelsestillfällena. Vi ser till att allt löper bra från framställningen av kistan eller urnan till nedläggningen och ringningen av kyrkklockorna”, säger Pohjalainen.

Attityden mot döden förändras

Pohjalainens arbetshistoria sträcker sig till markarbete och stenbrytning. Han hamnade lite av misstag via församlingens miljövärd i sin nuvarande roll.

”Jag var först medan jag studerad miljövärd på praktik på fastighetssidan, och där började saker hända. Nu har jag nästan tio år på begravningsplatsen bakom mig.”

När man dagligen arbetar nära döden förändras också ens egen attityd.

”Nog ökar uppskattningen av livet. Döden skrämmer inte, den är en del av kretsloppet. Det är en ära att få göra den avlidne en sista tjänst. Det innebär att vi hålls neutrala och inte

går med i de anhörigas sorg. Svårare är naturligtvis barnbegravningar.”

Förtroendeperson åt en annan människa

Pohjalainen är vice ordförande i Jyty Ky-
men seurakuntahenkilöstö rf samt en av tre Jyty-fackombud i Kouvola samförsamling. Så det finns intressebevakning att sköta. Jyty-medlemskapet medför trygghet.

Begravningsplatserna har många fast anställda säsongsarbetare, vars anställningar räcker från april till oktober. De arbetar då fulla dagar och är arbetslösa under vintrarna.

”Vi ordnar utflykter, lilla jul-fester och annan trevlig samvaro. Det sammansvetsar oss. Vi säger alltid att vi arbetar som en grupp”, säger Pohjalainen.

Den goda sammanhållningen syns också utåt. Människor som kommer till sina anhörigas grav eller bara annars för att promenera pratar lätt med begravningsplatsens arbetstagare.

”Speciellt rörande är situationer där man förstår att man är den andra människans enda kontakt med omvärlden. Ibland till och med en del av sorgearbetet.”

ARBETSSEGER

En medlem uppsades av hälsoskäl, fastän arbetsförmågan återställts

EN JYTY-MEDLEMS sjukfrånvaro har utan avbrott pågått i ett drygt år, efter vilket arbetsgivaren beslöt att säga upp medlemmens arbetsavtal på grund av väsentlig och långvarig försvagning av arbetsförmågan. I medlemmens arbetsförmåga hade under uppsägningstiden skett förändringar, men arbetsgivaren hade inte efter att ha fått denna information dragit tillbaka uppsägningen.

Enligt arbetsavtalslagen kan man inte som saklig och vägande uppsägningsskäl hålla en arbetstagares sjukdom, skada eller olycka, om inte hans arbetsförmåga på grund av dessa minskat väsentligt och så långvarigt att man av arbetsgivaren rimligtvis inte

kan kräva en fortsättning av avtalsförhållandet.

Jyty ansåg att det inte fanns någon grund till uppsägning på grund av de förändringar i medlemmens arbetsförmåga som skett under uppsägningstiden. Arbetsgivaren hade inte heller utrett behovet av rimliga anpassningar såsom avses i bland annat jämställdhetslagen. I ärendet hölls förlikningsförhandlingar med arbetsgivaren, och slutresultatet blev att arbetsgivaren betalade medlemmen ungefär 35 000 euro i ersättning för omotiverad avslutning av anställning.

Rosa Marttila

Jytys arbetsmarknadsjurist



+ En Jyty-medlem fick 35 000 euro i ersättning

OFTA FRÅGAT

Vad innebär arbetsledighet och sabbatsledighet och hur beviljas de?

SYSTEMET MED alterneringsledighet och vuxenutbildningsstöd slopades den 1 augusti 2024. På grund av förändringarna har begreppen arbetsledighet och sabbatsledighet blivit ett diskussionsämne: vad innebär de och hur och vem kan beviljas sådana ledigheter?

Med arbets- eller tjänstledighet avses sådan ledighet som beviljas enligt arbetsgivarens prövning. Det kräver därför en ömsesidig överenskommelse mellan parterna, och arbetsgivaren kan låta bli att bevilja ledigheten. Orsaken till arbetsledigheten kan vara vilket personligt ärende som helst, till exempel studieledighet, när förutsättningarna för lagstadgad studieledighet enligt förordningen om studieledighet inte uppfylls. Det lönar sig att kontrollera i det egna kollektivavtalet om där finns bestämmelser om detta.

Sabbatsledighet är detsamma som arbetsledighet, men ledighetsperioden är vanligtvis längre. Arbetsledighet kan vara en kort period, men när vi pratar om sabbatsledighet menar vi oftast en ledighet på några månader eller ett helt år. Under arbetsledigheten eller sabbatsledigheten avbryts inte anställningsförhållandet, utan det är i viloläge, varvid skyldigheterna i anställningsförhållandet delvis förblir i kraft.

Elsa Ojutkangas

Jytys arbetsmarknadsjurist

FRÅN ORDFÖRANDE

Arbetskarriären är inte en sprint, utan ett maraton

NÄR JAG JUST utexaminerats räknade min kompis hur många måndagsmorgnar det var till pensionen. Det var kanske fråga om en vits men min humor räckte inte riktigt till. Det var svårt att förstå hur någon tänker på pensionen genast i början av arbetskarriären.

Livet är dock olika i olika åldrar. Som ung söker man i arbetet riktning och stimulans för det kommande, men samtidigt brottas man kanske med pressen att visa vad man går för. Framför ligger ofta stressiga år, under vilka man söker lösningar åt alla håll. Senare kommer plötsligt en tid när det utöver arbete och familj också finns tid för egna saker.

Jag vägrar absolut godkänna att man är en "åldrande arbetstagare" när man är över femtio. Arbetskarriärerna fortsätter till närmare sjuttio, och arbetsgivarna gör sig själva en björntjänst om de inte uppskattar de olika styrkorna hos personer i olika åldrar. En ung tillför färskt kunnande och ett nytt sätt att se på saker, den som varit med längre erfarenhet, synsätt och förståelse. När en ung frågar "varför gör vi så här" kan en erfaren svara – eller stan-na upp och fundera om man borde göra annorlunda. En arbetsgemenskap, där personer i olika åldrar kompletterar varandra, är stark.

En arbetstagare är alltid i den bästa åldern. Arbetskarriären är inte en sprint, utan ett maraton.

Jonna Voima

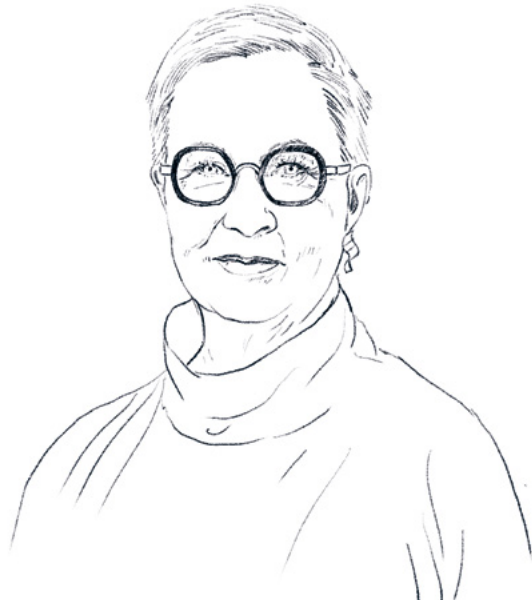
Jytys ordförande



ALEKSI POUTANEN



Arbetslivets livscykel. Hurdana erfarenheter, utmaningar och förhoppningar har medarbetarna i olika skeden av karriären, till exempel när de kommer ut i arbetslivet, mitt i karriären och när de närmar sig pensionen? Läs tidningens temaartikel på jyty-lehti.fi.



Aika aikaansa kutakin

Suvi-Anne Siimes on yhteiskunnallinen vaikuttaja, entinen poliitikko ja Työeläkevakuuttajat TELAn toimitusjohtaja. Tässä työelämän vaiheessa kaipaa huokoisempaa elämää yhdessä läheisten kanssa.

”**KAIKELLA ON AIKANSÄ**” kuuluu vanha sanonta. Se pitää monesti paikkansa myös työelämässä.

Pitkään unelmatyöltä tuntuneesta tehtävästä voi tulla jossain vaiheessa puuduttavaa. Toisinaan ruoho alkaa näyttää vihreämältä kokonaan uuden työnantajan palveluksessa. Omat työt voivat joskus myös yllättäen loppua ja työpaikka kadota. Ja lopulta ne koko ajan kauemmaksi karkaamassa olevat eläkepäivätkin ovat edessä, vaikka sitä ei nuorena aina helposti uskokaan.

Se, mikä työelämässä kulloinkin alkaa ja päättyy, ei ole aina omassa päätösvallassa. Myös sattumalla on roolinsa useimpien meistä elämässä.

Lisäksi työnantajalla on iso valta siinä, miten työt kulloinkin järjestetään. Siksi luopumisen taito on hyvä osata.

Aika on kuitenkin lopulta meidän jokaisen ikiomaa. Ja omassa vallassamme on ainakin osin myös se, kuinka aikamme käytämme. Siksi myös kiinni pitämisen taito on tärkeä.

Kuinka paljon annamme itsestämme työlle eri elämänvaiheissa? Ja kuinka paljon läheisille ihmisille tai omille harrastuksille?

Paljonko vain murjotamme tai valitamme?

Ja paljonko laitamme aikaamme työssä ja elämässä eteen tulevien epäkohtien korjaamiselle?

Vastauksemme näihin kysymyksiin vaihtelevat elinkaaremme aikana. Ne voivat myös poiketa toisistaan työssä ja kotona. Oman elämänsä kulkua kannattaa silti aina silloin tällöin ajatella ja pohtia.

Niin huomaa parhaiten, minkä aika alkaa olla ohi ja mikä vetää vielä puoleensa.

Oma aikani nykyisessä työssäni kaartaa pian kohti loppua. Työ on tuonut minulle aina paljon iloa. Olen oppinut paljon ja saanut sekä onnistua että epäonnistua. Ja tietenkin myös luopua.

Vuosia on kuitenkin vielä edessä. Toiveeni on, että voisin tehdä niiden aikana työtä vielä jossain toisessa, hieman tähänastista menoa hitaammassa muodossa.

”**Luopumisen
taito on hyvä
osata.**”

Olemme tukenasi ja turvanasi

Työpaikan ongelmatilanteet:

1

Esihenkilö

Keskustele asiasta ensin esihenkilösi kanssa.

2

Luottamusedustaja tai luottamusmies

Ota yhteys työpaikkasi luottamusedustajaan tai luottamusmieheen.

3

Aluetoimisto

Jos työpaikallasi ei ole luottamusedustajaa tai luottamusmiestä, ota yhteys oman alueesi aluetoiminnan asiantuntijaan.

4

Työsuhdeneuvonta

Tarvittaessa saat apua myös liiton työsuhdeneuvonnasta.

Lisäinfoa Jytystä jytyliitto.fi

Työttömyys tai lomautus:

1

Luottamusedustaja tai luottamusmies

Ota yhteys työpaikkasi luottamusedustajaan tai luottamusmieheen.

2

Työttömyyskassa

Ota yhteys Aaria Työttömyyskassaan.

3

Työvoimapalvelut

Ilmoittaudu työnhakijaksi työvoimaviranomaiselle viimeistään ensimmäisenä työttömyys- tai lomautuspäivänä.

Lisäinfoa Aaria Työttömyyskassasta aariakassa.fi

Kiinnostavimmat jutut lehdessä
3/2025



1. TEEMA: Tekoäly työelämässä

2. TYÖVOITTO: Samasta työstä eri palkka, jytyläiselle 55 000 euroa korvauksia

3. LISÄÄ NANNAA! Palkankorotuksen anatomia

3. USEIN KYSYTTYÄ: Voiko tekoäly olla peruste yt-neuvotteluille?

Anna palautetta lehdestä ja osallistu arvontaan jytyliitto.fi/jyty-lehti

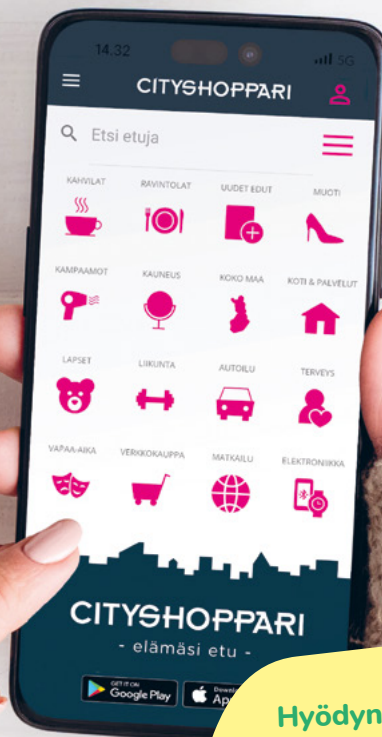


Mitkä omaan ammattiisi liittyvät asiat kiinnostavat sinua? Millaisia ammattialakohtaisia juttuja haluaisit Jytyn tuottavan? Vastaa kyselyyn! Hyödynnämme vastauksia Jytyn viestinnän suunnittelussa.

jytyliitto.fi/jytylehti

Lataa

CityShoppari-
sovellus!



Hyödynnä
rahanarvoinen
jäsenetusi ja
lataa sovellus
jo tänään!

CityShoppari pitää huolen, että voit nauttia elämästä fiksummalla budjetilla. Kylpylään, ravintolaan, vaatekauppaan... Yli tuhat etua yhdellä sovelluksella.

JYTYN JÄSENET voivat ladata CityShoppari-sovelluksen maksutta puhelimeensa. Sovelluksella saa käyttöön yli 1 000 etua, jopa 2 000 liikkeessä ympäri Suomen.

CITYSHOPPARILLA SAAT ALENNUSTA NÄISTÄ PALVELUISTA: Kahvilat / Ravintolat / Muoti / Kampaamot / Kauneus / Koti ja palvelut / Lapset / Liikunta / Autoilu / Terveys / Vapaa-aika / Matkailu / Elektroniikka

Lisätiedot ja kirjautumisohjeet:
jytyliitto.fi/cityshoppari



Sillä sinun työsi on tärkeä