

# **Työterveyshuollon toimintasuunnitelma**

## **Kannuksen kaupunki, YHTEISET**

01.01.2023-31.12.2027

## Yrityksen perustiedot

---

Yritys	Kannuksen kaupunki, YHTEISET Asematie 1 69100 KANNUS 06-8745 111 kannus.kaupunki@kannus.fi
Y-tunnus	0178455-6
Toimiala	84110, Julkinen yleishallinto
Tilikausi	01.01.-31.12.
Tapaturmavakuutusyhtiö	Pohjola Vakuutus Oy / TYÖTAPATURMA
Eläkevakuutusyhtiö	KEVA
Työterveyshuollon yhteyshenkilö	Mirja Yli-Arvo
Johtaja/vastuuhenkilö	Jussi Niinistö

## Työterveyshuolto

---

Palvelun järjestäjä	Työplus Yhtiöt Oy Mariankatu 26 67200 Kokkola +35868287360 info@tyoplus.fi www.tyoplus.fi
---------------------	--

Työterveyshuollon palveluiden tuottamiseen on myönnetty toimilupa 01.12.2016

Työterveyshuollon johtaja	Thomas Björk toimitusjohtaja +35868287360 thomas.bjork@tyoplus.fi
Potilasasiamies	Tina Sandström 0447232309 tina.sandstrom@soite.fi

### Yritykselle nimetty työterveyshuollon henkilöstö

Työplus Yhtiöt Oy, Kannus  
Asematie 1  
69100 Kannus  
puh. 068287360 tfn. 068287361  
info@tyoplus.fi

Työterveyslääkäri Joonas Nikula  
+35868287360  
joonas.nikula@tyoplus.fi  
Työterveyshuollon lain mukainen pätevyys: Koulutuksessa

Työterveyshoitaja Jonna Lappi  
+35868287360  
jonna.lappi@tyoplus.fi  
Työterveyshuollon lain mukainen pätevyys: Kyllä

### Muut palvelujen tuottajat

Palvelujen Kannuksen kaupunki on solminut SILMÄASEMAN kanssa sopimuksen antajat näönhuoltopalveluista. Silmäaseman näönhuoltosopimuksella varmistetaan henkilöstön työtehtävien kannalta riittävän hyvä ja turvallinen näkeminen (suojalasit, erityistyölasit).

Työnantaja korvaa työntekijälle erityistyölasit, jos tavanomaiset, yleiskäyttöön tarkoitetut ajantasaiset lasit eivät ole näyttöpäätetyöhön sopivat ja optikko/silmälääkäri toteaa, että työntekijä tarvitsee toiset, erilaiset lasit näyttöpäätetyöhön. Erityistyölasien hankinnan edellytyksenä on, että merkittävä osa työstä tehdään näyttöpäätettä käyttäen eli näyttöpäätetyötä tehdään vähintään 4 tuntia päivässä. Työntekijän tulee varmistaa esimieheltään täyttykö kriteerien mukainen näyttöpäätetyöaika. Ennen lasien hankintaa työfysioterapeutti selvittää työpisteen ergonomian ja pyrkii muuttamaan sen työntekijälle sopivaksi. Ellei ergonomisista muutoksista ole apua, työfysioterapeutti tekee katseluetäisyysmittaukset ja antaa lähetteen työnäkemiseen erikoistuneelle optikolle, joka toteaa erityistyölasien tarpeen. Työterveyshuollolle lähetettävästä palautteesta tulisi käydä ilmi, millä tavalla erityistyölasit eroavat yleislaseista. Erityistyölasit tulee uusia tarvittaessa näön tai työn asettamien näkövaatimusten muuttuessa. Kehyksistä korvataan 60 euroa kerran viidessä vuodessa. (Valtioneuvoston päätös näyttöpäätetyöstä (1405/1993)).

Työplussan toimipisteet:

Työplus Kannus  
Asematie 1, 69100 Kannus

Työplus Toholampi  
Sairaalantie 2, 69300 Toholampi

Työplus Kokkola  
Mariankatu 26, 67200 Kokkola

Työplus Port Tower  
Satamakatu 330

Työplus Pietarsaari  
Koulukatu 25-27, 68600 Pietarsaari

Työplus Uusikaarlepyy  
Pietarsaarentie 24 B, 66900 Uusikaarlepyy

Työplus Tunkkari  
Mäntöläntie 2, 69730 Tunkkari

Työplus Kruunupyy  
Säbräntie 1, 68500 Kruunupyy

Työplus Teerijärvi  
Hörbyntie 2, 68700 Teerijärvi

## **Työterveyshuollon sopimus ja sisältö**

---

Työterveyshuollon sairaanhoitosopimus

### **Ehkäisevän työterveyshuollon sisältö**

1. Perustyöpaikkaselvitykset, suunnatut selvitykset, työpaikkakäynit, terveydellisten riskien arvioinnit suosituksineen
2. Terveystarkastukset työuran eri vaiheissa yksilöllisine työhyvinvointisuunnitelmineen
3. Moniammatilliset työkykyarvioinnit (työterveyslääkäri, työterveyshoitaja, työfysioterapeutti, työterveyspsykologi)
4. Työfysioterapeutin ergonominen ja tuki- ja liikuntaelinongelmiin liittyvä neuvonta ja ohjaus sekä toimintakykytestaukset
5. Työfysioterapeutin suoravastaanotto

6. Työterveyspsykologin psykososiaaliset selvitykset, neuvonta ja ohjaus yksilöille ja työyhteisöille
7. Ammattitautien ja työperäisten sairauksien ehkäisy ja varhainen toteaminen
8. Työkyvyn ylläpitämisen varhainen tuki ja työhönpaluun tuki yhdessä yrityksen kanssa
9. Tietojen antaminen ja ohjaus, terveysneuvonta (työterveyslääkäri, työterveyshoitaja, työfysioterapeutti, työterveyspsykologi, ravitsemusterapeutti, sosiaalialan asiantuntija)
10. Työyhteisötoiminta, ryhmäohjaus työntekijöiden työhyvinvoinnin parantamiseksi ja työkyvyn ylläpitämiseksi.
11. Ensiapuvalmiuden ylläpitoon ja työtaturmien torjuntaan liittyvää ohjaus ja koulutus
12. Erikoislääkärin konsultaatiot ja magneettitutkimukset sisältyvät ennaltaehkäisevän työterveyshuollon palveluihin siltä osin kuin ne perustuvat työntekijän työterveyslääkärin arvioimaan tarpeeseen selvitetäessä työntekijän työkykyä ja kuntoutustarvetta

\* Yritys on sopinut työterveyshuollon YritysPlus-palvelun käytöstä henkilöstöhallinnon käyttöön sekä työterveyspalveluiden toteuttamisesta myös etävastaanottona OmaPlus-palvelun kautta.

\* Lakisääteiset työterveyspalvelut kuuluvat kaikille työntekijöille palvelusuhteen keston ajan.

## Sairaanhoidon sisältö

\* Kannuksen kaupungilla on sopimus työterveyspalveluiden toteuttamisesta myös etävastaanottona OmaPlus-palvelun kautta.

Työterveyshoitajan sairaanhoitopalvelut sekä yleislääkäritasoisien avosairaanhoidon tarpeellisine laboratorio- ja kuvantamistutkimuksineen.

Erikoislääkärin konsultaatiot ja magneettitutkimukset sisältyvät, kun ne perustuvat työntekijän työterveyslääkärin arvioimaan tarpeeseen selvitetäessä työntekijän työkykyä hoitovastuun säilyessä työterveyshuollossa.

Sopimukseen sisältyvät lisätutkimukset:

Ultraäänitutkimukset KYLLÄ  
Magneettitutkimukset KYLLÄ  
Tähystystutkimukset KYLLÄ  
Rasitusergometria (oma) KYLLÄ  
Holter-tutkimus (oma) KYLLÄ  
RR-vuorokausimittaus (oma) KYLLÄ  
Hermopinteen tutkiminen  
rannekanavasta/kyynärtaipeesta (oma) KYLLÄ  
ENMG(hermorata)-tutkimukset KYLLÄ  
Uniapnearekisteröinti (oma) KYLLÄ  
DEXA-luuntiheystutkimukset KYLLÄ  
Pienet toimenpiteet (oma) KYLLÄ  
Erikoislääkärin konsultaatiot KYLLÄ

Vapaa-ajan tapaturmien hoito EI KUULU työterveyshuoltosopimukseen.

Vapaa-ajan akuuttitapaturman hoidot ohjataan terveyskeskukseen. Työkyvyn uhan ollessa mahdollinen, yhteys työterveyshuoltoon.

Syöpäseulonnat, ehkäisy- ja vaihdevuosikontrollit sekä Papa-näytteet eivät sisälly työterveyshuoltosopimukseen.

Ajokorttilausunnot uusitaan vain ammattikuljettajille.

\* Sairaanhoidon palvelut kuuluvat päätoimisessa palvelusuhteessa oleville työntekijöille palvelusuhteen keston ajan. Palvelusuhte on päätoiminen silloin kun työntekijän työaika on vähintään 19h/viikko ja opettajalla 16h/viikko. Kansalaisopistoon työsuhteessa olevalle tntiopettajalle kuuluu sairaanhoidon palvelut, jos hän opettaa keskimäärin vähintään 14h viikossa ja työterveyshuoltoa ei ole muuta kautta järjestetty.

\* Sairaanhoidon palvelut eivät ole työntekijän käytettävissä silloin kun hän ei saa palkkaetuja työstä poissaolon vuoksi. Tällaisia poissaoloja ovat esim. opinto-, vuorottelu-, vanhempain-, hoitovapaa, lomautus tai muu harkinnanvarainen palkaton vapaa.

- Työntekijä voi olla poissa työstä esimiehen luvalla 1-3 päivää seuraavin syin: flunssa, vatsatauti, lääkärin toteama migreeni. Koronapandemian aika esimiehen luvalla voi olla pois

töistä 7 päivää.

- Työterveyshoitaja voi kirjoittaa sairauslomaa 1-5 pv
- Työfysioterapeutin suoravastaanotolla työfysioterapeutti voi kirjoittaa sairauslomaa 1-5 pv

Korvaavan työn malli ei ole vielä käytössä.

## Työsuojeluyhteistyö

---

### Työsuojeluyhteistyön tarkoitus ja tavoitteet

#### Tarkoitus

Hyvän työterveyshuoltokäytännön toteuttamiseksi työnantajan tulee toimia yhteistoiminnassa työntekijöiden tai heidän edustajiensa kanssa asioissa, jotka liittyvät työterveyshuollon järjestämiseen, sisältöön, laajuuteen ja työterveyshuollon vaikutusten arviointiin. Nämä lakisääteiset yhteistyömuodot on määritelty yhteistoiminta-, työsuojelu- ja työterveyshuoltolainsäädännössä sekä työehtosopimuksissa.

#### Tavoitteet

Työterveyshuollon tavoitteena on:

- terveellinen ja turvallinen työympäristö
- hyvin toimiva työyhteisö
- työntekijöiden työ- ja toimintakyvyn ylläpitäminen ja edistäminen
- työhön liittyvien sairauksien ehkäisy

### Työsuojeluyhdyshenkilöt

Työsuojelutoimikunta on valittu työpaikalle

Työsuojelupäällikkö Timo Himanka  
044 4745255  
varalla Teemu Mattila

Työsuojeluvaltuutettu Paula Mottinen, opetus ja varhaiskasvatus  
044 4745582  
1. vara Eija Kautto, 2. vara Marjaana Typpö

Työsuojeluvaltuutettu Satu Tervola, muut toimialat  
044 4745580

### Yhteistyö työsuojelun toimintaohjelmassa

Työterveyshuollon toimintasuunnitelma on osa työsuojelun toimintaohjelmaa tai muuta kehittämisohjelmaa

Työterveyshuolto osallistuu kutsuttaessa työsuojelutoimikunnan kokouksiin  
Työterveyshuolto osallistuu kutsuttaessa työsuojelutarkastuksiin työpaikalla

## Työterveyshuollon toiminnan seuranta

---

### Laadun ja vaikuttavuuden arviointi ja seuranta

Toimenpiteiden vaikuttavuutta työympäristössä ja työyhteisössä  
Työntekijöiden altistumista ja kuormittumista  
Työntekijöiden terveydentilaa ja työkykyä  
Työperäisiä (tapaturmat ja ammattitaudit) ja työhön liittyviä sairauksia  
Työntekijöiden sairauspoissaoloja  
Työterveyshuollon omia toimintatapoja (laatua)  
Tavoitteiden ja toimenpide-ehdotusten toteutumista  
Asiakastyytyväisyyttä

### Toimintasuunnitelman toteutumisen seuranta

Perusteellisesti uuden 3 - 5 vuotuiskauden alkaessa työpaikan ja työterveyshuollon yhteisneuvotteluissa  
Vuosittain 3 - 5 vuoden suunnittelujakson aikana

### Seuranta- ja arviointimenetelmät

## Dokumentointi

### **Tietojen dokumentointi tai tietojärjestelmä**

Työplussassa on käytössä Acute potilastietojärjestelmä.

### **Työterveyshuollon laatujärjestelmä**

Labqualityn SHQS- laaduntunnustus voimassa.

### **Seurannan ja arvioinnin dokumentointi**

Asiakaspalautteen kerääminen

Käynnin syy- raportti (toteutuneet työpaikkakäynnit, terveystarkastukset, työterveysneuvottelut)

Työterveyshuollon raportti, (sairauspoissaolot, kustannukset)

Jatkotoimenpideraportti (suositukset työkyvyn ylläpitämiseksi ja parantamiseksi)

Työterveyshuollon vaikuttavuustyökalu (työntekijöiden työkykyriskianalyysi)

Työterveyshuollon toimintasuunnitelman toteutuminen

Työterveyshuollon laatujärjestelmä / auditoinnit

## Työkyvyn hallinta ja varhainen tuki

---

### **Työkyvyn hallinnan, seurannan ja varhaisen tuen toteutus työpaikan ja työterveyshuollon yhteistyönä**

Työkyvyn varhaisen tukemisen malli käytössä

#### **Suunnitelma**

Työnantajalla on käytössä työkyvyn hallinnan, seurannan ja varhaisen tuen toimintamalli.

Varhainen tuki kohdistuu kaikkiin työntekijöihin ja erityisesti niihin, joilla on työkykyä uhkaavia riskitekijöitä ja sairauspoissaoloja.

Tällaisia ongelmia voivat olla esim. runsaat sairauspoissaolot (15 kalenteripäivää 4 kk aikana), toistuvat yksittäiset poissaolot omalla ilmoituksella (3 poissaolokertaa 4 kk aikana), työn sujumiseen liittyvät vaikeudet, epäily työkyvyn heikkenemisestä tai päihteiden väärinkäytöstä. Työkyvyn aktiivinen tuki- mallin pohjalta käydystä keskustelusta lähetetään kopio työntekijän luvalla työterveyshuoltoon. Jatkossa järjestetään tarpeen mukaan terveystarkastus tai työterveysneuvottelu.

#### **Työterveyshuollon vastuut**

Työterveyshuoltoon kuuluu osatyökykyisen työntekijän työssä selviytymisen seuranta ja edistäminen, kuntoutusta koskeva neuvonta sekä hoitoon tai lääkinnälliseen tai ammatilliseen kuntoutukseen ohjaaminen.

Työterveyshuolto on mukana suunniteltaessa työhön paluuta sairauslomalta.

Työterveyshuolto seuraa työntekijöiden työkykyä terveystarkastuksissa. Tarpeen mukaan pidetään työterveysneuvottelu, missä on mukana työntekijän ja työterveyshuollon lisäksi työnantajan edustajat.

Aloitteen työterveysneuvotteluun voi tehdä työntekijä, työnantaja tai työterveyshuolto.

Neuvotteluun osallistuvat työterveyshuollon edustajat (työterveyslääkäri, työterveyshoitaja ja tarvittaessa työterveyspsykologi/fysioterapeutti), työntekijä ja hänen esimiehensä sekä tarvittaessa henkilöstöpalveluiden edustaja.

Tarvittaessa mukaan kutsutaan työnantajan tai työntekijän edustajat kuten henkilöstöhallinnon edustaja, toimiala/vastuualuejohtaja, luottamusmies tai työsuojeluvaltuutettu.

#### **Työnantajan vastuut**

Työnantaja seuraa työntekijöiden työssä selviämistä ja jaksamista varhaisen tuen tarpeen tunnistamiseksi ja tuen antamiseksi. Työnantaja seuraa työntekijöiden poissaoloja.

Työnantaja järjestää mahdollisuuksien mukaan työntekijälle

- muutoksia työnkuvaan, jos työntekijällä on ongelmia työssä selviytymisessä
- kevennetyn työhön paluun sairausloman jälkeen, jos työterveyshuolto sitä suosittaa
- opastusta työtehtävissä tai koulutusta työssä suoriutumisen parantamiseksi

Työkykyongelmissa aloite voi tulla työnantajalta, työntekijältä tai työterveyshuollolta työterveysneuvottelun koolle kutsumiseksi

- jos työntekijällä on terveydellisistä syistä vaikeuksia työssä selviämisessä
- jos työntekijällä on päihdeongelma
- kun suunnitellaan työntekijän työhön paluuta

## Sairauspoissaolojen seuranta

Sairauspoissaolojen seurantamalli käytössä  
Korvaavan työn toimintamalli ei käytössä

### Työterveyshuollon vastuut

Työterveyshuollon raportti lähetetään 2 x vuodessa YritysPlus-palvelun kautta HR henkilöstölle. Raportti käydään läpi yhteisesti yrityksen vastuutiimin ja työnantajan edustajien kanssa ja sovitaan jatkotoimenpiteistä.

### Työnantajan vastuut

Työnantaja seuraa poissaoloja, ja on velvollinen ilmoittamaan työterveyshuoltoon kun työntekijällä täyttyy 30 sairauspoissaolopäivää 12 kuukauden aikana. Yrityksellä on sopimus muualla kirjoitettujen sairauspoissaolojen lähettämisestä työterveyshuoltoon, sisältäen omailmoitukset. Nämä kirjataan YritysPlussan kautta.

## Sairauspoissaolokäytäntö

### Ilmoittaminen poissaolosta

Omailmoitusmenettely on käytössä. Esimiehen luvalla sairauspoissaolo (1-3pv) on mahdollinen ja sitä on mahdollisuus käyttää seuraavissa sairausryhmissä: flunssa,vatsatauti, lääkärin toteama migreeni. Koronan vuoksi omailmoitus on 7 pvää.

Terveydenhoitaja voi kirjoittaa 1-5 päivän sairauspoissaolon tarvittaessa.

Työfysioterapeutti voi kirjoittaa suoravastaanotolta tarvittaessa 1-5 päivän sairauspoissaolon.

## Päihdehaittojen ehkäisy ja hallinta

Päihdetyön hoitoonohjausmalli käytössä

### Suunnitelma

Osatyökykyisyydessä voi olla kyse myös päihderiippuvuudesta. Työnantajalla on käytössä päihdeohjelma. Päihdeohjelma ohjeistaa esimiehiä päihteiden käytön puheeksiottamiseen ja toimenpiteiden käynnistämiseen.

### Työterveyshuollon vastuut

Vastaanottokäyntien yhteydessä seurataan työntekijöiden päihteidenkäyttöä.

Työterveyshoitaja toimii päihdeongelmaisten yhdyshenkilönä, jonka tehtävänä on päihdeongelmaisen työntekijän hoitoonohjaus sekä hoitoon ja hoidon seurantaan osallistuminen.

Alkoholin suurkulutuksen kartoittamiseksi voidaan ottaa tarvittavia laboratoriotestejä (pvk, maksa-arvot, CDT, B-Peth)

### Työnantajan vastuut

Työnantajan vastuut on kuvattuna päihdeohjelmassa.

Esimies on avainasemassa päihdeongelmien tunnistamisessa. Esimies vastaa siitä, että työpaikalla olevat työntekijät ovat työkuunnossa. Päihteiden vaikutuksen alainen tai epäilty henkilö viedään saattaen esimiehen tai hänen valtuuttamansa henkilön toimesta työterveyshuoltoon alkoholipuhallustestiin ja tarvittaessa huumausainetestiin.

## Yrityksen työterveystarpeiden ja toiminnan kuvaus

---

### Yrityksen toiminta

#### Kuvaus yrityksestä

Kannuksen kaupunkiorganisaatio muodostuu kaupunginhallituksen alaisesta elinvoima- ja konsernipalveluiden toimialasta, kasvatusta- ja opetuslautakunnan alaisesta kasvatusta- ja opetuspalveluiden toimialasta, hyvinvointipalveluiden lautakunnan alaisesta ja hyvinvointipalveluiden toimialasta sekä teknisten palveluiden lautakunnan alaisesta teknisten palveluiden toimialasta. Toimialat jakaantuvat tulosalueisiin. Tulosalueilla voi liäski olla toimintayksiköitä.

#### Kuvaus toiminnasta

Kaupunki järjestää asukkailleen palveluita ja tähtää toiminnassaan kuntalaisten hyvinvoinnin ja alueen elinvoiman edistämiseen.

Työnantajana Kannuksen kaupunki on arvotettu työnantaja, joka osaavalla johtamisella

huolehtii henkilöstönsä hyvinvoinnista.

Kannuksen kaupungin arvoja ovat rohkeus, yrittäjähenkisyys ja avoimuus.

## Henkilöstön kuvaus

### Henkilökunnan määrä

266

### Sukupuolijakauma

Miehet 53, 20%

Naiset 213, 80%

Vakinaiset 170, 64%

Määräaikaiset 96, 36%

Kokoaikaiset 203, 76%

Osa-aikaiset 29, 11%

Sivutoimiset 34, 13%

### Ikärakenne

0-19v miehiä 1, naisia 2

20-29v miehiä 3, naisia 19

30-39v miehiä 9, naisia 51

40-49v miehiä 14, naisia 52

50-59v miehiä 14, naisia 57

60-68v miehiä 9, naisia 32

68v- miehiä 3

### Kuvaus

Henkilöstön määrässä ei ole ollut viime vuosina merkittäviä muutoksia. Hyvinvointialueiden syntyminen vuoden 2023 alussa ei merkittävästi vaikuttanut henkilöstörakenteeseen, koska sote-alan henkilöstö on jo vuonna 2009 siirtynyt pois kaupungin palveluksesta.

TE-palvelut 2024 uudistuksen myötä TE-palvelut siirretään kuntiin tai useammasta kunnasta muodostuvalle yhteistoiminta-alueelle vuoden 2025 alusta lukien. Tällä uudistuksella ei ole merkittäviä henkilöstöön vaikuttavia muutoksia.

## Altisteet lisätietoineen (ammattinimikkeet tai muu kuvaus)

Fysikaaliset	Kiinteistö- ja yhdyskuntapalvelut (melu) Tila- ja tukipalvelut (melu)
Kemialliset	Kiinteistö- ja yhdyskuntapalvelut (pöly)
Biologiset	Varhaiskasvatus (bakteerit, virukset)
Fyysiset/ergonomiset	Kiinteistö- ja yhdyskuntapalvelut Tila- ja tukipalvelut Varhaiskasvatus
Psyykkiset	Elinvoima- ja konsernipalvelut Opetuspalvelut Varhaiskasvatus
Sosiaaliset	Elinvoima- ja konsernipalvelut Opetuspalvelut Varhaiskasvatus
Tapaturmavaara	Kiinteistö- ja yhdyskuntapalvelut Tila- ja tukipalvelut

## Toimintasuunnitelmakaudella ehkäistävät kuormitustekijät

Fysikaaliset

Kemialliset

Biologiset



Fyysiset/ergonomiset

Psyykkiset

Sosiaaliset

Tapaturmavaara

## **Yrityksen työterveystarpeet ja odotukset**

### **Työhön liittyvät tarpeet**

Psykososiaalinen kuormittuminen työssä tulee huomioida jatkossa merkittävänä työkykyä ja työhyvinvointia uhkaavana tekijänä erityistä sairastumisen vaaraa aiheuttavien altisteiden ohella.

Yleisesti muutoksien vaikutukset ja niihin liittyvä epävarmuus aiheuttavat haasteita työhyvinvoinnille.

### **Muuhun terveydenhuoltoon liittyvät tarpeet**

Kustannustehokkuuden huomioiminen työterveyshuoltokustannuksissa.

### **Odotukset työterveyshuollon toiminnalle**

Työterveyshuollon ja kaupungin yhteistyön tavoitteena on terveellinen ja turvallinen työympäristö, hyvin toimiva työyhteisö, työhön liittyvien sairauksien ehkäisy sekä työ- ja toimintakyvyn ylläpitäminen ja edistäminen.

> Painopiste ennaltaehkäisyssä (Kela I)

## **Työterveyshuollon painopistealueet**

---

### **Tavoitteet toimintasuunnitelmakaudella**

#### **Työterveyshuollon yleiset tavoitteet**

Työterveyshuollon ja yrityksen yhteistyön tavoitteena on terveellinen ja turvallinen työympäristö, hyvin toimiva työyhteisö, työhön liittyvien sairauksien ehkäisy sekä työ- ja toimintakyvyn ylläpitäminen ja edistäminen.

Henkilöstön terveystarpeiden määrittely ja priorisointi sekä tavoitteiden asettaminen perustuu tehtyihin työpaikkaselvityksiin, terveystarkastuksiin ja hyvän työterveyshuolto-käytännön mukaisen sairausvastaanoton pohjalta nousseisiin tietoihin.

Toimintasuunnitelman toteutuminen ja työterveystarpeet arvioidaan vuosittain yhteistyössä työnantajan ja työterveyshuollon kesken.

Työterveyshuolto toimii SHQS-laaturjärjestelmän mukaisesti.

#### **Tavoite**

Työterveyshuollon painopisteen siirtäminen ennaltaehkäisevään toimintaan.

- > Esimiesten ja työterveyshuollon välisen työterveysyhteistyön tehostaminen
- > Työfysioterapeutin suoravastaanottotoiminnan tehostaminen
- > Tule -ryhmien muodostamisen ja järjestämisen eTerveyskyselyistä nousseeseen tarpeeseen
- > Työfysioterapeutin työ- ja toimintakykytestit keskiraskaaseen - raskaaseen työhön tuleville
- > Huomion kiinnittäminen psykososiaalisiin kuormitustekijöihin, tässä käytetään myös työpsykologin asiantuntemusta

#### **Tavoite**

Sairauspoissaolojen kokonaismäärän väheneminen.

- > Varhaisen tuen mallin aktiivinen käyttö
- > Työterveyshuoltoon ohjaaminen etupainotteisesti, jo lievissä oireissa, ennakoiden
- > Työterveysneuvottelut varhaisessa vaiheessa
- > Esimiesroolin tukeminen

#### **Tavoite**

Työntekijöiden toiminta- ja työkyvyn ylläpitäminen.

- > Suunnitelmalliset terveystarkastukset ja niihin liittyvä neuvonta, ohjaus työfysioterapeutille jo lievissä oireissa

- > Terveysuunnitelman tekeminen
- > Työpaikkaselvitykset ja tarvittaessa suunnatut selvitykset

## **Tärkeimmät työterveydelliset haasteet, toiminnan painopisteet ja kehittämistarpeet**

### **Tavoitteet yksilöiden työhyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi**

Henkilöstön terveydenseuranta toteutetaan työterveyspaketin Työplus BASIC mukaisesti.

Henkilöstön terveydenseuranta toteutetaan eTerveys-kyselyllä, jonka pohjalta kohdennetaan terveystarkastukset kohonneessa tai korkeassa riskissä oleviin työntekijöihin.

Jokaiselle työntekijälle laaditaan henkilökohtainen terveysuunnitelma, jonka toteutumista seurataan säännöllisesti.

Yritys saa terveystarkastuksista yhteenvedon, jonka perusteella sovitaan jatkosuunnitelmista.

Työntekijöiden tukeminen terveyttä ja työkykyä edistävien elämäntapojen haltuunotossa. Työntekijöiden itsehoidon tukeminen; omasta kunnosta, hyvinvoinnista ja palautumisesta huolehtiminen.

### **Tavoitteet työolosuhteiden parantamiseksi**

Tavoitteena on, että selvityksistä nousseet toimenpide-ehdotukset johtaisivat työolosuhteiden parannuksiin. Työterveyshoitajan kanssa sovitaan seuranta.

Suunnatut selvitykset toteutetaan perusselvitysten tai työyhteisössä havaittujen tai työterveyshuollon käynneillä nousseiden tarpeiden pohjalta.

### **Tavoitteet työyhteisön toiminnan tukemiseksi**

Esimiesten tukeminen johtamisessa ja työhyvinvoinnin edistämisessä.

## **Työterveyshuoltoyhteistyön tavoitteet**

### **Yhteistyön tavoitteet**

Työterveyshuollon toimintasuunnitelma päivitetään vuosittain yhteisessä neuvottelussa.

Osavuosisiraportit lähetetään yritykselle 2 x vuodessa.

## **Suunniteltu toiminta**

---

### **Työpaikkaselvitykset**

#### **Sisältö**

Työterveyshuolto tutustuu työpaikan olosuhteisiin ja työhön työpaikkaselvitysten ja työpaikkakäyntien avulla. Näillä selvitetään työn fyysistä ja psykososiaalista kuormittavuutta sekä työntekijöiden altistumista työstä aiheutuville biologisille, kemiallisille tai fysikaalisille haitoille ja vaaroille. Työpaikkaselvityksiä ja määräaikaista terveystarkastuksia tehdään yksikkökohtaisen suunnitelman mukaan. Riskien arviointi tehdään työpaikalla työsuojelun toimesta ennen työpaikkaselvityskäyntiä.

ODUM-työpaikkaselvityskysely tehdään työyksikköön ennen työpaikkaselvityskäyntiä. Työpaikkaselvityskäyntejä tehdään työterveyshuollon osalta tarvearvioinnin pohjalta moniammatillisena tiiminä yhteistyössä työsuojeluorganisaation kanssa. Selvitysten pohjalta tehdään tarvittavat korjausehdotukset, annetaan ohjausta ja neuvontaa terveystarkastusten ehkäisemiseksi. Työn psykososiaalista kuormitusta arvioidaan työpaikkaselvityksissä. Tavoitteena on tunnistaa työntekijöiden ja esimiesten psyykkistä terveyttä ja työkykyä uhkaavat/ylläpitävät tekijät sekä antaa tietoja ja toimenpide-ehdotuksia selvityksessä havaituista puutteista. Työn psykososiaalisen kuormituksen terveydellistä merkitystä arvioidaan työpaikkaselvityksissä sekä työntekijöiden että esimiestyön osalta. Työfysioterapeutti tekee työpaikkakäyntejä tarpeen mukaan ja aina näyttöpäätetyöntekijöiden erityistyölasihankintojen yhteydessä. Työfysioterapeutti antaa tarvittaessa ergonomiakoulutusta henkilökunnalle tai ergonomiavastuuhenkilöille. Työterveyshuollon ammattihenkilöt osallistuvat pyydettyään alansa asiantuntijana työpaikkojen saneerausten ja uusien toimitilojen suunnitteluun.

#### **Perusselvitykset**

##### **Sisältö**

Työnantajan tekemät lakisääteiset riskiarvioinnit toimivat pohjana työpaikkaselvityksille.

Työterveyshuollon tekemä terveydellisen merkityksen - ja terveystarkastustarpeen arviointi

perustuu riskinarviointiin, tehtyyn työpaikkaselvitykseen sekä mahdollisiin työhygieenisiin mittauksiin.

## **Kohderyhmät**

2023

-

2024

\* Kaupunginvirasto (2019)

\* Kitinvapari (2019)

\* Noppa (2019)

2025

\* Päiväkodit: Mylläri, Lastentalo, Riihihovi, Vekkulit, Vesselit (2020)

\* Juhani vuorisen koulu ja lukio (2020)

\* Takalon koulu (2020)

\* Raasakan koulu - uusi koulu

\* Märsylän koulu (2020)

\* Roikolan koulu (2020)

2026

\* Pääkirjasto (2021)

\* Keittiöt: Kotiranta, TK-keittiö, jakokeittiöt (2021)

\* Kiinteistö- ja yhdyskuntapalvelut (2021)

## **Aikataulu**

01.01.2023-31.12.2026

## **Suunnatut selvitykset ja erillisselvitykset**

### **Sisältö**

Suunnattuja selvityksiä tehdään, jos perustyöpaikkaselvityksessä ilmenee tarvetta terveydellisten olosuhteiden tarkempaan arviointiin. Suunnattuja selvityksiä voidaan tehdä myös terveystarkastuksien, tai muiden työterveyshuollon ammattihenkilöiden kontaktien, yhteydessä esille nousseiden tarpeiden pohjalta. Työterveyshuollon asiantuntijoita käytetään tarpeen mukaan selvitysten toteuttamisessa.

Työfysioterapeutti osallistuu perustyöpaikkaselvityksiin ja tekee suunnattuja, ergonomisia työpaikkaselvityksiä, joissa arvioidaan työn fyysistä kuormittavuutta, työolosuhteita ja ergonomiaa. > Näyttöpäätelasiohjeistus sivulla 2

Työterveyspsykologi tekee suunnattuja työpaikkaselvityksiä psyykkisten ja sosiaalisten kuormitustekijöiden selvittämiseksi.

Työn psykososiaalisten kuormitustekijöiden arviointi voidaan tehdä eri menetelmiä käyttäen. Suunnattu selvitys on tukena työhyvinvoinnin edistämisessä.

## **Terveystarkastukset**

### **Sisältö**

Terveystarkastus tehdään työntekijälle, kun hän aloittaa työn sekä määrävälein tarvittaessa. Tarkastuksen sisältö määräytyy työntekijän terveyden, työolosuhteiden sekä työn vaatimusten perusteella. Ennen terveystarkastusta työntekijä täyttää ODUM-hyvinvointikyselyn. Terveystarkastuksesta laaditaan työterveyssuunnitelma. Työntekijä voi halutessaan pyytää terveydentilan tarkastusta tai työn kuormittavuuden arviointia.

Henkilöstön terveydenseuranta toteutetaan työterveyspaketin Työplus BASIC mukaisesti.

Henkilöstön terveydenseuranta toteutetaan eTerveys-kyselyllä, jonka pohjalta kohdennetaan terveystarkastukset kohonneessa tai korkeassa riskissä oleviin työntekijöihin. Jokaiselle työntekijälle laaditaan henkilökohtainen terveyssuunnitelma, jonka toteutumista seurataan säännöllisesti. Yritys saa terveystarkastuksista yhteenvedon, jonka perusteella sovitaan jatkosuunnitelmista.

BASIC

> Sähköinen eTerveys-kysely toteutetaan 3 vuoden välein

> Kohdennettu terveystarkastus tai kohdennettu etäterveystarkastus tehdään 3 vuoden välein korkeassa ja kohonneessa riskissä oleville työntekijöille

> Työntekijä saa henkilökohtaisen palautteen, joka ohjaa varaamaan terveystarkastusajan joko

työterveyshoitajalle tai työfysioterapeutille, henkilöriskin tulosten perusteella  
> eTerveys seurantakysely n. 6kk kuluttua terveystarkastuksesta (etäseuranta joko puhelimitse tai videovastaanottona)

### **Menetelmät**

Työterveyshoitajan, työfysioterapeutin, työterveyslääkärin terveystarkastus.  
Työterveyspsykologin tarkastus tarvittaessa.  
Terveystarkastukset toteutetaan moniammatillisena yhteistyönä.

Työfysioterapeutin yksilövastaanotolla työfysioterapeutti tutkii ja arvioi fyysistä toimintakykyä työn näkökulmasta suorittaen tarvittaessa tuki- ja liikuntaelimistön toimintakykytestejä (Tuletestit, aerobiset testit, Hyvinvointianalyysi). Yksilöohjauksessa annetaan neuvoja ja ohjeita tuki- ja liikuntaelimistön hyvinvoinnin edistämiseksi sekä työ- ja toimintakyvyn ylläpitämiseksi.

Työterveyspsykologin vastaanotolla työpsykologi arvioi psyykkistä työ- ja toimintakykyä. Arvioinnissa käytetään hyväksi kaikkea toimintakyvystä saatua taustatietoa ja tehdään kattava työhistoriaa ja nykyistä tilaa kartoittava haastattelu. Tarvittaessa tehdään kognitiivisen suoriutumisen arviointi tai laajempi psyykkisen työkyvyn kokonaistutkimus kyky- ja persoonallisuustesteineen.

Sosiaalialan asiantuntijan arviota hyödynnetään osatyökykyisten työssä jatkamiseen ja selviytymiseen liittyen.

Jalkaterapeutin ja ravitsemusterapeutin palveluita ei tässä vaiheessa oteta vielä käyttöön.

### **Työhönsijoitustarkastukset**

#### **Sisältö**

Työhönsijoitustarkastus tehdään kaikille vakinaiseen työ- ja virkasuhteisiin tuleville työntekijöille neljän kuukauden kuluessa palvelusuhteen alkamisesta. Tarkastus tehdään myös yli 12 kuukautta kestävään määräaikaiseen palvelussuhteeseen tuleville uusille työntekijöille ja tarvittaessa alle 12 kuukautta kestävään määräaikaiseen palvelussuhteeseen tuleville työntekijöille.

#### **Erityisen sairastumisen vaaran perusteella**

##### **Sisältö**

Alkutarkastus tehdään ennen töiden aloittamista tai viimeistään 1kk kuluessa töiden alkamisesta. Työnantaja vastaa alkutarkastukseen lähettämisestä.

- > Työterveyshoitajan terveystarkastus, esitietona eTerveys-kysely
- > Verenpaineen mittaus
- > Paino, pituus, BMI, Kehonkoostumusmittaus
- > Keuhkojen toimintakokeet tarvittaessa
- > Kuulon tutkiminen tarvittaessa
- > Näön tutkiminen tarvittaessa
- > Laboratoriotutkimukset: perusverenkuva (PVK), paastoverensokeri (fS-Gluk), HbA1C, verenrasva-arvot (fS-Kol) sekä maksakoe (S-GT)
- > Työfysioterapeutin toimintakykytestit fyysisesti raskasta ja keskiraskesta työtä tekeville (tuki- ja tilapalvelut, kiinteistö- ja yhdyskuntapalvelut, varhaiskasvatus). Seuranta ja jatko-toimenpiteet (heikon kuntoluokan omaavat kontrolliin, ryhmäohjaus)
- > Rokotussuojan tarkastaminen. Perusrokotuksena jäykkäkouristus-kurkkumätäkrokote (Tetanus-d)
- > Työhön liittyvä rokotesuoja: kiinteistöhuollon työntekijöille hepatiitti-B rokote ja puutarhurille puutiaisaivuumerokote, TBE. Päiväkodin työntekijöille MPR ja vesirokkorokotesuoja.
- > Työterveyslääkärin terveystarkastus ja lausunto työhönsopivuudesta

#### **Kohderyhmät**

Kiinteistö- ja yhdyskuntapalvelu  
Tila- ja tukipalvelut  
Varhaiskasvatus

#### **Menetelmät**

TYÖFYSIOTERAPEUTIN TARKASTUSPAKETTI keskiraskeeseen ja raskaaseen työhön tulevalle:  
-Koettu tasapaino  
-Selän sivutaivutus  
-Eteentaivutus  
-Hartiaseudun liikkuvuus

- Puristusvoimat
- Yläraajojen dynaaminen toistotesti
- Alaraajojen 30s toistotesti
- Vatsalihasten 30s toistotesti
- Kestävyyskuntotesti polkupyöräergometri

#### **Seuranta**

Erityistä sairastumisen vaaraa aiheuttavissa töissä terveystarkastus toteutetaan 1-3 vuoden välein (Vna 1484 /2001)

#### **Muut työhönsijoitustarkastukset**

##### **Sisältö**

Työhönsijoitustarkastus ei -altistavaan työhön tullessa.

- > Työterveyshoitajan terveystarkastus, esitietona eTerveys-kysely
- > Verenpaineen mittaus
- > Paino, pituus, BMI, Inbody-mittaus
- > Keuhkojen toimintakokeet tarvittaessa
- > Kuulon ja näön tutkiminen tarvittaessa
- > Laboratoriotutkimukset: perusverenkuva (PVK), paastoverensokeri (fS-Gluk), HbA1C, verenrasva-arvot (fS-Kol) sekä maksakoe (S-GT) tarvittaessa
- > Rokotussuojan tarkistaminen
- > Tarvittaessa työfysioterapeutin, työpsykologin terveystarkastus
- > Tarvittaessa työterveyslääkärin terveystarkastus

##### **Kohderyhmät**

Toimistotyöntekijät, toimihenkilöt  
Opetuspalvelut

#### **Terveydenseurantatarkastukset**

##### **Sisältö**

Henkilöstön terveydenseuranta toteutetaan työterveyspaketin Työplus BASIC mukaisesti.

Henkilöstön terveydenseuranta toteutetaan eTerveys-kyselyllä, jonka pohjalta kohdennetaan terveystarkastukset kohonneessa tai korkeassa riskissä oleviin työntekijöihin. Jokaiselle työntekijälle laaditaan henkilökohtainen terveyssuunnitelma, jonka toteutumista seurataan säännöllisesti. Yritys saa terveystarkastuksista yhteenvedon, jonka perusteella sovitaan jatkosuunnitelmista.

##### **BASIC**

- > Sähköinen eTerveys-kysely toteutetaan 3 vuoden välein
- > Kohdennettu terveystarkastus tai kohdennettu etäterveystarkastus tehdään 3 vuoden välein korkeassa ja kohonneessa riskissä oleville työntekijöille
- > Työntekijä saa henkilökohtaisen palautteen, joka ohjaa varaamaan terveystarkastusajan joko työterveyshoitajalle tai työfysioterapeutille, henkilöriskin tulosten perusteella
- > eTerveys seurantakysely n. 6kk kuluttua terveystarkastuksesta (joko puhelimitse tai videovastaanottona)

##### **Kohderyhmät**

Koko henkilöstö

#### **Erityisen sairastumisen vaaran perusteella**

##### **Sisältö**

Erityistä sairastumisen vaaraa aiheuttavissa töissä terveystarkastus toteutetaan 1-3 vuoden välein (Vna 1484 /2001)

- > Työterveystarkastuksen sisältö määritetään altisteen mukaan (työterveyshoitajan terveystarkastus)
- > Työfysioterapeutin terveystarkastus tarvittaessa
- > Työterveyslääkärin terveystarkastus ja työhönsopivuuslausunto
  
- > Työterveyshoitajan terveystarkastus, esitietona eTerveys-kysely
- > Verenpaineen mittaus
- > Paino, pituus, BMI, Kehonkoostumusmittaus
- > Keuhkojen toimintakokeet tarvittaessa (pöly, kemikaalit)

- > Kuulon tutkiminen tarvittaessa (melu)
- > Näön tutkiminen tarvittaessa
- > Laboratoriotutkimukset: perusverenkuva (PVK), paastoverensokeri (fS-Gluk), HbA1C, verenrasva-arvot (fS-Kol) sekä maksakoe (S-GT)
- > Työfysioterapeutin toimintakykytestit fyysisesti raskasta ja keskiraskasta työtä tekeville (tuki- ja tilapalvelut, kiinteistö- ja yhdyskuntapalvelut, varhaiskasvatus). Seuranta ja jatkotoimenpiteet (heikon kuntoluokan omaavat kontrolliin, ryhmäohjaus)
- > Rokotussuojan tarkastaminen. Perusrokotuksena jäykkäkouristus-kurkkumätäkoke (Tetanus-d)
- > Työhön liittyvä rokotesuoja: kiinteistöhuollon työntekijöille hepatiitti-B rokote ja puutarhurille puutiaisaivokuumerokote, TBE. Päiväkodin työntekijöille MPR ja vesirokkorokotesuoja.
- > Työterveyslääkärin terveystarkastus ja lausunto työhönsopivuudesta

#### **Kohderyhmät**

Kiinteistö- ja yhdyskuntapalvelu  
Tila- ja tukipalvelut  
Varhaiskasvatus

#### **Muut terveystarkastukset**

##### **Sisältö**

- > Sähköinen eTerveys-kysely toteutetaan 3 vuoden välein
- > Kohdennettu terveystarkastus tai kohdennettu etäterveystarkastus tehdään 3 vuoden välein korkeassa ja kohonneessa riskissä oleville työntekijöille
- > Työntekijä saa henkilökohtaisen palautteen, joka ohjaa varaamaan terveystarkastusajan joko työterveyshoitajalle tai työfysioterapeutille, henkilöriskin tulosten perusteella
- > Työterveyshoitajan terveystarkastus, esitietona eTerveys-kysely
- > Verenpaineen mittaus
- > Paino, pituus, BMI, Inbody-mittaus
- > Keuhkojen toimintakokeet tarvittaessa
- > Kuulon ja näön tutkiminen tarvittaessa
- > Laboratoriotutkimukset: perusverenkuva (PVK), paastoverensokeri (fS-Gluk), HbA1C, verenrasva-arvot (fS-Kol) sekä maksakoe (S-GT) tarvittaessa
- > Rokotussuojan tarkistaminen
- > Tarvittaessa työfysioterapeutin, työpsykologin terveystarkastus
- > Tarvittaessa työterveyslääkärin terveystarkastus

#### **Kohderyhmät**

Toimistotyöntekijät, toimihenkilöt  
Opetuspalvelut

#### **Vajaakuntoisuuden ja työkyvyn arviointiin ja seurantaan liittyvät terveystarkastukset**

##### **Sisältö**

Osatyökykyisellä henkilöllä on jo havaittu työkyvyn lasku, jota seurataan. Taustalla voi olla olennaisesti työkykyyn vaikuttava sairaus, oire tai vamma. Tarvittaessa ohjelmoidaan työterveysneuvottelu sekä laaditaan kuntoutussuunnitelma. Tavoitteena on saada osatyökykyinen työntekijä palaamaan työhön. Moniammatillinen tiimi, johon voivat kuulua lääkärin ja työterveyshoitajan lisäksi työfysioterapeutti, työterveyspsykologi arvioivat ja seuraavat osatyökykyisen työntekijän työkykyä terveystarkastuksien, vastaanottokäyntien ja työpaikkakäyntien yhteydessä ja tekevät ehdotuksia koskien työn ja työolosuhteiden muutoksia, joilla tuetaan osatyökykyisen työntekijän työssä selviytymistä. Osatyökykyisen työkyvystä ja työssä selviytymisestä keskustellaan esimiehen kanssa työterveysneuvotteluissa. Tarvittaessa osatyökykyinen työntekijä ohjataan hoitoon tai kuntoutukseen sekä arvioidaan uudelleensijoituksen tarpeellisuutta tai korvaavaa työtä.

#### **Kohderyhmät**

Osatyökykyiset

#### **Toteuttajat**

Työterveyshoitaja, työfysioterapeutti, työterveyslääkäri sekä tarvittaessa muut työterveyshuollon asiantuntijat

#### **Menetelmät**

Työkyvyn arviointi moniammatillisesti tarvittavin menetelmin esim. hyvinvointianalyysi, tulo-toimintakykytestit, psykologin testaukset



## Tietojen antaminen ja ohjaus

### Sisältö

Työterveyshuolto neuvoo ja ohjaa työnantajaa ja työntekijöitä ehkäisemään työstä, työolosuhteista tai työympäristöstä aiheutuvia vaaroja ja haittoja ja suojautumaan niiltä. Työterveyshuollon ammattihenkilöt ja asiantuntijat antavat neuvontaa ja ohjausta työmenetelmien, työympäristön ja työyhteisön toimivuuden kehittämiseksi. Neuvontaan kuuluu myös terveystieteiden ja ohjaus terveyden edistämiseksi ja ylläpitämiseksi sekä tietoja ja neuvontaa työhön, työympäristöön ja elintapoihin liittyvistä terveyttä edistävästä tekijöistä.

### Ryhmän neuvonta ja ohjaus

#### Sisältö

Ryhmämuotoinen toiminta toteutetaan tarvittaessa moniammatillisena. Työyhteisötasolla toteutetaan ohjausta ja neuvontaa sekä järjestetään luentoja terveyteen, työkykyyn, fyysiseen toimintakykyyn ja liikuntaan liittyen tavoitteena työhyvinvoinnin tukeminen ja sen edistäminen.

Kannuksen kaupungin työntekijöillä on mahdollisuus osallistua Työplussan tarjoamiin erilaisiin työkykyä tukeviin ja työhyvinvointia ylläpitäviin ryhmiin. Avokuntoutuskursseja järjestetään työntekijöille sekä esimiehille mm. tuki- ja liikuntaelinryhmät (niska, olka, selkä), työterveyshuollon ammattihenkilöiden ja asiantuntijoiden tarvearvion perusteella.

- > Työnantaja kustantaa ryhmätoimintoihin osallistumiset.
- > Työplussan järjestämiin ryhmiin voidaan osallistua työterveyshuollon suosituksesta.
- > Ryhmätoimintoihin osallistuminen on työaika. Työnantaja maksaa osallistumismaksun.

#### Menetelmät

Työfysioterapeutti:

Työfysioterapeutti antaa työergonomiaa sekä tuki- ja liikuntaelimestön kuormitustekijöitä koskevaa ohjausta ja neuvontaa sekä osallistuu alansa asiantuntijana kuntoutustarpeen arviointiin.

Työfysioterapeutti voi antaa ryhmäohjausta niskaryhmässä, selkäryhmässä sekä muiden TULEoireisten liikuntaryhmässä. Tarvittaessa järjestetään kävely-, lihaskunto-, liikkuvuus- ja polkupyöräergometritestit. Työntekijät ohjautuvat ryhmiin työterveyshuollon vastaanottokäynnillä tapahtuneen arvion perusteella.

Työterveyspsykologi:

Henkinen ensiapu onnettomuus- ja läheltä piti-tilanteissa.

Osallistuminen työpaikkaselvityksiin tarvearvion mukaan. Lisäksi suunnatut selvitykset, työyhteisön toimivuus, psyykkisen/sosiaalisen työnkuormituksen arviointi työterveyden ammattihenkilön suosituksesta.

Psykologin konsultaatiomahdollisuus työyhteisön muutostilanteissa tai esimiestyön tueksi 1- 5 kertaa.

Ryhmäohjaus työyksikölle esimerkiksi ristiriitatilanteissa

Ryhmätyönohjaus

Esimiesten tukeminen

### Yksilön neuvonta ja ohjaus

#### Sisältö

Työterveyshuolto neuvoo ja ohjaa työntekijöitä ehkäisemään työstä, työolosuhteista tai työympäristöstä aiheutuvia vaaroja ja haittoja ja suojautumaan niiltä. Neuvontaan kuuluu terveystieteiden ja ohjaus terveyden edistämiseksi ja ylläpitämiseksi sekä tietoja ja neuvontaa työhön, työympäristöön ja elintapoihin liittyvistä terveyttä edistävästä tekijöistä.

#### Toteuttajat

Työterveyshuollon ammattihenkilöt ja asiantuntijat

#### Menetelmät

Työfysioterapeutti:

Fysioterapeuttien suoravastaanottoajat on tarkoitettu asiakkaille, joilla on akuutti työkykyyn vaikuttava tuki- ja liikuntaelinoire. Suoravastaanotolla on tavoitteena ohjata heti oireilun alkuvaiheessa itsehoitoon, nopeuttaa kuntoutumisen käynnistymistä sekä oireilun ja sairauspoissaolon pitkittymisen ehkäisy.

Fyysiset toimintakykytestit, hyvinvointianalyysi.

Työterveyspsykologi:

Psykologin neuvonta- ja ohjauskäynnit 1-5 x vuodessa. Tarvittaessa esimiehen luvalla käyntimäärää voi lisätä.

## **Työkykyä ylläpitävä toiminta**

### **Sisältö**

Työterveyshuolto suunnittelee ja toteuttaa työkykyä ylläpitävää toimintaa yhdessä työpaikan kanssa.

### **Toteuttajat**

Työterveyshuollon tiimi

### **Menetelmät**

Yhteiset palaverit

## **Työyhteisötyö**

### **Sisältö**

Työnantaja/Esimies vastaa työyksikön toiminnasta, tuloksista ja toiminnan kehittamisestä. Työterveyshuolto tukee esimiestä ja työyhteisöä työhyvinvoinnin edistämässä ja antaa asiantuntija-apua erilaisissa muutos- ja ongelmatilanteissa.

### **Toteuttajat**

Työterveyshuollon tiimi

### **Menetelmät**

Yhteiset palaverit

### **Seuranta**

Tarvearvion mukaan

## **Ensiapuvalmiuden ylläpito**

### **Sisältö**

Ylläpito ja työtapaturmien torjunta suunnitellaan yhdessä työsuojeluorganisaation kanssa. Työpaikalla tulee olla vähintään 5 %:lla ensiapu I -tasoinen koulutus. Ensiapuvalmiuden ja riittävän ea-koulutuksen kartoittamisesta huolehtivat esimiehet.

### **Ensiapukoulutus**

#### **Sisältö**

Työnantaja järjestää itse ja/tai ostaa koulutuksen valitsemaltaan palveluntuottajalta.

### **Ensiapuvälineistö**

#### **Sisältö**

Työterveyshuolto toimii asiantuntijana riittävän ensiapuvälineistön hankinnassa.

## **Sairaanhoito ja muu terveydenhuolto**

### **Sisältö**

Työterveyshuollossa noudatetaan hyvän työterveyshuoltokäytännön mukaista työterveyshuoltopainotteista sairaanhoitoa (sivu 1)

## **Allekirjoitus**

---

### **Toimintasuunnitelma on hyväksytty**

#### **Työterveyshuollon edustaja**

30.11.2022

Päiväys

\_\_\_\_\_  
Jonna Lappi

#### **Työnantajan edustaja**



\_\_\_ . \_\_\_ . 20\_\_

Päiväys

Niinistö Jussi , Yli-Arvo Mirja