HYVINVOINTI

Viljelijät pääsevät mukaan työkykyä ylläpitävään toimintaan

Maatalousyrittäjille kaavaillaan uutta rahaa työkykyä ylläpitävään eli tyky-toimintaan.

Hallitukselta on tulossa ensi keväänä lakiesitys, joka mahdollistaisi myös viljelijöiden mukaanpääsyn työhyvinvointia edistävään toimintaan, johtaja **Hannu Ijäs** sosiaali- ja terveysministeriöstä kertoo.

Viljelijöiden tyky-toiminta olisi osin samantyyppistä kuin työeläkeyhtiöiden omille asiakasyrityksilleen tarjoama.

Lakiesityksen yksityiskohdat ovat vielä auki.

”Tyky-toiminta voisi olla työkyvyttömyyttä ennaltaehkäiseviä koulutustilaisuuksia ja -materiaalia”, Ijäs kaavailee.

Hallitus aikoo toteuttaa uudistuksen samalla, kun se tarkentaa muun tyky-rahoituksen sääntöjä.

Työeläkelaitokset rahoittavat asiakasyrityksissä työntekijöiden työkyvyn edistämistä.

Työhyvinvointia treenattaisiin

Viljelijöiden tyky-raha aiotaan kanavoida Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen Melan kautta. Mela järjestäisi viljelijöille yhteistä hyvää tekemistä. Uusia ideoita haetaan.

”Työhyvinvointiin tarkoitettua rahaa tulisi ehkä muutama satatuhatta euroa”, johtaja **Antti Huhtamäki** Melasta arvioi.

Uudistus toisi Huhtamäen mukaan viljelijöille samoja oikeuksia kuin yritysten työntekijöille. Nyt maatalousyrittäjillä ei ole käytössä erillistä tyky-rahaa.

Huhtamäki kaavailee viljelijöille lisää hyvinvointipäiviä, joiden sisältöä parannettaisiin ja laajennettaisiin.

”Haluamme edistää viljelijöiden työkykyä ja työterveyttä.”

» Viljelijöiden tyky-raha aiotaan kanavoida Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen Melan kautta.

Mela ja MTK-liitot järjestävät yhteensä 18 työhyvinvoinnin päivää tänä ja ensi vuonna. Päivien sisältö vaihtelee eri puolilla maata.

Viljelijöille tarjotaan henkistä helpotusta, stressin hallintaa ja psykologin luentoja.

Pankkien ja neuvonnan asiantuntijat opastavat talouden hallintaa.

”Tähän mennessä osallistujia on ollut paljon”, tiiminvetäjä **Pirjo Saari** Melan hyvinvoinnin yksiköstä kehuu.

Neuvoja neuvoo henkilökohtaisesti

Melassa toimii työhyvinvoinnin yksikkö, joka ennen tunnettiin työturvallisuuden yksikkönä.

Hyvinvoinnin päivät ja varhaisen välittämisen koulutustilaisuudet hallitsevat tiimin tätä syksyä. MTK-liitot ovat kumppaneita.

”Muistutamme varhaisen välittämisen tärkeydestä”, Saari sanoo.

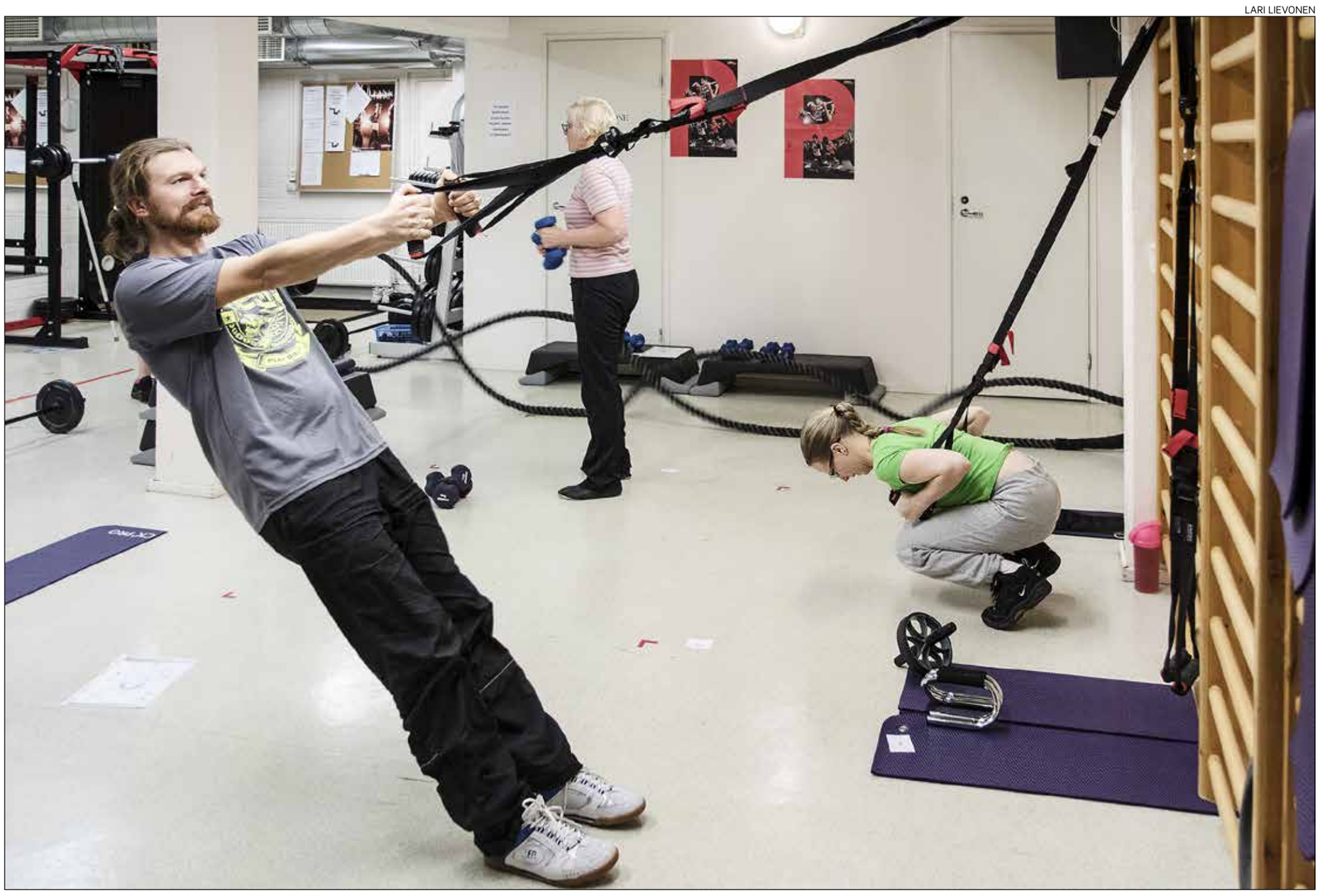
Maatalouslomittajia ja -neuvojia sekä eläinlääkäreitä, tukitarkastajia ja meijerien väkeä rohkaistaan ottamaan asia puheeksi, jos viljelijää tuntuvat huoli ja murhe painavan.

Ensi vuonna Melassa aloittaa työhyvinvoinnin neuvoja. Hän tarjoaa henkilökohtaista keskusteluapua.

”Viljelijät ovat toivoneet Melalta tällaista palvelua”, Saari kertoo.

JUHANI VIITALA

LARI LIEVONEN



TRX-remmeillä treenaavat Sami ja Marja Kajoskivi käyvät perjantain jumpassa navettatöiden välissä. Taustalla Marja Repo nyrkkeilee käsipainoilla.

Ryhmähenki kannustaa lieksalaisia liikkumaan

LIEKSA (MT)

Maatiloilla tehtävälle ruumiilliselle työlle tunnusomaista ovat toistuvuus ja yksipuolisuus, nostelut ja kyykkimiset. Entistä enemmän aikaa kuluu myös tietokoneen ääressä istuen.

Näin arvioivat MTK-Lieksan ohjattuun kuntopiiriin osallistuvat.

”Ihminen tarvitsee jaksaakseen paremman kunnon kuin työssä vaaditaan”, lypsykarjatilallinen **Sanna Harjunen** muistuttaa.

Osallistujien ikähaitari vetuntijana työskentelevä **Aija Vartiainen** jatkaa.

nyy 27-vuotiaasta Harjusesta 75-vuotiaaseen **Marja Repoon**. Kaikki tekevät liikkeet oman jaksamisensa mukaan, ja ohjaaja **Henna Hilli** kannustaa jokaista.

”Hirmu hyvä porukka, hyvä ryhmä ja liikkumisen ilo tänne vetävät”, peräti 43 vuoden työuran Pro Agrialla tehnyt Repo kiittää.

”Ryhmähenki on tässä ehdottomasti se juttu. Tunnille tulee lähdettyä, vaikkei aina huvittaisikaan”, Pro Agrian asian-

Repo ja Vartiainen pitävät perjantain jumppaa yhteisenä tapaamishetkenään. Kuntoilun jälkeen vaihdetaan kuulumiset ja saatetaan hörpätä kahvitkin.

Aija tekee tunnit sisään työnantajalleen pidentämällä päiväänsä.

Kuntosali täydentää sählyvuoroa

Yhdistyksen puheenjohtaja **Anu Haapalainen** on iloinen tänä vuonna Lieksassa käynnistyneen MTK-kuntopiirin suosiosta.

» Hirmu hyvä porukka, hyvä ryhmä ja liikkumisen ilo tänne vetävät.

MARJA REPO

Perjantaisin pääkadun varrella sijaitsevalle kuntosalille on riittänyt joka kerta kymmenkunta jäsentä.

Puheenjohtajalle itselleen hikoilu on suorastaan intohimo: hänen on päästävä erilaisiin kuntoiluryhmiin useita kertoja viikossa.

Myös viikoittaiselle sählyvuorolle riittää pelaajia. Laji kerää osin kuntopiirin kanssa samoja ja osin eri ihmisiä.

”Meidän pitää isännän kanssa vuorotella. Toinen on lapsenvahtina silloin, kun toinen kuntoilee”, Sanna Harjunen sanoo.

Yhdessä salille lähteneet **Marja** ja **Sami Kajoskivi** korostavat, että ammattikunnan liikuntatuokiossa yhteisöllisyys ohittaa jopa tavoitteen pysyä toimintakuntoisena mahdollisimman pitkään.

”Olen alanvaihtaja ja paluumuuttaja. Voin sanoa, että MTK on ollut yksi tärkeimmistä tekijöistä siinä, että olemme kotiutuneet Lieksaan hyvin. Olen päässyt sisälle maatalouteen ja kaveruuteen”, it-alalta viljelijäksi siirtynyt Sami Kajoskivi kertoo.

Aina erilaista ja kokeilevaa

Tällä kerralla Sami on ainut mies Henna Hillin ”rääkissä”, mutta muulloin jakauma on ollut tasaisempi.

”Suunnittelimme yhdessä ryhmäläisten kanssa HIIT-tyylistä harjoittelua, jossa sekä hapenottokyky että lihaskunto kasvavat nopeasti. Aluksi kävimme läpi niitä asioita, jotka maatilatöissä kuormittavat”, fysioterapeutti Hilli kertoo.

Hänen kunnianhimoinen ajatuksensa on valmistella joka kerraksi hieman erilainen tunti.

Tunti sisältää lämmittelyä ja tehotreenausta kuntosalilaitteilla ja esimerkiksi käsivoimien kasvatusta paksuja köysiä vatkaamalla.

Myös TRX-remmit toimivat vastuksina ja parantavat koordinaatiokykyä.

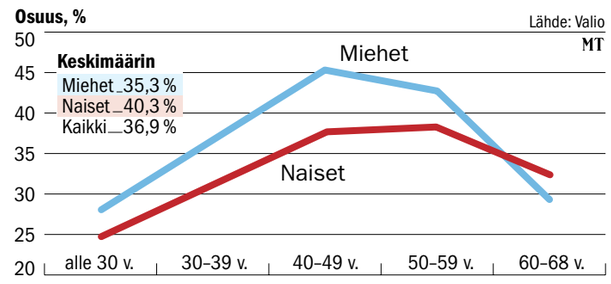
”Kunto on noussut ja olo parantunut. Täällä kuntoiluun tulee himo”, maaseutumatkailuyrittäjä **Päivi Putkonen** kiittää.

LIISA YLI-KETOLA

HIIT-intervallitreeni alkaa kunnon lämmittelyllä, loppuvenyttely sitä vastoin jää kotona tehtäväksi, koska tunti kuluu nopeasti.

Henna Hilli ohjaa jokaista yksilöllisesti. Marja Repo tuntee ryhmässä liikkumisen iloa.

Työterveyshuoltoon liittymisaste sukupuolen ja ikäryhmän mukaan



Työterveyshuolto uudistuu sotessa

Hallitus uudistaa maatalousyrittäjien työterveyshuoltoa osana sosiaali- ja terveyspalvelujen sote-uudistusta.

Hallitus ei ole erikseen kirjannut ohjelmaansa, mitä uudistuksia se viljelijöille kaavailee.

”Työterveyshuolto katsotaan kaikilta osin uudelleen sote-uudistuksessa”, erityisavustaja **Hanna-Maija Kause** sanoo.

Kause avustaa perhe- ja peruspalveluministeri **Juha Rehulaa** (kesk.), jolle työterveyshuolto kuuluu ministerien työnjaossa. Rehula vastaa sote-uudistuksesta.

Työryhmä esitti viime hallituskaudella, että päävastuu viljelijöiden työterveyshuollosta tulisi Maatalousyrittäjien eläkelaitos Melalle. Nyt siitä vastaa Työterveyslaitos.

”Hallitusohjelmaan tavoitetta ei ole kirjattu erikseen”, Kause kertoo.

Edellinen vastuuministeri **Susanna Huovinen** (sd.) katsoi, ettei työterveyshuollon kokonaisuutta saa hajottaa. Hän ei vienyt esitystä eteenpäin.

”Kukaan ei taida tietää, mitä sotessa tapahtuu”, johtaja **Antti Huhtamäki** Melasta epäilee.

Työterveyslaitoksessa omanaan

Hallitus leikkaa lähivuosina Työterveyslaitoksen valtionapua melkein 40 prosenttia. Laitos saa puolet rahastaan valtion budjetista.

Pääjohtaja **Antti Koivula** sanoo, että Työterveyslaitos keskittyy jatkossa työterveyshuoltoon, suomalaisten työkyvyn ylläpitoon sekä pk-yritysten tukemiseen.

Kuopiossa toimii erillinen Työterveyslaitoksen Mytky-keskusyksikkö. Se edistää maatalousyrittäjien työterveyshuoltoa.

Mytkyn kehittämispäällikkö **Jukka Mäittälä** haluaa, että viljelijähuoltoa kehitetään osana muuta työterveyshuoltoa. Hän ei halua, että se viedään Melaan.

Työterveyslaitoksen yt-neuvottelut jatkuvat joulukuun puoliväliin. Mytkyn viiden henkilön porukalla on oma 500 000 euron budjettinsa.

37 prosenttia mukana työterveyshuollossa

Viljelijöiden määrä työterveyshuollossa vähenee. Osuus painuu nyt alle 37 prosentin, kun se oli 40 prosenttia kymmenen vuotta sitten.

Osa viljelijöistä putoaa pois, kun kunnat fuusioivat yksiköitään isoiksi yhteenliittymiksi. Sopimukset pitäisi uusia silloin.

”Julkinen työterveyshuolto markkinoi huonosti työterveyshuoltoa”, Huhtamäki arvostelee.

Viljelijä voi sopia työterveyshuoltonsa yksityisten terveysyhtiöiden kanssa. Niiden osuus on kymmenisen prosenttia markkinasta.

”Yksityisillä yrityksillä on mielenkiintoisia avauksia”, Huhtamäki kehuu.

JUHANI VIITALA

Työkyvyttömyyseläke edellyttää nykyisin kuntoutusselvitystä

Parikymmentä työkyvyttömyyseläkettä hakenutta viljelijää on passitettu lisäselvityksiin siitä, voidaanko hänet vielä kuntouttaa takaisin työelämään.

Laki muuttui tämän vuoden alusta. Työeläkelaitoksen pitää vielä eläkehakemuksen käsittelyn yhteydessä selvittää, voidaanko hakijaa kuntouttaa.

Maatalousyrittäjien eläkelaitos Mela tekee kuntoutusselvityksen kaikille hakijoille.

Hyvin harvalla on tässä vaiheessa edellytyksiä kuntoutukseen, eläkeyksikön päällikkö **Risto Syvälä** Melasta arvioi.

”Kuntoutusta pitää harkita riittävän ajoissa.”

Yli 60-vuotiaiden uudelleenkouluttamista harkitaan perusteellisesti. Nuorten edellytyksiä parantavat hyvä pohjakoulutus ja monipuolinen työkokemus.

Melan työeläkekuntoutus on ennaltaehkäisevää. Yleensä tarjotaan apuvälineitä, joiden avulla vakuutettu pystyy jatkamaan työssään.

Apuväline voi olla tärinää vähentävä traktorin ilmaistuin, pienkuormaaja tai rehunjakovaunu.

Liki sata vakuutettua koulutetaan uuteen ammattiin.

Myös mataan kuntoutusselvitys

Tapaturmavakuutuksen mata-kuntoutus on edelleen Melan ensisijaista kuntoutusta.

Matan ammatillinen kuntoutus voi olla suojainkuntoutusta tai avustusta tuotantosuunnan vaihtoon tai uuden yrityksen perustamiseen.

Matan lääkinnällinen kuntoutus taas on terapiaa tai apuvälineitä.

”Seuraamme tarkasti kuntoutettaviemme hoidon etenemistä”, tapaturmayksikön päällikkö **Jaana Laine** sanoo.

Myös mata-kuntoutus muuttuu ensi vuoden alussa niin, että kuntoutuksen tarve selvitetään kolmen kuukauden välein.

JUHANI VIITALA