

**Työterveyshuollon toimintasuunnitelma**  
**Kannuksen kaupunki, YHTEISET**

01.01.2023-31.12.2027

## Yrityksen perustiedot

---

Yritys	Kannuksen kaupunki, YHTEISET Asematie 1 69100 KANNUS 06-8745 111
Y-tunnus	0178455-6
Toimiala	84110, Julkinen yleishallinto
Tilikausi	01.01.-31.12.
Tapaturmavakuutusyhtiö	Pohjola Vakuutus Oy / TYÖTAPATURMA
Eläkevakuutusyhtiö	KEVA
Työterveyshuollon yhteyshenkilö	-
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	Anu Haapasalo toimitusjohtaja +35868287360 anu.haapasalo@tyoplus.fi
---------------------------	--

Potilasasiamies	Anne-Mari Furu 044 723 2309 anne-mari.furu@soite.fi
-----------------	---

## Yritykselle nimetty työterveyshuollon henkilöstö

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

Työterveyshoitaja	Johanna Eskola +35868287360 johanna.eskola@tyoplus.fi Työterveyshuollon lain mukainen pätevyys: Kyllä
-------------------	--

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

Työterveyshoitaja	Jonna Lappi +35868287360
-------------------	-----------------------------

jonna.lappi@tyoplus.fi

Työterveyshuollon lain mukainen pätevyys: Kyllä

Työterveyslääkäri

Joonas Nikula  
+35868287360

joonas.nikula@tyoplus.fi

Työterveyshuollon lain mukainen pätevyys: Kyllä

Työfysioterapeutti

Hanna-Maria Erkkilä  
+35868287360

hanna-maria.erkkila@tyoplus.fi

Työterveyshuollon lain mukainen pätevyys: Kyllä

Työterveyspsykologi

Heidi Ruohotie  
+35868287360

heidi.ruohotie@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. Matalan kynnyksen mielen hyvinvoinnin palvelut
11. Työyhteisötoiminta, ryhmäohjaus työntekijöiden työhyvinvoinnin parantamiseksi ja työkyvyn ylläpitämiseksi.
12. Ensiapuvalmiuden ylläpitoon ja työtapaturmien torjuntaan liittyvää ohjaus ja koulutus
13. 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.

\* Influenssarokotukset eivät kuulu sopimussisältöön.

PÄIVITETTY TOIMINTASUUNNITELMAA 18.2.2026

### 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 terveystieteiden keskuskeskukseen. 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. Palvelusuhteeseen 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.
- Työterveyshoitaja voi kirjoittaa sairauslomaa 1-5 pv
- Työfysioterapeutin suoravastaanotolla työfysioterapeutti voi kirjoittaa sairauslomaa 1-5 pv

Korvaavan työn mallin käyttöönottoa selvitetään.

## 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 Anssi Loukko

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

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**

Itsearviointi  
Asiakastyytyväisyyskysely

### **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 tarvittaessa 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.

Terveydenhoitaja voi kirjoittaa 1-5 päivän sairauspoissaolon tarvittaessa.

Työfysioterapeutti voi kirjoittaa suoravastaanotolta tarvittaessa 1-5 päivän sairauspoissaolon.

## **Päihdehaittojen ehkäisy ja hallinta**

Päihdetyön hoitonojhausmalli käytössä

### **Suunnitelma**

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

### **Työterveyshuollon vastuut**

Vastaanottokäyntien yhteydessä seurataan työntekijöiden päihteidenkäyttöä.

Työterveyshoitaja toimii päihdeongelmaisten yhdyshenkilönä, jonka tehtävänä on päihdeongelmaisen työntekijän hoitonojhaus 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.

Esihenkilö on avainasemassa päihdeongelmien tunnistamisessa. Esihenkilö vastaa siitä, että työpaikalla olevat työntekijät ovat työkunnossa. 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, kasvatus- ja opetuslautakunnan alaisesta kasvatus- 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 arvostettu työnantaja, joka osaavalla johtamisella huolehtii henkilöstönsä hyvinvoinnista.

Kannuksen kaupungin arvoja ovat rohkeus, yrittäjähenkisyys ja avoimuus.

### **Henkilöstön kuvaus**

#### **Henkilökunnan määrä**

270

#### **Ikärakenne**

Korvausluokka I = 270

Korvausluokka II = 270 - 38 (kansalaisopiston opettajat) - 2 (osa-aikaiset, ei päätoimiset) = 230

Elinvoima- ja konsernipalvelut 8, keski-ikä 55,88

Kasvatus- ja opetuspalvelut 152, keski-ikä 45,03

Hyvinvointipalvelut 67, keski-ikä 49,33

Tekniset palvelut 43, keski-ikä 48,67

Vakinaiset 179, 66,3%

Määräaikaiset 91, 33,7 %

Kokoaikaiset 195, 72,2 %

Osa-aikaiset 36, 13,3 %

Sivutoimiset 39, 14,5 %

#### **Ikä Lukumäärä %-osuus**

Alle 30 31 11,5

30-34 17 6,3

35-39 32 11,9

40-44 34 12,6

45-49 34 12,6

50-54 33 12,2

55-59 37 13,7

60-64 36 13,3

65 - 16 5,9

Kannuksen kaupungin työntekijöiden keski-ikä 47

### **Altisteet lisätietoineen (ammattinimikkeet tai muu kuvaus)**

Fysikaaliset	Kiinteistö- ja yhdyskuntapalvelut (melu) Tila- ja tukipalvelut (melu)
Kemialliset	Kiinteistö- ja yhdyskuntapalvelut (pöly, kemikaalit)
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 painopiste ennaltaehkäisevässä toiminnassa.

- > Esihenkilöiden ja työterveyshuollon välisen työterveysyhteistyön tehostaminen
- > Työfysioterapeutin suoravastaanottotoiminta
- > Tule -ryhmien muodostamien ja järjestämien eTerveyskyselyistä nousseeseen tarpeseen
- > Työfysioterapeutin työ- ja toimintakykytestit keskiraskaaseen - raskaaseen työhön tuleville
- > Huomion kiinnittäminen psykososiaalisiin kuormitustekijöihin, tässä käytetään myös työpsykologin asiantuntemusta

### **Tavoite**

Sairauspoissaolojen hallinta.

- > Varhaisen tuen malli, työkykytyökalun aktiivinen käyttö
- > Työkykytyökalun perehdyttäminen
- > Työterveyshuoltoon ohjaaminen etupainotteisesti, jo lievissä oireissa, ennakoiden
- > Työterveysneuvottelut varhaisessa vaiheessa
- > Esihenkilöroolin 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**

Esihenkilöiden tukeminen johtamisessa ja työhyvinvoinnin edistämisessä.

Yhteisten palaverien järjestäminen.

## **Työterveyshuoltoyhteistyön tavoitteet**

### **Yhteistyön tavoitteet**

Työterveyshuollon toimintasuunnitelma päivitetään vuosittain yhteisessä neuvottelussa. Osavuosisraportit 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.

Sähköinen 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 pyydettyä 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 työhygienisiin mittauksiin.

### **Kohderyhmät**

2024

- \* Kitinvapari (2019)
- \* Noppa (2019)
- \* Yläri
- \* Takalon koulu (2020)
- \* Raasakan koulu - uusi koulu
- \* Roikolan koulu (2020)

2025

- \* Päiväkodit: Mylläri, Lastentalo, Riihihovi, Vekkulit, Vesselit, esiopetus
- \* Juhani vuorisen koulu ja lukio (2020)
- \* uusi keittiö Raasakan koululla, Rapsakka

2026

- \* Pääkirjasto (2021)
- \* Keittiöt: jakokeittiöt (2021)
- \* Tekniset palvelut, kiinteistö- ja yhdyskuntapalvelut (2021)
- \* Kaupunginvirasto

2027

### **Aikataulu**

01.01.2026-31.12.2026

### **Toteuttajat**

Työterveyshoitaja, työfysioterapeutti, työterveyslääkäri

## **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.

### **Kohderyhmät**

\* Raasakan koulun tekninen opetusluokka

## **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 sähköisen 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 etäterveysarkastus tehdään 3 vuoden välein korkeassa ja kohonneessa riskissä oleville työntekijöille
- > Työntekijä saa henkilökohtaisen palautteen, joka ohjaa varaamaan terveystarkastusajan joko työterveyshoitajalle tai työfysioterapeutille, henkilörisikin tulosten perusteella
- > Seurantatarkastus on n. 6kk kuluttua terveystarkastuksesta tarvittaessa (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 liikuntaelimestön toimintakykytestejä (Tuletestit, aerobiset testit, Hyvinvointianalyysi). Yksilöohjauksessa annetaan neuvoja ja ohjeita tuki- ja liikuntaelimestön 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.

Ruoka- ja puhdistuspalveluiden työntekijöille jalkaterapeutin käynti lääkärin läheteellä, ei sisällä yksilöllisiä tukipohjallisia.

Ravitsemusterapeutin palveluita ei tässä vaiheessa oteta 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 mitta
- > 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 keskiraskasta työtä tekeville (tuki- ja tilapalvelut, kiinteistö- ja yhdyskuntapalvelut, varhaiskasvatus). Seuranta ja jatkotoimenpiteet (heikon kuntoluokan omaavat kontrolliin, ryhmäohjaus)
- > Rokotussuojan tarkastaminen. Perusrokotuksena jäykkäkouristus-kurkkumätärökote (Tetanus-d)
- > Työhön liittyvä rokotesuoja: kiinteistöhuollon työntekijöille hepatiitti-B rokote ja puutarhurille puutiaisaivuumerokote, TBE. Päiväkodin työntekijöille MPR ja vesirokkorokotesuoja.
- > Työterveyslääkärin terveystarkastus ja lausunto työhönsopivuudesta

#### **Menetelmät**

TYÖFYSIOTERAPEUTIN TARKASTUSPAKETTI keskiraskaaseen 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 mitta
- > Paino, pituus, BMI, Inbody-mitta
- > 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

### **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 terveystarkastussuunnitelma, 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
- > Seurantatarkastus on n. 6kk kuluttua terveystarkastuksesta tarvittaessa (etäseuranta joko puhelimitse tai videovastaanotona)

## 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-kurkkumätärokote (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 v. 2026

## Muut terveydenseurantatarkastukset

### 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

Elinvoimapalvelut, hallintopalvelut v. 2026

## Vajaakuntoisuuteen 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 tietoa 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, siltä osin kun se tapahtuu työaikana.

#### **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 terveyskasvatus 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/Esihenkilö vastaa työyksikön toiminnasta, tuloksista ja toiminnan kehittämisestä. 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 työtaturmien 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

18.2.2026

Päiväys



---

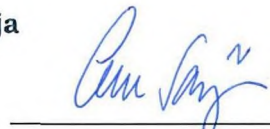
Jonna Lappi

**Työnantajan edustaja**

30.11.2022

18.2.2026

Päiväys



---

Niinistö Jussi , Sämpi Leena