

Airi Paloste

# Maaseutuyrittäjien hyvinvointi

Arviointiraportti





## Maaseutuyrittäjien hyvinvointi



Airi Paloste

# Maaseutuyrittäjien hyvinvointi

Arviointiraportti

**Sarja B. Raportit ja selvitykset 10/2011**

© Kemi-Tornion ammattikorkeakoulu ja tekijät

ISBN 978-952-5897-28-9 (nid.)  
ISSN 1799-2834 (painettu)  
ISBN 978-952-5897-29-6 (pdf)  
ISSN 1799-831X (verkkajulkaisu)  
ISSN-L 1799-2834

Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun julkaisuja  
Sarja B. Raportit ja selvitykset 10/2011

Rahoittajat: Elinkeino-, liikenne- ja  
ympäristökeskus, Vipuvoimaa EU:lta 2007–2013,  
Euroopan Unioni Euroopan aluekehitysrahasto  
Euroopan sosiaalirahasto

Kirjoittaja: Airi Paloste  
Kannen kuva: Pia Kuha  
Graafinen suunnittelu ja toteutus: VIM, Kemi-  
Tornionlaakson koulutuskuntayhtymä Lappia

Uniprint, Oulu 2011

Kemi-Tornion ammattikorkeakoulu  
PL 505  
94101 Kemi  
Puh. 010 353 50

[www.tokem.fi/julkaisut](http://www.tokem.fi/julkaisut)



Lapin korkeakoulukonserni LUC on  
yliopiston ja kahden ammattikorkea-  
koulun strateginen yhteenliittymä.  
Konserniin kuuluvat Lapin yliopisto,  
Kemi-Tornion ammattikorkeakoulu ja  
Rovaniemen ammattikorkeakoulu.

[www.luc.fi](http://www.luc.fi)

# Sisällys

1 JOHDANTO . . . . .	7
2 MAASEUTUYRITTÄJIEN HYVINVOINTIHANKKEEN ARVIOINTISUUNNITELMA . . . . .	9
3 MAASEUTUYRITTÄJIEN TYÖ HYVINVOINTIKYSELYN PERUSTEELLA . . .	11
3.1 Maaseutuyrittäjien työn psyykkinen kuormitus . . . . .	12
3.2 Maaseutuyrittäjien fyysinen kuormitus . . . . .	12
3.3 Työympäristö ja tapaturmariskit . . . . .	12
3.4 Työssä esiintyviä terveyteen vaikuttavia tekijöitä . . . . .	13
4 MAASEUTUYRITTÄJIEN TERVEYS HYVINVOINTIKYSELYN PERUSTEELLA	15
4.1 Maaseutuyrittäjien psyykkinen terveys . . . . .	15
4.2 Maaseutuyrittäjien fyysinen terveys. . . . .	16
4.3 Maaseutuyrittäjien elintavat . . . . .	16
5 MAASEUTUYRITTÄJIEN TYÖOLOSUHTEET TILAKÄYNTIEN PERUSTEELLA	19
5.1 Fyysiset kuormitustekijät . . . . .	19
5.2 Tapaturmariskien esiintyminen tiloilla . . . . .	20
5.3 Biologiset kuormitustekijät . . . . .	21
5.4 Kemialliset ja fysikaaliset kuormitustekijät . . . . .	21
5.5 Psyykkiset kuormitustekijät. . . . .	22
5.6 Yhteenvetoa tilakäynneistä . . . . .	22
5.7 Maaseutuyrittäjien palaute suoritetuista tilakäynneistä. . . . .	23
6 MAASEUTUYRITTÄJIEN TYÖTERVEYSHUOLON TOIMIVUUS LAPIN MAAKUNNASSA TYÖTERVEYSHOITAJIEN ARVIOIMANA . . . . .	25
6.1 Työterveyshoitajien haastattelu työterveyshuollon toimivuudesta Lapin maakunnassa . . . . .	26
6.2 Yhteenveto maatalousyrittäjien työterveyshuollon toimivuudesta . . . . .	29
7 HANKKEEN TOTEUTUKSEN ARVIOINTI . . . . .	33
7.1 Hankkeen projektihenkilöstön yhteistyö ja toiminta. . . . .	33
7.2 Hankevetäjien yhteistyö ja toiminta . . . . .	34
7.3 Hankkeen ohjausryhmän palaute . . . . .	35

8 MAASEUTUYRITTÄJIEN KOULUTUSTILAISUUKSIEN ARVIOINTI . . . . .	39
8.1 Kouluttajien palautteet . . . . .	40
8.2 Osallistujien palautteet . . . . .	42
9 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET . . . . .	45
LÄHTEET . . . . .	49
LIITTEET . . . . .	51
Liite 1. Maaseutuyrittäjien hyvinvointikysely . . . . .	52
Liite 2. Maaseutuyrittäjien hyvinvointikysely . . . . .	57
Liite 3. Maaseutuyrittäjien hyvinvointikysely . . . . .	70
Liite 4. Maaseutuyrittäjien hyvinvointikysely . . . . .	71
Liite 5. Puhelinhaastattelukysymykset työterveyshoitajille . . . . .	72
Liite 6. Ohjausryhmän palaute . . . . .	74
Liite 7. Maaseutuyrittäjien hyvinvointihankkeessa toteutetut koulutukset vuosina 2009–2011 . . . . .	75
Liite 8. Kouluttajien palautelomake . . . . .	79
Liite 9. Osallistujien palautelomake koulutuksista . . . . .	80



# 1 Johdanto

Vuosien 2002 - 2007 välisenä aikana on Lapissa toteutettu kaksi viljelijöiden hyvinvointihankeosiota (AMMUU- hankekokonaisuuden yhtenä osiona ja sen jälkeen Hyvinvoiva ja menestyvä Lappilainen viljelijä hankkeena). Niistä saadut kokemukset ja osallistujilta saadun palautteen perusteella nähtiin tarvetta etsiä uusia ja kehittää edelleen jo hyväksi havaittuja keinoja ja toimintamalleja, joilla voidaan edelleen tukea lappilaisten viljelijöiden jaksamista, osaamisen kehittämistä, kykyä elää jatkuvan muutoksen keskellä sekä kehittää yhteistyötä ja vuorovaikutusta toisten viljelijöiden kanssa.

Maaseutuyrittäjien hyvinvointihanke (1.8.2008 - 30.4.2011) on jatkoa aikaisemmille hankkeille.

Hankkeen tavoitteena oli maaseutuyrittäjien kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin, työhyvinvoinnin, työssäjaksamisen, työolosuhteiden ja ammattitaitoa ylläpitävän ja kehittävän toiminnan tukeminen koulutuksellisin keinoin. Hankkeella tuettiin työvoiman työssä pysymistä ja ikääntyvän väestön työssäjaksamista, maaseutuyrittäjien mahdollisuutta jatkaa työtään maaseudulla, yhteiskuntarakenteessa tapahtuvasta keskittymiskehityksestä huolimatta. Yrittäjiä kannustettiin omatoimiseen hyvän fyysisen ja henkisen kunnon ylläpitämiseen. Työhyvinvoinnin edistämisen painopiste oli psykisen työhyvinvoinnin edistämässä, työolosuhteiden/yritystoiminnan ja työyhteisön toiminnan kehittämisessä. Lapin maaseudun ja elinvoimaisuuden tukeminen oli myös hankkeen tavoitteena. Hankkeen kohderyhmänä ovat olleet lappilaiset maaseutuyrittäjät, maatalouslomittajat, lomitushallinnon henkilöstö sekä maaseutuyrittäjyyttä tukevat yhdistykset.

Vaikka maaseutuyrittäjien sosiaaliturvaa pyritään kehittämään ja pitämään ajan tasalla, sen toteuttaminen pienillä paikkakunnilla ei välttämättä toimi asetusten ja säästöjen mukaisesti. Käytännön toteuttajana maaseutuyrittäjän sosiaaliturvaa ylläpitävässä ja kehittävässä toiminnassa ovat yrittäjät itse sekä heidän etujärjestönsä MTK. Yrittäjiä kannustettiin omatoimiseen hyvän fyysisen ja henkisen kunnon ylläpitämiseen, sillä maaseutuyrittäjän on usein mahdotonta osallistua eri järjestöjen tai kansalaisopiston ohjattuihin ryhmätoimintoihin niiden aikataulujen sopimattomuuden vuoksi.



## 2 Maaseutuyrittäjien hyvinvointihankkeen arviointisuunnitelma

Hankkeen tavoitteena on ollut maaseutuyrittäjien kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin, työssäjaksamisen ja ammattitaitoa ylläpitävän ja kehittävän toiminnan tukeminen koulutuksellisin keinoin. Hankkeella tuettiin työvoiman työssä pysymistä ja ikään-tyvän väestön työssä jaksamista, maaseutuyrittäjien mahdollisuutta jatkaa työtään maaseudulla, yhteiskuntarakenteessa tapahtuvasta keskittymiskehityksestä huolimatta. Yrittäjiä on kannustettu omatoimiseen hyvän fyysisen ja henkisen kunnon ylläpitämiseen. Työhyvinvoinnin edistämisen painopiste on ollut psyykkisen työhyvinvoinnin edistämisessä, työolosuhteiden/yritystoiminnan ja työyhteisön toiminnan kehittämisessä.

Hankkeessa saavutettuja tuloksia hyödyntävät suoraan maaseutuyrittäjät ja heidän kanssaan läheisesti työskentelevät tahot esim. työterveyshuolto, viljelijöiden etujärjestö MTK, neuvontajärjestöt ja kuntien lomituspalvelu, Mela sekä maaseudun tukihenkilöverkostot. Hankkeen suunnitteluvaiheeseen ja toteutukseen osallistuneet oppilaitokset hyödyntävät hankkeessa kehitettyjä koulutusmalleja sisältöineen opetustyössään kouluttaessaan tulevia maaseutuyrittäjiä, lomittajia sekä työhyvinvoinnin asiantuntijoita. Myös alueen kuntouttavat laitokset ja alan yritykset voivat hyödyntää saatuja tuloksia omissa palveluntarjoannoissaan.

Projektin varsinaiset kohderyhmät:

- A) Lappilaiset maatalousyrittäjät; maidon ja lihan tuottajat ja lammastilat
- B) Muut maaseutuyrittäjät: mm puutarha- ja marjayrittäjät, maaseutumatkailuyrittäjät ym.
- C) Maaseudun yhdistykset, jotka toimivat maaseutuyrittäjiä tukevasti
- D) Lomittajat
- E) Lomitushallinnon henkilöstö

Hankkeeseen osallistui kaikkiaan 453 varsinaisen kohderyhmän edustajaa. Osallistujista naisia oli 221. Maatalousyrittäjiä oli 211 ja muut osallistujat olivat avoimilla työmarkkinoilla työssä olevia ensisijaisesti maatalouslomittajia. Suurin osa osallistujista (n=365) oli iältään 25-54-vuotiaita, alle 25-vuotiaita oli kahdeksan henkilöä ja yli 64-vuotiaita oli samoin kahdeksan henkilöä.

## ARVIOINNIN TOTEUTTAMINEN

Koulutuksen laadullisista vaikutuksista kerättiin tietoa haastattelu- ja kyselytutkimuksilla hankkeen aikana ja hankkeen päättyessä. Hankkeeseen oli varattu 3 kk:n työaika arvioinnin toteuttamiseen. Hankkeen arvioinnissa toteutettiin jatkuvan arvioinnin periaatetta, palautetta kerättiin koko hankkeen ajan.

Arviointitietoa kerättiin systemaattisesti koulutukseen osallistujilta, yhteistyötahoilta ja kouluttajilta. Kahden tai kolmen päivän perättäiseen koulutusosioon osallistujille tehtiin hyvinvointikysely. Yksittäisistä koulutusosioista kerättiin osallistujilta palaute ja kouluttajien itsearviointi. Projektin kohdealueen 21 kunnan työterveyshuollon työterveyshoitajille tehtiin puhelinhaastattelu maatalouden työterveyshuollon toimivuudesta, toteutuneesta työkyvyn ylläpitämiseen liittyvästä toiminnasta sekä tilakäynneistä. Tilakäynneistä tilakäyntien suorittajat laativat yhteenvedon ja arvioinnin. Hankkeen vaikuttavuutta mitattiin vuosittaisen ohjausryhmäkyselyn avulla. Ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehittämissyksikkö huolehti arviointipyyntöjen lähettämisestä ohjausryhmälle yhdessä projektipäällikön kanssa.

Arvioinnin tuloksena saatiin tietoa kohderyhmän hyvinvoinnista. Koulutukseen osallistujien palautteista ja kouluttajien itsearvioinneista saatiin tietoa koulutustilaisuuksien vaikuttavuudesta ja kehittämisen kohteista. Kuntien maatalouden työterveyshuollon toimivuudesta ja tilakäyntien tarpeesta saatiin tietoa työterveyshoitajien puhelinhaastatteluilla. Tilakäyntien yhteenvedoista ja arvioinnista saatiin kattavaa tietoa Lapin kuntien maatalojen työolosuhteista ja toimivuudesta.

Loppuarviointi muodostui hankkeen aikana kerätyistä arviointitiedoista. Saatua arviointitietoa voidaan hyödyntää maaseutuyrittäjien kokonaisvaltaisen hyvinvointimallin luomisessa. Vuosittaisella ohjausryhmäkyselyllä mitattiin hankkeen asiakas-/kumppanivyytyväisyyttä.

Hanke koostui kolmesta koulutuskokonaisuudesta, joista henkisen jaksamisen ja maatalojen työntekijöiden vuorovaikutuksen kehittäminen olivat ensisijaisia tavoitteita. Työssä jaksaminen, työkykyä ylläpitävä toiminta ja hyvän ja tuloksellisen työympäristön ylläpitäminen nähtiin laajoina kysymyksinä. Sen lisäksi myös fyysistä työkykyä ja työturvallisuutta pyrittiin edistämään.

Hankkeessa kehitettiin työmenetelmiä ja työvälineitä; maaseutuyrittäjän fyysisen ja henkisen jaksamisen kehittämiseen. Hankkeen aikana maaseutuyrittäjät saivat uutta tietoa ja näkökulmaa omaan kokonaisvaltaiseen jaksamiseen liittyvissä asioissa, huomioivat ennalta ehkäisevän työn merkityksen työssä jaksamisessa. Hankkeen aikana ja jatkuen hankkeen päättymisen jälkeen lappilaisen maaseutuyrittäjän kokonaisvaltaisen työhyvinvointi lisääntyy, työuupumus vähenee ja työuupumusta ennaltaehkäistään, yhteisöllisyys ja ajatusten jakaminen mahdollistuu, työssä jaksaminen vahvistuu sekä elämän merkityksen tunne lisääntyy.

# 3 Maaseutuyrittäjien työ hyvinvointikyselyn perusteella

Maaseutuyrittäjien työtä ja terveyttä arviointiin hyvinvointikyselyllä, joka toteutettiin jatkuvana hankkeen ajan vuosina 2008 - 2010. Kohderyhmä maaseutuyrittäjien työhyvinvointi -aineistoon valikoitui Maaseutuyrittäjien hyvinvointi-hankkeessa kyselyyn vastanneista yrittäjistä ja lomittajista (N=279). Maaseutuyrittäjät ja lomittajat saivat vastata kyselyyn hankkeessa järjestettyjen koulutustilaisuuksien yhteydessä, joita oli muun muassa Torniossa, Levillä ja Kuusamossa, tai tilakäyntien yhteydessä. Kaikki kyselyn saaneet vastasivat siihen. Maaseutuyrittäjien kokemaa työhyvinvointia ja työterveyttä mitattiin strukturoidulla kyselylomakkeella (Liite 1). Webropol-pohjaisen kyselylomakkeen laati Yliopettaja Airi Paloste tätä hanketta varten. Kyselylomakkeen pohjana käytettiin Yrittäjän työterveyshuolto-opasta, ja siinä osiota Yrittäjän työ ja terveys. (Saarni, Pakkala, Rekola, Kalanen, Oksanen & Wibom 2006, 11-14.) Kyselyn vastausvaihtoehdot olivat ”kyllä”, ”en osaa sanoa” ja ”ei”, vastauksettomat myös huomioitiin.

Maaseutuyrittäjien hyvinvointi-kyselyn tiedot syötettiin Webropoliin. Webropol on internetin välityksellä toimiva kysely- ja tiedonkeruusovellus. Sen avulla voidaan kerätä tietoa asiakkailta, henkilöstöltä ja sidosryhmiltä. Tulokset esitetään prosentti- ja frekvenssijakaumina. Frekvenssi kuvaa lukumäärää aineistossa, ja suhteellinen frekvenssi esitetään usein prosentteina, joka antaa tietoa koko perusjoukon jakaumasta (Holopainen & Tenhunen & Vuorinen 2004, 45.) Ilmoitetut prosentit pyöristettiin kokonaisluvuiksi. Jakaumien työstämisessä käytettiin SPSS 15.0 for Windows -ohjelmaa. Maaseutuyrittäjien kokemaa hyvinvointi -kyselyn tuloksia havainnollistetaan tilastografiikan avulla kuvioin, jossa ilmoitetaan tutkimuksen tulokset prosentteina ja frekvensseinä. (Liite 2. )

Taustamuuttujana oli maaseutuyrittäjien ikä. Vastanneet olivat 22-70 vuotiaita, ja heidän keskimääräinen ikänsä oli 45 vuotta. Ikäryhmään 25-54-vuotiaat kuului vastaajista 75 %. Vastaajista 4 % ei ilmoittanut ikäänsä. Vastaajista vain 89 henkilöä ilmoitti nimensä, ja sen mukaan naisia oli 41 ja miehiä 48 joten sukupuolen mukaan vertailua ei voida suorittaa.

### 3.1 MAASEUTUYRITTÄJIEN TYÖN PSYKKINEN KUORMITUS

Hyvinvointikyselyssä (Liite1) kysymyksissä 3-7 käsiteltiin psyykkisiä kuormitustekijöitä. Maaseutuyrittäjät ja lomittajat kokivat, että heidän työssään esiintyi psyykkisiä kuormitustekijöitä. Kiirettä ja aikataulun kireyttä työssään haitallisessa määrin koki noin 61 % vastaajista (n=170). Kiire ja aikataulun kireys haitallisessa määrin ei näyttänyt 26 % (n=73) vastaajista. Vastaajista 34 ei osannut sanoa kiireen ja aikataulun häiritsevyydestä työssään. Tähän kysymykseen vastasi 277 henkilöä.

Suurin osa vastaajista 84 % (n= 233) koki työnsä erittäin vastuulliseksi ja 59 % (n=163) työskenteli yksin ja eristäytyneenä. Työn pakkotahtisuus jakautui tasaisesti kyllä-vastauksiin 40 % (n=112) ja ei-vastauksiin 38 % (n=105), vastanneista 22 % (n=60) ei osannut sanoa esiintyykö työssä pakkotahtisuutta. Suurin osa vastaajista 94 % (n=261) ei ole kohdannut työssään väkivaltaisuuden ja rikollisuuden uhkaa, ainoastaan 2 % (n=6) vastasi kyllä. Loput vastaajista 4 % ( n=12) eivät ilmaisseet kantaansa tähän kysymykseen.

### 3.2 MAASEUTUYRITTÄJIEN FYYSINEN KUORMITUS

Suurin osa maaseutuyrittäjistä ja lomittajista (N=279) kokee työssään fyysistä kuormitusta. Työssä haitallisessa määrin esiintyviä fyysisiä kuormitustekijöitä on tutkittu kysymyksillä 8-14. Maaseutuyrittäjiltä ja lomittajilta kysyttiin, esiintyykö heidän työssään haitallisissa määrin raskasta ruumiillista työtä, samana toistuvia työliikkeitä, paikallaan seisomista, käsin kannattelua, kantamista ja nostamista, kumaria, kiertyneitä tai hankalia työasentoja, jatkuvaa paikasta toiseen kävelyä sekä näyttöpäätetyötä.

Työnsä ruumiillisesti raskaaksi koki 72 % (n=196) ja 89 % (n= 249) oli samanlaisena toistuvia työliikkeitä. Yläruumiin kuormittumista eli käsin kannattelua, kantamista ja nostelua esiintyi 83 % (n=230), samoin kumaria, kiertyneitä ja hankalia työasentoja esiintyi 83 % vastanneista.

Vastanneista 67 % (n=185) ei koe työssään haitallisissa määrin paikallaan seisomista, kun taas jatkuvaa liikkumista ja paikasta toiseen kävelyä esiintyi 80 % (n=222). Maatalousyrittäjien ja lomittajien työnkuvaan kuuluu näyttöpäätetyötä 21 % (n=57) ja suurimmalla osalla vastaajista 70 % (n=192) työssä ei esiinny näyttöpäätetyöskentelyä.

### 3.3 TYÖYMPÄRISTÖ JA TAPATURMARISKIT

Maaseutuyrittäjien ja lomittajien työympäristöä ja siihen liittyviä tapaturmariskejä selvitettiin kysymyksissä 15-19. Vastaajista 56 % (n=153) kertoivat työ- ja työskentelytilojensa olevan hyviä, kun taas 19 % (n=52) vastaajista eivät olleet tyytyväisiä työtiloihinsa. Neljäsosa vastaajista ei ilmoittanut kantaansa tähän kysymykseen.

Yli puolet vastaajista 56 % (n=152) oli sitä mieltä, että heidän työvälineensä olivat hyvät, mutta 21 % vastaajista eivät pitäneet työvälineitään hyvinä. Kysyttäessä työpaikan hyvästä järjestyksestä ja siisteydestä, vastaajista 46 % (n=124) piti sitä hyvänä ja

21 % (n=56) vastasi kysymykseen kielteisesti. Vastaajista 34 % (91) ei osannut sanoa, olivatko työpaikan järjestys ja siisteys hyvät.

Työ- ja työskentelytilan riittävää valaistusta vastaajista hieman yli puolet piti työsään riittävänä, mutta 23 % (n=64) piti valaistusta riittämättömänä. Vastaajista 87 % (n=236) käytti tarvittaessa henkilökohtaisia suojaimia.

### 3.4 TYÖSSÄ ESIINTYVIÄ TERVEYTEEN VAIKUTTAVIA TEKIJÖITÄ

Kysyttäessä työssä esiintyviä terveyteen vaikuttavia fyysisiä tekijöitä kuten melua, kuumuutta, kylmyyttä, vetoa, kosteutta, kuivuutta ja pölyä saatiin seuraavanlaisia vastauksia. Suurin osa 86 % (n=234) maatalousyrittäjistä ja lomittajista altistui työsään melulle. Vastaajista 91 % (n=248) esiintyi työssä lämpötilan vaihteluja eli kuumuutta, kylmyyttä sekä vetoa, kosteutta ja kuivuutta. Työssä esiintyi melkein kaikilla vastaajista pölyä 92 % (n=253).

Hyvinvointikyselyn kysymyksissä 23–24 käsiteltiin työssä esiintyviä kemiallisia kuormitustekijöitä. Kaasumaisille epäpuhtauksille kuten, kaasuille, käreille ja hitsausuuruille, altistui 46 % (n=124) vastaajista, kun taas melkein saman verran 45 % (n=123) ei kokenut altistuneensa työssään kyseisille epäpuhtauksille. Maaleja, liuottimia ja muita kemiallisia aineita esiintyi lähes puolella 48 % (n=132) vastaajista, ja melkein puolet 45 % (n=124) vastasivat, että kyseisiä aineita ei esiintynyt heidän työssään.

Maaseutuyrittäjien ja lomittajien työn terveysvaaroja, tapaturmariskiä ja työterveyshuollon palveluja selvitettiin kysymyksillä 25–30. Vastaajista suurin osa 83 % (n=176) kertoi tunnistavansa työnsä terveysvaarat, 14 % (n=30) ei osannut sanoa tunnistaaako työn terveysvaaroja, ja vain viisi vastaajaa ei tunnistanut työnsä terveysvaaroja.

Turvallisia työtapoja noudattaa 81 % (n=222) vastaajista, 16 % ei osannut kertoa noudattavatko he turvallisia työtapoja ja 3 % kertoo, etteivät he noudata niitä. Kysyttäessä ensiapuvalmiuden huolehtimisesta työpaikalla, 66 % (n=181) kertoo huolehtineensa ensiapuvalmiudesta työssään, 18 % (n=48) ei osannut sanoa ja ”ei” vastauksia tuli 16 % (n=45).

Vastaajista 75 % (n=204) oli arvioinut ja kehittänyt työolosuhteitaan ja toimintatapojaan työssään ja vastaajista 19 % (n=51) ei osannut sanoa. Hyvinvointikyselyssä kysyttiin onko vastaajien yrityksellä sopimus työterveyshuollon palvelujen tuottajan kanssa. Suurimmalla osalla maatalousyrittäjistä 81 % (n=215) on sopimus työterveyshuollon palvelujen tuottajan kanssa, 12 % (n=33) ei osannut sanoa ja 7 % (n=19) ei ollut työterveyshuollon sopimusta. Suurin osa vastaajista 83 % (n=224) kertoi, että työterveyshuolto oli arvioinut heidän työnsä terveyshaittoja.





# 4 Maaseutuyrittäjien terveys hyvinvointikyselyn perusteella

Koettu terveydentila on henkilön oma arvio yleisestä terveydentilastaan, jossa yhdistyvät monet eri asiat, kuten lääkäriltä saadut terveystiedot, jokapäiväisessä elämässä koettu toimintakyky ja koetut oireet. Arvioon vaikuttaa myös se, mitä kunkin ikäisellä henkilöllä pidetään tavanomaisena, normaalina terveydentilana. Työikäisillä koettu terveys on voimakkaasti yhteydessä koettuun työkykyyn. Kuitenkin niistäkin, jotka pitävät terveyttään hyvänä, osa kokee työkykynsä rajoittuneeksi, ja toisaalta terveytensä huonoksi arvioivien joukossa osa tuntee itsensä täysin työkykyiseksi. (Koskinen, Martelin, Sainio & Gould 2006.)

Suurin osa 93 % (n=253) maaseutuyrittäjistä ja lomittajista voivat mielestään itse vaikuttaa omaan terveydentilaansa. Lähes kaikki vastaajat 96 % (n= 260) pitivät omaa terveyttään tärkeänä yrityksen kannalta. Maaseutuyrittäjistä ja lomittajista yli puolet 61 % (n=166) oli tyytyväisiä terveydentilaansa ja työkykyynsä, toisaalta 20 % (n= 56) ei ollut tyytyväinen terveydentilaansa ja melkein yhtä suuri joukko (n=52) ei ilmaissut mielipidettään.

## 4.1 MAASEUTUYRITTÄJIEN PSYKKINEN TERVEYS

Maaseutuyrittäjistä ja lomittajista 71 % (n= 195) olivat tyytyväisiä henkiseen hyvinvointiinsa, 10 % vastaajista ei ollut tyytyväisiä ja 19 % vastaajista ei ilmaissut mielipidettään tähän kysymykseen.

Sosiaaliseen hyvinvointiin liittyvät omaiset ja ystävät – ja yleensäkin ihmissuhteet (kysymykset 35–36). Maaseutuyrittäjistä ja lomittajista suurin osa 81 % (n= 221) sai tukea omaisiltaan ja ystäviltään. Työ haittasi ihmissuhteita ja niiden hoitoa 35 % (n=96) vastaajista, kun puolestaan 44 % maaseutuyrittäjistä ja lomittajista vastasi, ettei työ haitannut ihmissuhteita ja vastaajista 21 % eivät osanneet sanoa mielipidettään.

Toistuvia psyykkisiä oireita psyykkiseen terveyteen liittyen selvitettiin kysymyksissä 37 – 43. Yli puolella maaseutuyrittäjistä ja lomittajista ei esiintynyt psyykkisiä oireita. Maaseutuyrittäjistä ja lomittajista 34 % (n=91) vastasi esiintyvän unihäiriöitä kuten nukahtamisvaikeutta ja heräilyä aamuöisin, kun taas puolestaan vastaajista yli puolet 57 % (n=153) ei tuntenut kyseisiä oireita.

Keskittymiskyvyn häiriöitä ei esiintynyt 65 % (n=176) vastaajista, ja puolestaan vastaajista 16 % (n=44) esiintyi niitä jonkin verran. Jatkuvaa ärsyyntyneisyyttä, kireyden

ja jännittyneisyyden tuntemuksia esiintyi 18 % (n=49) vastaajista ja yli puolella vastaajista 59 % (n=156) ei kyseisiä tuntemuksia ollut. Psykkisistä oireista; haittaavia muistihäiriöitä esiintyi vastaajilla vähiten 11 % (n=29). Maaseutuyrittäjillä ja lomittajilla 77 % vastaajista ei esiintynyt haittaavia muistihäiriöitä ja 12 % vastaajista eivät ilmaisseet mielipidettään tähän kysymykseen. Yli puolet vastaajista 57 % (n=151) ei tuntenut jatkuvaa väsymyksen tunnetta, kun taas puolestaan jatkuvaa väsymyksen tunnetta ilmaisi tuntevansa 26 % (n=70) vastaajaa. Maatalousyrittäjillä ja lomittajilla ei esiintynyt masentuneisuutta 69 % (n=186) eikä aloitekyvyttömyyttä 70% (n=188). Maaseutuyrittäjistä ja lomittajista masentuneisuutta tunsu 10 % ja aloitekyvyttömyyttä 12 % vastaajista.

## 4.2 MAASEUTUYRITTÄJIEN FYYSINEN TERVEYS

Kysymyksillä 44–53 selvitettiin maaseutuyrittäjien ja lomittajien fyysistä terveyttä (Liite 1). Kyselyyn vastanneista maaseutuyrittäjistä ja lomittajista yli puolet 54 % (n=146) olivat tyytyväisiä fyysiseen kuntoonsa. Toisaalta vastaajista 29 % eivät olleet tyytyväisiä fyysiseen kuntoonsa. Samaten yli puolet 54 % (n=147) maaseutuyrittäjistä ja lomittajista oli sitä mieltä, että oma paino oli normaali, ja vastanneista 35 % (n=96) koki, ettei paino ollut normaali. Verenpaineen ilmoitti 72 % (n=193) vastaajista olevan normaali. Maaseutuyrittäjistä ja lomittajista 58 % (n=156) ilmoitti veren rasva-arvojen olevan normaalitasolla. Omista veren rasva-arvojen normaalitasoista vastaajista 29 % (n=68) eivät osanneet sanoa.

Fyysisiä oireita kysyttiin sydän-, vatsa-, hengitys- ja lihas- ja niveloireiden sekä päänsäryn ja huimauksen osalta (kysymykset 48-53). Suurimmalla osalla maaseutuyrittäjistä ei ollut fyysisiä oireita. Kuitenkin lihas- ja niveloireita ylä- ja alaraajoissa, selässä, niska- ja hartia-alueella vastasi olevan 70 % (n=193) maaseutuyrittäjistä ja lomittajista ja vastaajista 21%:lla näitä oireita ei esiintynyt.

Maaseutuyrittäjistä ja lomittajista 18 % (n= 50) ilmoitti, että hänellä oli vakituinen hoitava lääkäri tai omalääkäri. Suurin osa 77 % (n=213) ilmoitti, ettei hänellä ollut tällaista lääkäriä. Työterveyshuollossa oli tehty terveystarkastus lähes kaikille maatalousyrittäjille ja lomittajille 91 % (n=250), ainoastaan 8 % (n=22) vastaajista ei kyseistä terveystarkastusta oltu tehty.

## 4.3 MAASEUTUYRITTÄJIEN ELINTAVAT

Elintapoja kysyttiin liikunnan, ravitsemuksen, tupakoinnin ja alkoholin kulutuksen suhteen (Liite 1; kysymykset 56–63). Vastanneista yli puolet 55 % (n=155) ilmoitti harrastavansa hikoilua aiheuttavaa kunto- ja hyötyliikuntaa vähintään puolen tunnin ajan 2-3 kertaa viikossa ja 33 % (n=91) ei harrastanut tällaista liikuntaa.

Maaseutuyrittäjistä ja lomittajista yli puolet 65 % (n=178) ilmoitti syövänsä päivittäin monipuolisesti ja säännöllisesti. Terveellistä ravitsemusta selvitettiin vielä neljällä tarkentavalla kysymyksellä eläinrasvojen, kasvispitoisen, vähäsuolaisen ja vähäokerisen ravitsemuksen suhteen. Tulokset ovat lähes tasapuoliset, kun kyllä - ja ei-vastaukset

ovat jakaantuneet maaseutuyrittäjien kesken. Kysymyksiin ei ole osannut vastata myös lähes sama määrä eli 17–28 % vastaajista.

Maaseutuyrittäjistä ja lomittajista 78 % (n=217) ei tupakoinut, ja vastaajista 21 % (n=57) vastasi tupakoivansa päivittäin. Maaseutuyrittäjistä ja lomittajista 93 %:lla (n=255) ei ylity alkoholin viikkokulutus terveydelle haitallisen tunnetun määrän eli 24 annosta miehillä ja 16 annosta naisilla viikossa, kun yksi annos on esimerkiksi yksi pullo keskiolutta. Vastauksen kokonaisuuteen vaikuttaa 4 % (n=12) maaseutuyrittäjistä ja lomittajista, jotka eivät osanneet sanoa omaa alkoholin kulutustaan sekä 2 % (n=6), joilla ylittyi alkoholin viikkokulutus terveydelle haitalliseksi tunnetulla määrällä. (vrt. Luusua 2010, 7-14.)



# 5 Maaseutuyrittäjien työolosuhteet tilakäyntien perusteella

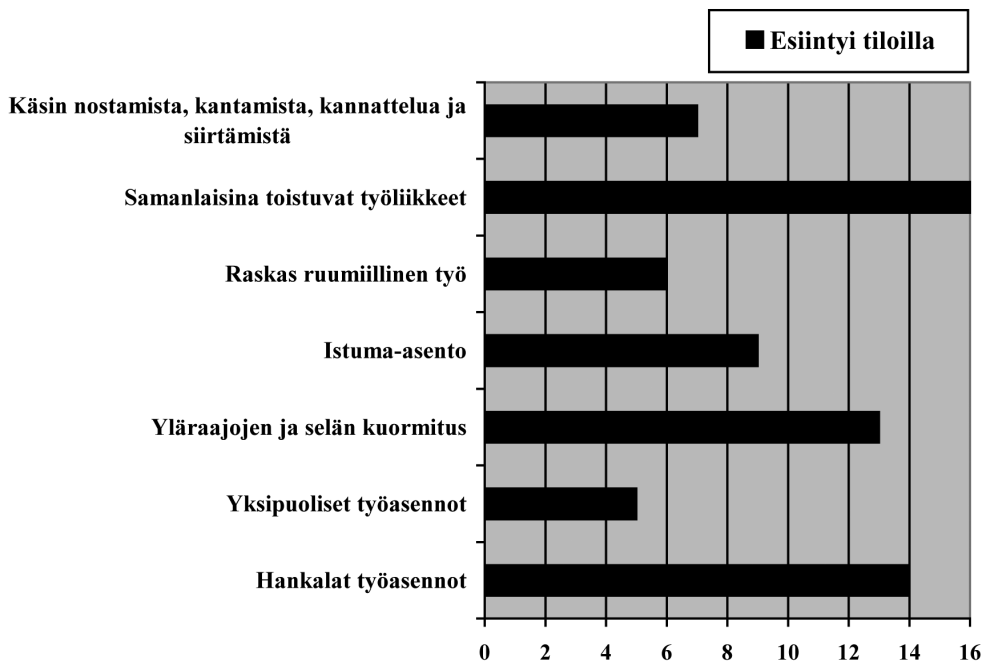
Tilakäyntejä tehtiin yhteensä 16 tilalla Lapin maakunnassa, Torniossa, Tervolassa, Kurtakossa, Sodankylässä, Raudasjoella, Köngässä, Pellossa, Jaatilassa, Lohinivassa, Marraskoskella, Oikarisessa, Arpela, Auttissa sekä Ranualla. Pääosa tiloista oli lypsykarjatiloja, joista osa oli pihattonavettoja ja osa parsinavettoja. Lisäksi oli lihakarja- ja hevostiloja, sekä kasvinviljelytiloja. Osalla tiloista tehtiin myös tilanhoidon lisäksi muun muassa koneiden ja rakennusten huoltoa ja korjausta, sekä metsätöitä. Maaseutuyrittäjien lisäksi tiloilla työskenteli perheenjäseniä, lomittajia, sekä palkattua työvoimaa. Seuraavassa osiossa kuvataan fyysiset, biologiset, psyykkiset ja kemialliset kuormitustekijät, sekä tapaturmariskien esiintyminen tiloilla. (Liite 3.)

## 5.1 FYYSISET KUORMITUSTEKIJÄT

Tilakäynneillä selvitettiin maaseutuyrittäjien fyysisiä kuormitustekijöitä. Tilakäyntien yhteenvetojen perusteella käsin nostamista, kantamista, kannattelua ja siirtämistä esiintyi kuormittavana tekijänä seitsemällä tilalla. Tällaisia kuormitustekijöitä olivat muun muassa lannan ja heinäpaalien siirtely sekä raskaiden vesisankojen tyhjennys pesualtasiin. Samanlaisina toistuvia työliikkeitä havaittiin kaikilla tiloilla. Samanlaisina toistuvia työliikkeitä olivat toistuva nostotyö, väkirehun ja viljan jako, ritilän puhdistaminen lannasta sekä utareiden puhdistus. Toistuvaa nostotyötä korostui kuormittavana tekijänä lähes jokaisella tilalla.

Kuudella tilalla yrittäjät kokivat työnsä ruumiillisesti raskaana. Yhdeksällä tilalla istumatyö koettiin kuormittavana tekijänä, jota havaittiin etenkin työkoneiden käytössä. Yläraajojen ja selän kuormitus korostui 13 tilalla, ja yksipuoliset työasennot viidellä tilalla. Hankalia työasentoja, joita olivat kurottelu sekä kumarat ja kiertyneet työliikkeet, koettiin kuormittavan tekijänä 14 tilalla. Näitä esiintyi muun muassa maitotankin pesun yhteydessä ja ajoittain työkoneilla työskennellessä.

Muita fyysisiä kuormitustekijöitä joita tuli vähemmän esille, olivat alaraajojen kuormitus, näyttöpäätetyö sekä paikasta toiseen kävely. Alaraajojen kuormitus, kuten kyykistely, korostui kahdella tilalla. Näyttöpäätetyötä ja jatkuvaa paikasta toiseen kävelyä havaittiin kuormittavaksi tekijäksi vain yhdellä tilalla. Kuviossa yksi on esitelty maaseutuyrittäjien fyysiset kuormitustekijät.

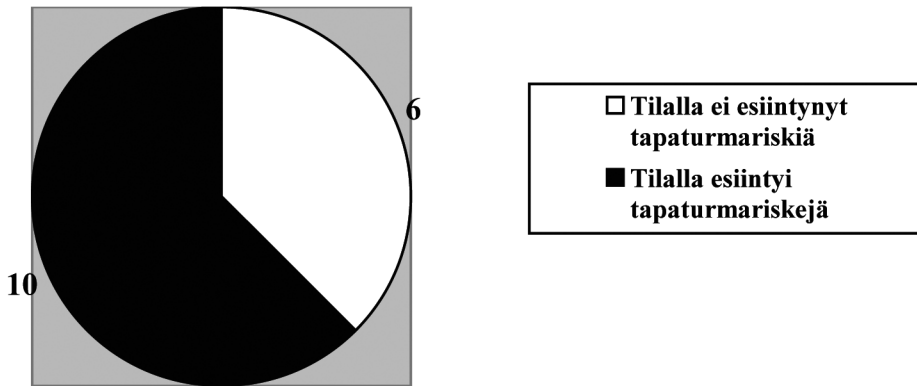


**Kuvio 1.** Tilakäynneillä (n=16) havaitut fyysiset kuormitustekijät.

Tilakäynneillä selvitettiin myös jo käytössä olevia keinoja vähentää fyysistä kuormitusta. Tiloilla oli käytössä työkoneita, jotka vähensivät raskasta ruumiillista työtä etenkin siirroissa ja nostoissa. Fyysistä kuormittavuutta oli vähennetty erilaisten apuvälineiden avulla, esimerkiksi lypsinkiskon avulla vähennetään yläruumiin kuormitusta ja rehunjako automaatin avulla vältetään toistuvia kiertyneitä työliikkeitä. Ergonomiseen työskentelyyn oli kiinnitetty huomiota muun muassa oikeilla nosto- ja siirtotekniikoilla, sekä käyttämällä erilaisia apuvälineitä raskaissa työvaiheissa.

## 5.2 TAPATURMARISKIEN ESIINTYMINEN TILOILLA

Tilakäyntien yhteenvetojen perusteella tapaturmariskejä esiintyi 10 tilalla (kuvio 2). Koneista aiheutuvia tapaturmariskejä esiintyi kahdeksalla tilalla, ja vaaratilanteita aiheuttivat erilaiset koneet, koneiden turvallisuus ja litistymisvaara. Toiseksi eniten tapaturmariskejä aiheuttivat liukkaat ja ahtaat kulkureitit. Eläimistä aiheutuvia vaaratilanteita korostui neljällä tilalla, joista yleisimpiä vaaratilanteiden aiheuttajia olivat hevosten ja lehmien aiheuttamat litistymät, musertumat ja ruhjevammat. Yksintyöskentely oli myös yksi tapaturmariski, jota oli kolmella tilalla. Metsätöistä aiheutuvia vaaratilanteita oli kahdella tilalla. Heinäpaalien putoamisvaaraa työntekijän päälle havaittiin kahdella tilalla. Puutteellisia suojavarusteita, kuten turvakenkien ja kypärän puuttumista havaittiin yhdellä tilalla ja puutteita lapsiturvallisuudessa esiintyi vain yhdellä tilalla.



**Kuvio 2.** Tiloilla (n=16) esiintyvät tapaturmariskit tilakäyntien perusteella.

Tapaturmien ehkäisemiseksi tiloilla oli huomioitu työntekijöiden suojavaarustus, rauhallinen työskentelytapa sekä työympäristön turvallisuus. Yleisin käytössä oleva suojavaarustus oli turvakengät, mutta lisäksi käytössä oli myös suojavaatteita, suojaimeja sekä kännykkä. Tapaturmia ehkäistiin myös rauhallisella ja suunnitelmallisella työskentelytavalla sekä huomioimalla työympäristön turvallisuus, esimerkiksi työtilojen siisteydellä ja estämällä liukastumista kumimattojen avulla.

### 5.3 BIOLOGISET KUORMITUSTEKIJÄT

Tilakäyntien yhteenvedon perusteella 10 tilalla korostui biologisia kuormitustekijöitä. Niistä kolmella havaittiin eläinpölyn aiheuttamia kuormitustekijöitä. Homeet ja niiden pölyt olivat yleisin kuormitustekijä, ja ne koettiin kuormittavaksi tekijäksi seitsemällä tilalla. Kuivaheinäpölyä havaittiin kolmella tilalla. Vilja- ja jauhopölyä esiintyi kuudella tilakäynneistä, joista yleisin pölyn aiheuttaja oli väkirehupöly. Muita tiloilla esiintyviä pölyjä olivat muun muassa säilörehun- ja kutterinpöly, joita esiintyi neljällä tilalla. Muita biologisia kuormitustekijöitä olivat bakteerit ja virukset, sekä vasikkavesi ärsytys, joita esiintyi vain yhdellä tilalla.

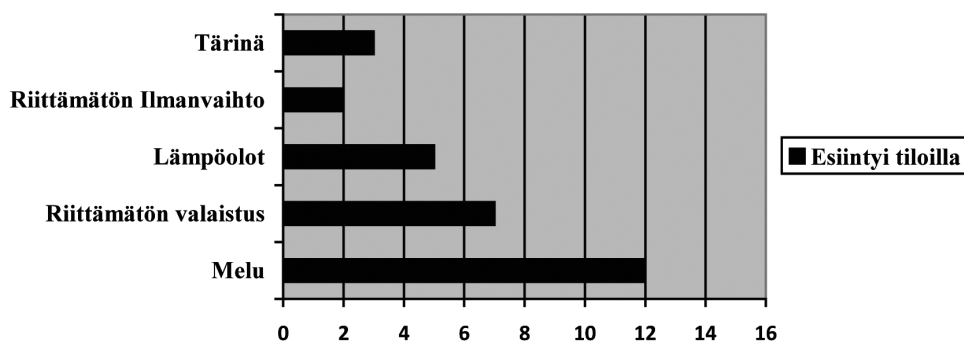
Biologisten kuormitustekijöiden ehkäisemiseksi tiloilla oli käytössä suojavaarusteita, kuten suojavaatteita, puolinaamareita kuivaheinän käsittelyssä, suojakäsineitä, moottoroitu hengityksen suojain sekä ihon suojaaminen rasvaamalla. Pölyämistä tiloilla vähennettiin koneellisen ilmanvaihdon avulla sekä käyttämällä väkirehurobottia rehun jaossa.

### 5.4 KEMIAALLISET JA FYSIKAALISET KUORMITUSTEKIJÄT

Tilakäyntien yhteenvedon perusteella kasvinsuojeluaineiden aiheuttamia kemiallisia kuormitustekijöitä esiintyi neljällä tilalla. Säilöntäaineet, kuten säilörehusta aiheutuvia kuormitustekijöitä oli neljällä tilalla. Seitsemällä tiloista pesuaineet ja kah-

della desinfiointiaineet aiheuttivat kuormitusta kemiallisesti. Yhteenvedojen perusteella puolella tiloista ei esiintynyt minkäänlaisia kemiallisia kuormitustekijöitä.

Tiloille tehtyjen tilakäyntien perusteella 12 tilalla esiintyi fysikaalisia kuormitustekijöitä, joita on eritelty kuviossa kolme. Yleisin kuormitustekijä oli melu, joka koostui 12 tilalla. Melua syntyi pääasiassa työkoneista, kuten traktoreista ja pienkuormaajista, sekä metsätöissä. Kuormittavia lämpöoloja olivat kylmä, vetoisuus ja lämpö, joita esiintyi muun muassa ulkona työskennellessä. Tärinää, jota esiintyi työkoneilla työskennellessä ja moottorisahan käytössä, kohdistui lähinnä käsiin, mutta myös muualle kehoon.



**Kuvio 3.** Tiloilla (n=16) esiintyvät fysikaaliset kuormitustekijät tilakäyntien perusteella.

Fysikaalista kuormittavuutta oli pyritty vähentämään tiloilla muun muassa kuulosuojainten käytöllä, joita oli käytössä lähes jokaisella tilalla. Riittävään valaistukseen oli kiinnitetty huomiota, ja osissa tiloista tiedostettiin lämpöolovaihtelut ja osattiin varautua niihin. Useimmilla tiloilla oli käytössä riittävä ilmanvaihto, joka toimi useimmiten luonnollisella kierrolla.

## 5.5 PSYKKISET KUORMITUSTEKIJÄT

Tehtyjen tilakäyntien (n=16) perusteella tiloilla ei korostunut psyykkisiä kuormitustekijöitä. Tiloilla oli hyvin tiedostettu työn psyykkiset kuormitustekijät ja niihin osattiin varautua ja ennaltaehkäistä muun muassa toteuttamalla työn ja vapaa-ajan vuorottelua, hyödyntämällä omia voimavaroja ja kehittämällä työoloja, sekä huomioimalla työssä jaksaminen.

## 5.6 YHTIENVETOA TILAKÄYNNISTÄ

Maataloustyössä esiintyy monipuolisesti ruumiillista kuormitusta, joka rasittaa liikunta-, tuki- ja verenkiertoelimistöä. Huono ergonomia aiheuttaa pitkäaikaisia tai toistuvia niska-hartiaseudun vaivoja sekä lanne-ristiselän kipua. Toistuvat työliik-



keet, hankalat työasennot ja yläruumiin kuormitus ovat selkeästi suurimpia kuormitustekijöitä. Maaseutuyrittäjät olivat helpottaneet työtään erilaisilla koneilla ja apuvälineillä, sekä ergonomisella työskentelytavalla. Tulosten pohjalta voidaan päätellä, että Lapin maaseutuyrittäjien työ on edelleen fyysisesti kuormittavaa. (vrt. Kähkönen, Paoloranta, & Peura 2010, 7-15.)

Tilakäyntien perusteella liukkaat ja ahtaat kulkureitit havaittiin toiseksi suurimmaksi tapaturmariskien aiheuttajaksi. Työkoneet havaittiin edelleen suurimmaksi tapaturmariskiksi tiloilla, kun taas eläimistä aiheutuvat onnettomuudet eivät olleet niin suuri tekijä kuin aiemmissa tutkimuksissa. Lähes jokaisella työntekijällä oli käytössä turvakengät, jotka vähentävät esimerkiksi eläinten aiheuttamia musertumisvammoja. Tilakäyntien perusteella 10 tilalla esiintyi kuormittavasti biologisia kuormitustekijöitä, josta suurin osa koostui pölyistä. Osalla tiloista oli käytössä esimerkiksi suojaimia ja koneellinen ilmanvaihto vähentämään pölyjen aiheuttamaa kuormitusta, mistä voidaan päätellä, että maaseutuyrittäjillä on jo jonkin verran tietoa pölyjen aiheuttamista terveysvaaroista.

Pesuaineista aiheutui kuormitusta seitsemällä tilalla eli noin puolella. Usealla tilalla oli jo käytössä suojakäsineet, jotka suojaavat parhaiten ihon ärsytykseltä. Kasvinsuojelu- ja säilöntäaineet eivät olleet kovinkaan merkittäviä kuormitustekijöitä tilakäyntien mukaan. Tiloilla oli käytössä suojavarusteita sekä koneita ja apuvälineitä, jotka vähensivät kemiallista kuormittavuutta. Saadut tulokset olivat samansuuntaisia kuin aiemmissakin tutkimuksissa. (Sisäilmayhdistys 2008; Mielikäinen ym. 2003, 5-6; Työterveyslaitos 2007 B ja C.)

Melu on selkeästi suurin fyysikaalinen kuormitustekijä maaseutuyrittäjien työssä, eli heillä on suuri riski saada meluvamma. Tilakäyntien mukaan suurin osa maaseutuyrittäjistä tiedostaa tämän riskin, ja heillä oli käytössään kuulosuojaimet. Huonot lämpöolot aiheuttavat nivel- ja lihasvaivoja, lämpökouristuksia, pyörtymisiä ja lämpöhalvauksia. Kylmyyttä, kuumuutta, vetoa, kosteutta tai kuivuutta, tilakäynneillä havaittiin kuormittavaksi tekijäksi vain viidellä tilalla. Lämpöolojen vaihteluihin oli varauduttu muun muassa koneellisella ilmanvaihdolla ja tiedostamalla lämpötilojen vaihteluiden riskit. Riittämätön valaistus heikentää näkemistä työtiloissa, jolloin tapaturmariski kasvaa. Tilakäynneillä havaittiin puutteita valaistuksessa lähes puolella tiloista. Tulokset antavat suuntaa siitä, että maaseutuyrittäjät eivät välttämättä tiedosta työn vaatimaa riittävää valaistusta. (Työterveyslaitos 2007A.) Tilakäynneillä ei havaittu psyykkisiä kuormitustekijöitä kuormittavissa määrin, mikä selittyi sillä, että maaseutuyrittäjät tiedostivat työnsä psyykkiset riskit (Rissanen 2006).

## 5.7 MAASEUTUYRITTÄJIEN PALAUTE SUORITETUISTA TILAKÄYNNEISTÄ

Tilakäyntien kartoitus, suunnittelu ja toteutus tehtiin vuoden 2009 aikana. Ennakoiva tilakäynteihin perehtyminen toteutettiin yhteistyössä Tornion kaupungin työterveyshuollon ja ProAgrian asiantuntijan kanssa. Samoin neuvoteltiin tilakäyntien toteutuksesta ProAgrian asiantuntijoiden kanssa. Varsinaisia tilakäynntejä on toteutettu 16,

vuoden 2009 aikana. Kaikilta maaseutuyrittäjiltä pyydettiin tilakäynnin jälkeen palaute suoritetusta tilakäynnistä (Liite 4).

Maaseutuyrittäjät odottivat tilakäynneiltä saavansa uutta tietoa ja parannusehdotuksia omalle tilalleen. Tilakäynnit koettiin tarpeellisiksi kaikille tiloilla työskenteleville sekä sidosryhmille. Tilakäynneillä keskusteltiin laajasti asioista, joihin ei muutoin kiinnitetä huomiota. Tilakäynneillä tuli käytännön tietoa työolosuhteista ja tilan toiminnasta sekä ulkopuolisen näkökulma asioihin. Maaseutuyrittäjän oman hyvinvoinnin kannalta tilakäynnit koettiin erittäin merkittäviksi. Ne loivat uskoa omaan työhön ja vieraiden henkilöiden huomioit työstä ja työolosuhteista toivat uutta katsantoa eri näkökulmista ja ne auttoivat tarkastelemaan omia rutiineja eri tavalla. Keskustelut ja tutustumiset tilan työolosuhteisiin koettiin myönteisinä. Maaseutuyrittäjän työhön liittyvä voimakas sitoutuminen ja vastuu tulivat hyvin esille keskusteluisa tilakäynneillä. Mitään kielteistä ei tilakäynneistä koettu. Tilakäynneillä liian vähälle huomiolle vastaajien mukaan jäivät henkiseen hyvinvointiin liittyvät asiat ja ne koettiin myös vaikeana hoitaa. Tämän tyyppistä tilakäyntien kehittämistyötä tulisi vastaajien mielestä jatkaa ja niitä voisi kehittää yhdessä maatalousyrittäjien ja asiantuntijoiden kanssa.

# 6 Maaseutuyrittäjien työterveyshuollon toimivuus Lapin maakunnassa työterveyshoitajien arvioimana

Työterveyshuollossa työskentelee ammattihenkilöinä laillistettuja lääkäreitä ja terveydenhoitajia, jotka ovat suorittaneet erityispätevyyden työterveyshuoltoon. Lisäksi moniammatilliseen yhteistyöhön osallistuvat terveyshuollon asiantuntijat, kuten psykologi, fysioterapeutti, ravitsemusterapeutti, joilla on oman alansa pätevyys sekä riittävät tiedot työterveyshuollosta. Työterveyslaitos ja sen kuusi alutyöterveyslaitosta toimivat asiantuntijalaitoksina, joilta työterveysyksikön välityksellä voidaan ostaa tarvittavaa asiantuntija-apua. Maatalousyrittäjien työterveyshuollon keskusyksikkö (Mytky) on Työterveyslaitoksen yhteydessä Kuopiossa. Yksikön tehtävänä on maatalousyrittäjien työterveyshuollon valtakunnallinen kehittäminen, neuvonta, seuranta ja kattavuuden lisääminen. Lisäksi Mytkylle kuuluu kansallinen ja kansainvälinen yhteistyö. (Husman 2003, 33; Räsänen 2003, 41; Työterveyslaitos 2008.)

Työterveyshuollon palvelutuotantovaihtoehtoja voi järjestää esimerkiksi yrityksen omalla terveysasemalla tai ostamalla palvelut usean yrityksen yhteiseltä työterveysasemalta, terveyskeskuksesta tai lääkärikeskuksesta. Useimmiten maaseutuyrittäjien työterveyshuolto järjestetään terveyskeskuksessa, koska terveyskeskuksen järjestämä työterveyshuolto on ensisijainen työterveyspalvelujen turvaaja maaseudulla, jossa ei ole mahdollisia vaihtoehtoja. (Räsänen 2003, 40.)

Työnantajan ja työterveyshuollon palvelun tuottajan tulee tehdä työterveyshuollon järjestämisestä kirjallinen työterveyshuoltosopimus, josta ilmenee työterveyshuollon yleiset järjestelyt sekä palvelujen sisältö ja laajuus. Lisäksi tehdään myös kirjallisena toimintasuunnitelma, joka sisältää työterveyshuollon yleiset tavoitteet sekä työpaikan olosuhteisiin perustuvat tarpeet ja niistä johtuvat toimenpiteet. Työpaikkakäynteihin ja muihin työterveyshuollon suorittamiin selvityksiin perustuen toimintasuunnitelma tulee tarkistaa vuosittain. Tämä sopimus tulisi olla työpaikalla nähtävänä samalla lailla kuin työterveyshuoltolaki ja sen nojalla annetut säädökset sekä työpaikkaselvitys. (Husman 2003, 34; 36.)

Maaseutuyrittäjien työterveyshuoltoon voi liittyä 18–67-vuotias maatalousyrittäjien eläkelain (MYEL) mukaisesti vakuutettu henkilö. Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen tilaston (2008) mukaan Lapissa MYEL-vakuutetuista maaseutuyrittäjistä 1473 henkilöä, joista oli puolet liittynyt työterveyshuoltoon. Maaseutuyrittäjille työterveyshuoltoon liittyminen on vapaaehtoista. Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen ylläpitämään tilakäyntirekisteriin ilmoitetaan työajan tapaturmavakuutusmaksun

(MATA) alennuksen saamiseksi maatalousyrittäjän henkilötiedot, tuotantosuunta ja työterveyshuoltoon liittymispäivä sekä tulevat ja toteutuneet tilakäynnit osallistujineen. MATA-maksualennuksen saaminen edellyttää maatalousyrittäjän sitoutumista vähintään neljän vuoden välein tehtävään tilakäyntiin. (Työterveyslaitos 2010.)

Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun terveydenhoitajaopiskelijat Anu Saarela ja Maria Vántänen ovat tehneet vuonna 2006 opinnäytetyönään: Maatalousyrittäjien työterveyshuollon toimivuus - Maatalousyrittäjien tyytyväisyys ja odotukset työterveyshuollolta Lapin maakunnassa keväällä 2006. Työn tulosten perusteella maatalousyrittäjät ovat melko tai erittäin tyytyväisiä työterveyshuollon palveluihin. Pääosalle maatalousyrittäjistä oli tehty tilakäynti ja terveystarkastus hyvän työterveyshuoltokäytännön mukaisesti. Työkykyä ylläpitävän toiminnan, työterveyslääkärin ja sairaanhoitopalveluiden saatavuutta tulisi tutkimuksen mukaan lisätä. Maatalousyrittäjät haluavat työterveyshuoltopalvelut mieluiten kunnan järjestämänä. Suurin osa työterveyshuoltoon kuulumattomista maatalousyrittäjistä ilmoitti, ettei heillä ole tarvetta työterveyshuollon palveluille. (Saarela & Vántänen 2006.)

## 6.1 TYÖTERVEYSHOITAJIEN HAASTATTELU TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMIVUUDESTA LAPIN MAAKUNNASSA

Keväällä 2009 suoritettiin puhelinhaastattelu Lapin maakunnan kuntien: Enontekiö, Inari, Kolari, Kemijärvi, Kemina, Kittilä, Muonio, Pello, Posio, Ranua, Rovaniemi, Salla, Savukoski, Simo, Sodankylä, Tervola, Tornio, Utsjoki ja Ylitornio, työterveyshoitajille (N=18). Puhelinhaastattelua varten Yliopettaja Airi Paloste laati haastattelulomakkeen (Liite 5), sekä suoritti puhelinhaastattelun.

Lapin työterveyshoitajille (N=18) tehdyn haastattelun mukaan maaseutuyrittäjien työterveyshuolto on järjestetty pääosin terveyskeskuksessa; yhden kunnan työterveyshuolto oli järjestetty yksityisesti. Lapin kuntien työterveyshuollossa toimii kaikissa lääkäri jossain määrin paitsi yhdessä. Tässä kunnassa oli niinkin ikävä tilanne, että haastatteluhetkellä ei ollut työterveyshuollossa suunnattua lääkäriä. Kolmessa kunnassa työterveyshuollon lääkäripalvelut on hoidettu ostopalveluna vuodesta 2005 lähtien. Suurin osa lääkäreistä työskenteli osa-aikaisina, 1-4 päivään viikossa. Kunnista kuudella (33 %) oli kokopäiväinen lääkäri käytettävissä.

Työterveyshoitajia kunnilla oli käytettävissä ½ - 4 henkilöä. Jokaisen kunnan työterveyshuollossa oli keskimäärin 1,6 terveydenhoitajaa. Jos työterveyshuollossa oli useita työterveyshoitajia, vastuut oli jaettu maatalousyrittäjistä poronhoitajiin. Työterveyshuollon asiantuntijoista fysioterapeutti oli käytettävissä jossain määrin joka kunnassa: terveyskeskuksen oma fysioterapeutti (67 %), fysioterapiapalvelut ostopalveluna (6 %), fysioterapeutti 20-30 % työajastaan (6 %), työterveyshuollon fysioterapeutti (17 %). Lisäksi kahden kunnan alueen työterveyshuollossa oli käytössä terveyskeskuksen fysioterapeutti ja toisessa ostopalveluna yksityinen fysioterapeutti.

Kuntien työterveyshuoltojen psykologipalvelut oli saatu järjestymään: työterveyshuollon psykologi (22 %), terveyskeskuksen psykologia (11 %), psykologi ostopalveluna (11 %), kuntayhtymän psykologi (6 %) ja tarvittaessa perhe- ja mielenterveyskeskuk-

sesta (6 %). Ravitsemusterapeutin palveluita oli tarjolla vain yhdellä kunnalla, ja hän toimii ammatinharjoittajana. Lisäksi jotkut työterveyshoitajista mainitsivat agrologin palveluista, joita tarvittaessa oli mahdollista saada.

Työterveyshuollon piiriin kuuluvia maatalousyrittäjiä on kunnissa kyselyn mukaan 5 – 108 tilaa. Keskimäärin kunnissa oli 60 tilaa. Työterveyshuoltojen kirjaaminen eriytyi toisistaan. Osa ilmoitti asiakkaat tiloina ja osa yrittäjinä. Tiloilla on yleensä yksi maaseutuyrittäjä, joka on tehnyt sopimuksen työterveyshuollon kanssa, joten tila voi olla yhtä kuin yrittäjä. Joissakin kunnissa yrittäjiä oli kuitenkin enemmän kuin tiloja. Päätoimisista ja sivutoimisista maaseutuyrittäjistä on vaikea esittää määriä tai prosentteja, mutta päätoimisia on ymmärrettävästi enemmän. Maaseutuyrittäjien yritysten tuotantosuunnat ovat työterveyshoitajien tietojen mukaan: maidontuotanto, lihantuotanto, poronhoito, metsätalous, kalatalous, eläinten kasvatusta (lampaat, emolehmät, hevoset, siat, vasikat), kasvinviljely (peruna, pelto), puutarha, traktoriurakointi, matkailu (matkailu- ja kalastusohjelmapalvelut).

Työolojen selvitys tehtiin 4 vuoden välein jokaisessa Lapin alueen työterveyshuollossa. Kuntien tiloista puolella oli suoritettu tilakäynnit, toisella puolella eivät olleet vielä tehneet tilakäyntejä. Yhden kunnan vastausta ei ollut. Kuudella kunnalla (33 %) suorittamattomista tilakäynneistä oli jo tehty maatilojen tilakäynnit, mutta porotilojen tilakäynnit olivat tekemättä tai kesken. Kevään 2009 aikana suurimmalla osalla työterveyshuolloista oli suunnitteilla tilakäyntejä (78 %).

Työterveyshoitaja osallistuu tilakäynteihin joka kunnassa. Lääkäri osallistuu vain tarvittaessa neljässä kunnassa (22 %), muuten tilakäynnit tehdään ilman lääkäreitä. Yhdellä kunnalla lääkäri osallistuu noin puoleen osaan tilakäynneistä (26/52 tilasta). Kahdella kunnalla on aina fysioterapeutti ja yhdellä kunnalla tarvittaessa mukana tilakäynneillä. Johtava lomittaja tulee mukaan tilakäynnille kolmen kunnan työterveyshuollossa (17 %). Maatalouden asiantuntija, useimmiten piiriagrobiologi, on mukana lähes aina tilakäynnillä (89 %) ja yhdellä kunnalla tarvittaessa. Yhdellä kunnalla ei ilmoitettu maatalouden asiantuntijan olevan käytettävissä. Tilakäynnillä tehdään työhygieenisia mittauksia, jotka ovat melu, valaistus, veto, lämpötila, kosteus, aistinvarainen havainnointi, kaasumittaukset, ergonomiatarkastukset.

Terveydentilan selvityksen terveystarkastuksessa teki jokaisessa Lapin kunnan työterveyshuollossa työterveyshoitaja. Työterveyshoitajan lisäksi terveystarkastuksen teki kahdessa kunnassa (11 %) tarvittaessa fysioterapeutti. Lääkärin terveystarkastus oli tehty pääasiassa vain tarvittaessa, mutta 72 % maaseutuyrittäjistä pääsee tarvittaessa lääkärin terveystarkastukseen. Lisäksi lääkäri teki terveystarkastuksia siinä tapauksessa, kun työntekijä oli altistunut (6 %), oli lähdössä kuntoutukseen tai fysikaaliseen hoitoon (6 %), oli käynyt terveydenhoitajalla (6 %), kyseessä oli alkutarkastus (6 %) tai sukupolvenvaihtoon liittyvä ensimmäinen tarkastus (6 %). Työoloaastattelu tehtiin kaikissa työterveyshuolloissa: terveystarkastuksen yhteydessä ja tilakäynneillä (39 %), terveystarkastuksen yhteydessä (56 %) tai ainoastaan tilakäynnillä (6 %).

Tietojen antaminen, neuvonta ja ohjaus suoritettiin useimmiten tilakäynneillä ja terveystarkastuksen yhteydessä puolessa näistä Lapin kunnista, mutta myös pelkästään terveystarkastuksen yhteydessä (44 %). Yksi työterveyshoitajista ilmoitti anta-

vansa yksilöohjausta terveystarkastuksien yhteydessä lisäksi puhelimessa. Ryhmätoimintaa ilmoitti olevan puolella kuntien työterveyshuolloista tällä hetkellä tai viime vuosina, kun näistä toisella puolella ei ole ollut kyselyhetkellä tai viime vuosina järjestettyä ryhmätoimintaa.

Ryhmätoiminta on ollut muun muassa Tyky-ryhmät, tupailat, erilaiset liikuntaryhmät sekä kesätapahtuma, jonka maaseutuyrittäjät ja maaseutuyhdistys yhdessä järjestävät. Maaseutuyrittäjille ja heidän kanssaan yhteydessä oleville kuten työterveyshoitaja, Kelan edustaja, lomittajat, agrologi ja yhteyshenkilö, on järjestetty yhteistyöpäivä kerran vuodessa. TELMA- ja AMMUU-hankkeiden myötä on ollut myös ryhmätoimintaa. Aktiivinen tuottajajärjestö järjestää kerran vuodessa virkistystapahtuman maaseutuyrittäjille. Eräs työterveyshoitaja ilmoitti, että ryhmiä on järjestetty, mutta tällä paikkakunnalla ei ollut aktiivista osallistumista.

Tilan ja maaseutuyrittäjän tarpeet otetaan puheeksi ja huomioidaan useimmiten terveystarkastuksen ja/tai tilakäynnin yhteydessä (39 %). Kolme työterveyshoitajaa ilmoitti, että maaseutuyrittäjä saa varata ajan, jos hänellä on yksilöllinen tarve työterveyshoitajalle (17 %). Yhdessä kunnassa piiriagrologi toimii yhdyshenkilönä maaseutuyrittäjän ja työterveyshuollon välillä, jolloin maaseutuyrittäjä ottaa häneen yhteyttä häneen, kun haluaa vastaanottoajan työterveyshoitajalle tai lääkärille. Tilan- ja maaseutuyrittäjien tarpeet huomioidaan antamalla saa ohjausta työergonomiaan, painonhallintaan, jaksamiseen, rokotuksiin sekä annetaan esitteitä. Näin toimi työterveyshuolloista viisi kuntaa (28 %). Kahdessa kunnassa pidetään kaksi kertaa vuodessa yhteistyöpalavereja terveystarkastuksien ja tilakäyntien lisäksi, joissa huomioidaan tilan ja maaseutuyrittäjän tarpeet.

Yrittäjän työkykyä ylläpitävää toimintaa ja kuntoutukseen ohjausta on tarjottu maaseutuyrittäjille suunnitellun kuntoutuksen tai kuntoremonttikurssin muodossa kyselyhetkellä ja viime vuosina. Kuntien työterveyshuollon palveluna työkykyä ylläpitävää toimintaa ei ole järjestetty tällä hetkellä ja viime vuosina viiden kunnan mukaan (28 %). Työterveyshoitajien mukaan ei ole ollut osallistujia muun muassa, koska ei ole ollut innokkuutta taikka halukkuutta. Pari maaseutuyrittäjää on osallistunut ASLAK- ja TYK-kuntoutukseen yli puolessa (61 %) kunnista. Maaseutuyrittäjät itse ovat olleet aktiivisia kuntoutuksen suhteen kahdessa kunnassa (11 %), jolloin työterveyshuolto/-hoitaja on antanut lausunnon.

Kuntoutuksen seurantatoimenpiteitä tehdään terveystarkastuksen yhteydessä ja suunnitellaan tarpeen mukaan. Esimerkiksi kuntoutuksessa olleiden epikriisit kuntoutusyksiköstä lähetetään työterveyshuoltoon, ja puolen vuoden kuluttua kuntoutuksen päättymisestä on seuraava kontrollikäynti työterveyshuoltoon. Kelalle on annettu lausuntoja tilojen säkkiautomaattien ja pienkuormaajan hankintaa varten ergonomian ja työkyvyn ylläpitämisen näkökulmasta. Useimmiten maaseutuyrittäjät ovat itse aktiivisia ja ottavat itse yhteyttä työterveyshuoltoon. Kuntoutuksessa olevia seurantatoimenpiteitä. Kolme kuntaa (17 %) eivät ilmoittaneet seurantatoimenpiteitä olevan. Kahdelta kunnalta ei ollut vastausta kysymykseen.

Työkykyä ylläpitävän toiminnan muotoja on monenlaisia. Haastattelussa työterveyshoitajat ilmoittivat työkykyä ylläpitäviksi toiminnoiksi esimerkiksi paikkakun-

nan tarjolla olevat mahdollisuudet kuten kansalaisopiston liikuntaryhmät. Työterveyshuollon tai terveyskeskuksen kautta oli järjestetty ohjausta ja fysioterapiaa kuten tuki- ja liikuntaelinryhmiä muun muassa kuntosaliharjoitteluna ja kävelytestejä. AMMUU- hankkeessa oli järjestetty työkykyä ylläpitävä toimintaa kuten liikuntaryhmiä. Emännillä on ollut myös omia jumpparyhmiä. Kaksi kuntaa ei ilmoittanut työkykyä ylläpitävän toiminnan muotoja. Yhdellä kunnalla ei ollut vastausta.

Maaseutuyrittäjät ovat järjestäneet itselleen yleislääkäritasoiset sairaanhoitopalvelut työterveyshuollossa viidessä kunnassa (28 %), joista eli kolmessa kunnassa (17 %) osa on järjestänyt sairaanhoitopalvelut ja kahdessa kunnassa (11 %) suurempi osa – jopa puolet – on tehnyt sairaanhoitosopimuksen ja järjestänyt itselleen sairaanhoitopalvelut. Kuntien työterveyshuollon maaseutuyrittäjäasiakkaista suurella osalla (78 %) ei ole sairaanhoitosopimusta. Sairaanhoitosopimus sisältää erikoislääkäreiden ja muiden asiantuntijoiden konsultaatiota vain yhdessä kunnassa; muilla konsultaatiota ei sisälly sairaanhoitosopimukseen. Kahdelta kunnalta ei ollut vastausta.

Maaseutuyrittäjien terveydentilan ja työolosuhteiden seuranta toteutetaan kunnissa monin eri tavoin. Seuranta voidaan toteuttaa samalla, kun selvitetään terveydentilaa esimerkiksi 1-5 vuoden välein ja työolosuhteita esimerkiksi 3-4 vuoden välein. Tilakäynnit ja terveystarkastukset suunnitellaan peräkkäisille vuosille tukien ja sujuvuuden vuoksi, ja ne suunnitellaan yksilöllisesti ja tarpeen mukaan. Organisaatiomuutoksien ja resurssien puutteen vuoksi tilakäyntejä ei ole aina ollut mahdollista suorittaa suositellusti. Tarvittaessa maaseutuyrittäjä ohjataan työterveyslääkärille tai päivystykseen. Terveystarkastus voi sisältää muun muassa näön ja kuulon tutkimuksen, keuhkojen toimintakokeen eli mikrospirometrian, verikokeita (rasva-arvot, S-kol, B-gluc. PVK), ihon kunnon tarkastuksen sekä ergonomista ohjausta ja testausta kuten puristusvoimatestin.

Maaseutuyrittäjä ohjataan tarvittaessa fysioterapeutille ja psykologille. Lisäksi haastatteluissa mainittiin, että ½-1 vuoden välein järjestetään kuntotestejä sekä niskaselkä- ja jaksamisryhmiä tarjotaan. TYK-kuntoutuksessa olleita seurataan 4 vuoden välein. Eräessä kunnassa paliskunnan yhteyshenkilö kutsuu poronhoitajat terveystarkastuksiin, toisaalta toisessa kunnassa maaseutuyrittäjät olivat itse aktiivisia ja varasivat itselleen ajan työterveyshuoltoon.

Kahdessa kunnassa järjestetään yhteistyöpalavereja 1-2 kertaa vuodessa. Yhteistyöpalaveriin osallistuu työterveyshoitaja, agrologi, erilaisten yhteistyöelimien edustajat esimerkiksi Paliskuntien yhdistyksestä, poronhoitajien edustaja, lääkäri ja kunnan edustaja. Niille maaseutuyrittäjille, joilla ei ollut vielä sairaanhoitosopimusta, oli tarkoitus tarjota sitä. Osa työterveyshoitajista mainitsi, että poronhoitajia on vaikea saada osallistumaan terveystarkastuksiin.

## 6.2 YHTEENVETO MAATALOUSYRITTÄJIEN TYÖTERVEYSHUOLLON TOIMIVUUDESTA

Maaseutuyrittäjien työterveyshuolto järjestetään pääosin terveyskeskuksessa, mikä on luultavasti helpointa järjestää pitkien matkojen ja palvelujen järjestämisen vuoksi.

Lapin kuntien työterveyshuollossa toimii kaikissa lääkäri vaihtelevalla järjestelyillä. Yhden kunnan työterveyshuollossa ei ollut kyselyhetkellä lääkäreitä käytettävissä. Lapin kuntien työterveyshuollossa työterveyshoitajia työskentelee myös vaihtelevasti, mutta jokaisessa haastatteluun osallistuneessa kunnassa työterveyshoitajia työskentelee jossain määrin.

Suhteutettuna asiakasmääriin olisi hyvä nähdä, onko työterveyshoitajien määrä riittävä. Työterveyshuoltoon liittyminen ja sen toimenpiteisiin osallistuminen antaa mahdollisuuden maatalousyrittäjän tapaturmavakuutukseen. Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen tilaston (2008) mukaan Lapin MYEL- vakuutetuista maaseutuyrittäjistä 1 473 henkilöä, joista puolet oli liittynyt työterveyshuoltoon, mikä voisi tietysti olla enemmän. Vängin ja Saarelan (2006) tutkimuksen mukaan suurimmalla osalla maaseutuyrittäjistä, jotka eivät ole työterveyshuollon asiakkaita, ei ollut tarvetta työterveyshuollon toimenpiteisiin.

Työterveyshuollon asiantuntijoita työskentelee vaihtelevalla määrällä ja vaihtelevista paikoista kuten terveyskeskuksesta, yksityiseltä sektorilta tai ammatinharjoittajina. Fysioterapeutti on lähes joka kunnassa käytettävissä tarvittaessa. Yli puolella on psykologi käytettävissä ainakin tarvittaessa jos ei kokopäiväisesti. Ravitsemusterapeutti on vain yhden kunnan työterveyshuollon käytettävissä. Kyselyssä kysyttiin näitä työterveyshuollon asiantuntijoita, mutta he voivat olla myös muiden alojen asiantuntijoita kuten liikunnassa, ergonomiassa, työhygieniassa, teknisellä alalla ja puheterapiassa.

Työolojen selvitys tehdään 4 vuoden välein jokaisessa Lapin alueen työterveyshuollossa. Työterveyshuollon asiakkaiden tilojen tilakäynneistä puolet oli suoritettu. Tilakäynneistä 1/3 on suoritettu jo maatalojen tilakäynnit, mutta porotilojen tilakäynnit olivat suorittamatta tai kesken. Työterveyshoitaja osallistuu tilakäynnteihin joka kunnassa. Työterveyshoitajan kanssa tilakäynnille osallistuvat useimmiten maatalouden asiantuntija, mutta tarvittaessa lääkäri tai fysioterapeutti osallistuu kunnan resurssien mukaan. Tilakäynnillä tehdään työhygieenisia mittauksia, jotka ovat melu, valaistus, veto, lämpötila, kosteus, aistinvarainen havainnointi, kaasumittaukset, ergonomiatarkastukset.

Terveystila selvitetään terveystarkastuksessa, jonka tekee jokaisessa Lapin kunnan työterveyshuollossa työterveyshoitaja. Tarvittaessa sen voi tehdä fysioterapeutti tai erityistapauksissa lääkäri. Työoloaastattelu tehdään pääasiassa terveystarkastuksen yhteydessä.

Tietojen antaminen, neuvonta ja ohjaus suoritettiin useimmiten tilakäynneillä ja terveystarkastuksen yhteydessä. Maaseutuyrittäjien ryhmätoimintaa on tällä hetkellä tai viime vuosina puolella Lapin kunnista, mutta toisaalta toisella puoliskolla ei ole maaseutuyrittäjille ryhmätoimintaa.

Tilan ja maaseutuyrittäjän tarpeet otetaan puheeksi ja huomioidaan useimmiten terveystarkastuksen ja/tai tilakäynnin yhteydessä. Yrittäjän työkykyä ylläpitävää toimintaa ja kuntoutukseen ohjausta tarjotaan maaseutuyrittäjille, mutta usein on kyse maaseutuyrittäjän aktiivisuudesta lähtekö hän esimerkiksi ASLAK- tai TYK- kuntoutukseen. Kunnista yli puolella on käynyt pari maaseutuyrittäjää kuntoutuksessa.



Kuntoutuksen seurantatoimenpiteitä tehdään terveystarkastuksen yhteydessä ja suunnitellaan tarpeen mukaan. Työkykyä ylläpitävän toiminnan muotoja on monenlaisia.

Osa maaseutuyrittäjistä on järjestänyt itselleen yleislääkäritasoinen sairaanhoito- palvelut työterveyshuollossa. Työterveyshuollon maaseutuyrittäjäasiakkaista suurella osalla ei ole sairaanhoitosopimusta. Sairaanhoitosopimus sisältää erikoislääkäreiden ja muiden asiantuntijoiden konsultaatiota ainoastaan yhdessä kunnassa.



# 7 Hankkeen toteutuksen arviointi

Maaseutuyrittäjien hyvinvointihanketta on arvioitu hankkeen projektihenkilöstön yhteistyön ja toiminnan kannalta sekä hankevetäjien yhteistyötä on tarkasteltu. Hanketoiminnassa ovat olleet mukana seuraavat toteuttajatahot: Lapin kunnat, maaseutusihteerit ja maaseutupäälliköt, Ranuan Meijeri (markkinointiavun osalta myös Pohjolan Maito ja Juusto Kaira Oy), Lapin työterveyshuolto, MTT (Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus), ProAgria Lappi, MTK Lappi,

Mela, Kemi-Tornionlaakson koulutuskuntayhtymä Lappia/ Louen maaseutualan toimipiste, koulutuspalveluja toteuttaneet ja organisoineet yritykset, Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysala sekä hankkeet: Ely / Maisemanhoidosta työtä Lappiin hanke, ProAgria Lappi/ yhteistyöllä kilpailukykyä hankekokonaisuus, Lappia/ Loue/ SPV-hanke, Latu-hanke/ MTT Rovaniemi, Naturpolis Oy/ Tiedoilla tavoitteisiin hanke, ProAgria Lappi/ Yhteistyöllä kilpailukykyä - hankekokonaisuus, MTT Ruukki/ InnoNauta-hanke. Lisäksi hankkeen ohjausryhmältä on pyydetty säännöllisesti palautetta vuosittain.

## 7.1 HANKKEEN PROJEKTIHENKILÖSTÖN YHTEISTYÖ JA TOIMINTA

Hankkeen projektihenkilöstö on koostunut Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan opettajista. Hankkeen projektipäällikkönä ja kouluttajana on toiminut lehtori Riitta Kettunen, kouluttajina ovat toimineet lehtorit Laura Jokela, Anne Puro, Arja Meinilä, Ritva Jalosalmi sekä arvioijana yliopettaja Airi Paloste. Projektihenkilöstön opettajat ovat kokoontuneet säännöllisesti yhdessä suunnittelemaan ja arvioimaan toimintaansa kolmesta - kuuteen kertaan vuodessa. Lisäksi kouluttajat ovat aina ennen jokaista koulutustilaisuutta yhdessä suunnitelleet koulutuksen toteutuksen ja koulutuksen jälkeen reflektoineet osallistujien palautteet. Osallistujien palautteita on hyödynnetty aina seuraavien koulutustilaisuuksien suunnittelussa ja toteutuksessa. Kouluttajat ovat toteuttaneet jatkuvaa arviointia koko hankkeen ajan.

Hankkeen päätösvaiheessa helmikuussa 2011 järjestettiin Gopp-työpaja yhdessä projektihenkilöstön ja yhteiskumppaneiden kanssa. Työpajassa pohdittiin kehittämissideoita, tavoitteita ja tulevaisuuden ennakkointia sekä hankkeen arviointia. Tärkeinä tuloksina koettiin saadun omatoimista itsestä huolehtimista, neuvottelutaitoja, työ-

yhteisötaitoja, toimivia yhteistyökäytäntöjä, verkottumista sekä avointa vuoropuhelua maaseudun elinvoimaisuuden ylläpitämiseksi. Gopp -työpajan yksi tulos oli yksimielisesti se, että maaseutuyrittäjien hyvinvointihankkeelle tarvitaan jatkohanke mahdollisimman pian.

## 7.2 HANKEVETÄJIEN YHTEISTYÖ JA TOIMINTA

Yhteistyötä toteutettiin Lapin perusmaatalouden hanketoimintakokonaisuutta edustavien hankevetäjien kanssa säännöllisissä palavereissa 12 kertaa tämän hankkeen aikana. Yhteistyö hankevetäjien kesken sujui mutkattomasti, yhteissuunnittelu ja ideointi kattoi laajalti Lapin maaseudun elinvoimaisuuden huomioimisen. Lisäksi vältyttiin päällekkäistyöskentelyltä. MTK Lapin paikallisyhdistysten kokousten kautta pidettiin yhteyttä jäsenistöön. Työterveyshuollon ja yhteistoimintaryhmien kanssa oltiin joko puhelinyhteydessä tai mukana kokouksissa muutaman kerran.

Hankevetäjien palaverien kokoonkutsuja ja vetäjä oli Jari Juusola, joka toimii Lapin ProAgrialla Perusmaatalouden Yhteistyö-ohjelma koordinaatiohankkeen projektipäällikkönä. Hankevetäjien kokonpano vaihteli sitä mukaa kuin tuli uusia hankerahoituspäätöksiä. Maaseutuyrittäjien hyvinvointihankkeesta oli mukana Laura Jokela, maatalousasiantuntijan, suunnittelijan ja kouluttajan roolissa sekä hankepäällikkö Riitta Kettunen.

Yhteistyön ja toiminnan tuloksena selkiytettiin perusmaatalouden hanketoiminnallisen ohjelmavaihtelun hankkeet. Kartoitettiin hankkeiden reunaehdot, kesto, rahoitus, kohderyhmä, tavoitteet, menetelmät ja hallinnoivat taustayhteisöt. Selkiytettiin hankkeiden keskinäinen yhteys, mahdollisten päällekkäisyyksien olemassaolo, kunkin hankkeen rooli suhteessa toiseen hankkeeseen ja toistaan tukeva merkitys.

Tapaamisissa käytiin kunkin hankkeen osalta ajankohtainen tilannekartoitus. Jaettiin keskinäistä tietotaitoa. Kokeneemmat hankevetäjät opastivat vähemmän kokeneita erilaisissa käytännön asioissa. Suunniteltiin ja organisoitiin ”Lapin maatalous porskuttaa” seminaari, jolla pyrittiin maatalouden ”hengen nostatukseen”. Toteutus oli 3.4.2009 Rovaniemellä.

Käsiteltiin esille nousseita käytännön ongelmia liittyen viestintään, tiedottamiseen, tietosuojaan, kohderyhmän tavoittamiseen sekä eri rahoitustahojen rajoituksiin ja mahdollisuuksiin. Sovittiin toteutettavaksi perusmaatalouden hanketoiminnallisen ohjelmavaihtelun mukaisten hankkeiden yhteinen kotisivu. Työ tilattiin tarjousten perusteella Kemi-Tornion ammattikorkeakoululta. Se toteutettiin oppilastyönä. Sivustoa käytettiin hankkeiden ajankohtaisten tiedotteiden ja koulutustilaisuuksien markkinointifoorumina ( [www.lapinmaatalous.fi](http://www.lapinmaatalous.fi)).

Tervolaan Maaseudulta käsin messutapahtumaan varattiin yhteinen hankeosasto ja sovittiin sinne kustakin hankkeesta edustus. Ideoitiin tiedottamista ja markkinointia moneen otteeseen.

Eri hankkeille oli varattu hankehakemuksen yhteydessä optio jatkohankkeeksi ja yleisesti joka hanke jatkui tuotantokauden loppuun. Maahy -hankkeen osalta ei jatko ole vielä selvä saati uusi hanke. Latuhanke ja MTT tekevät Lapin maatalouksille laa-

jan kyselyn ja siihen liittyen koottiin eri näkökohtia, jotka nähtiin tarpeelliseksi selvittää.

Yhteenvetona voidaan todeta, että Lapin perusmaatalouden hanketoimintakokonaisuutta edustavien hankevetäjien kanssa toteutetut säännölliset palaverit ovat onnistuneet erinomaisesti ja ne on koettu erittäin tarpeellisiksi. Saadut kokemukset hankeyhteistyöstä olivat hyvät ja ne evästivät yleisesti jokaista hanketyöläistä eteenpäin oman hankkeensa kanssa.

### 7.3 HANKKEEN OHJAUSRYHMÄN PALAUTE

Maaseutuyrittäjien hyvinvointihankkeen ohjausryhmään ovat kuuluneet seuraavat henkilöt:

Marko Repo, puheenjohtaja, MTK- Lappi ry:n edustaja, maanviljelijä  
Riitta Kettunen, sihteeri, esittelijä, projektipäällikkö Kemi-Tornion amk, sosiaali- ja terveysala  
Jouko Jussila, Lapin ELY -keskus, Työvoimaosasto, EU-asiantuntija, rahoittajan edustaja ja/tai  
Olli Lehtoniemi, Lapin ELY -keskus, ESR -asiantuntija, rahoittajan edustaja  
Leena Leväsvirta, Kemi-Tornion amk, sosiaali- ja terveysala, toimialajohtaja tai  
Sinikka Kähkölä, Kemi-Tornion amk, sosiaali- ja terveysala, vs. toimialajohtaja  
Arto Rautajoki, Kemi-Tornion amk, sosiaali- ja terveysala, kehityspäällikkö tai  
Martti Ainonen, Kemi-Tornion amk, sosiaali- ja terveysala, vs. kehityspäällikkö  
Anne Ristioja, Lapin ELY- keskus, Maaseutusosasto, agronomi  
Matti Ylimommo, ProAgria, Lappi, johtaja tai  
Simo Alaruikka, ProAgria, Lappi, johtaja

Lisäksi kutsuttuna seuraavat henkilöt:

Jari Juusola, ProAgria, Lappi, projektipäällikkö, asiantuntijajäsen (myös varsinaisen jäsenen varahenkilö) talousvastaavat Marja-Leena Miettinen tai Miia Pohjola tai Henna Kortelainen.

Ohjausryhmän kokouksia on pidetty kahdeksan kertaa.

Hankkeen ohjausryhmältä on pyydetty arviointia hankkeesta Webropol-pohjaiselle kyselylomakkeelle (Liite 6). Ohjausryhmä on arvioinut hanketta toukokuussa vuonna 2009 ja maaliskuussa 2010 ja toukokuussa 2011. Ohjausryhmän jäsenistä vuonna 2009 vastasi kyselyyn viisi henkilöä ja vuonna 2010 kyselyn palautti kolme henkilöä ja samoin vuonna 2011.

Ohjausryhmän jäsenet (n=5) ovat vuonna 2009 arvioineet hankkeen tavoitteita ja tuloksia asteikolla 1-5 (siton, että asteikko 5 on paras) sen mukaan, millaisia kokemuksia vastaajilla on ollut arvioitavasta tekijästä liittyen Maaseutuyrittäjien hyvinvointihankkeeseen. Vastausten tulokset esitetään sanallisesti sekä keskiarvolukuina. Hank-

keen tulokset vastasivat hankesuunnitelmassa määriteltyjä tavoitteita hyvin (ka; 3,4). Hankkeen tuloksien hyötyä kohderyhmälle / edunsaajalle pidettiin hyvinä (ka; 3,4 ). Hankkeen tulosten riittävää tiedottamista pidettiin tyydyttävänä (ka; 2,4). Ohjausryhmän mielestä hankkeen tulokset ovat hyvin (ka; 3) hyödynnettävissä myös hankkeen jälkeen. Ohjausryhmän jäsenet pitivät hankkeen tuloksia luetettavina (ka; 3). Ohjausryhmän arvio hankkeen tavoitteista ja tuloksista oli hyvä (ka; 3,08).

Ohjausryhmän arviointi yhteistyön toimivuudesta hankkeessa oli hyvä (ka; 3,6). Hankkeeseen osallistujia oli pidetty tyydyttävästi ajan tasalla (ka; 2,8). Kokonaisarviointi hankkeen yhteistyöstä oli hyvä (ka; 3,2).

Arvioitaessa hankkeen toimenpiteitä ja resursseja, ohjausryhmän mielestä hankkeen toimenpiteet ovat palvelleet erittäin hyvin (ka; 4) hankkeen tarkoitusta ja tulostavoitteita. Hankkeen taloudelliset resurssit on mitoitettu ja kohdennettu oikein; ohjausryhmä piti niitä hyvänä (ka; 3). Henkilöstön ammattitaitoa ja asiantuntemusta pidettiin erittäin hyvänä (ka; 4). Ohjausryhmän sanallisissa kommentteissa todettiin, että kyselyyn vastaaminen oli vaikeaa, koska hanke oli vasta alussa.

Vuonna 2010 ohjausryhmän jäsenet (n=3) ovat arvioineet hankkeen tavoitteita ja tuloksia seuraavasti. Hankkeen tulokset vastasivat hankesuunnitelmassa määriteltyjä tavoitteita erittäin hyvin (ka; 4,66). Hankkeen tuloksien hyötyä kohderyhmälle / edunsaajalle pidettiin kiitettävänä (ka; 5 ). Hankkeen tulosten riittävää tiedottamista pidettiin erittäin hyvänä (ka; 4,33). Ohjausryhmän mielestä hankkeen tulokset ovat erittäin hyvin (ka; 4,67) hyödynnettävissä myös hankkeen jälkeen. Ohjausryhmän jäsenet pitivät hankkeen tuloksia täysin luetettavina (ka; 5). Ohjausryhmän arvio hankkeen tavoitteista ja tuloksista oli erittäin hyvä (ka; 4,73).

Ohjausryhmän arviointi yhteistyön toimivuudesta hankkeessa oli erittäin hyvä (ka; 4,67). Hankkeeseen osallistujia oli pidetty hyvin ajan tasalla (ka; 3,33). Kokonaisarviointi hankkeen yhteistyöstä oli erittäin hyvä (ka; 4).

Arvioitaessa hankkeen toimenpiteitä ja resursseja, ohjausryhmän mielestä hankkeen toimenpiteet ovat palvelleet erittäin hyvin (ka; 4,67) hankkeen tarkoitusta ja tulostavoitteita. Hankkeen taloudelliset resurssit on mitoitettu ja kohdennettu oikein; ohjausryhmä piti niitä erittäin hyvänä (ka; 4). Henkilöstön ammattitaitoa ja asiantuntemusta pidettiin kiitettävänä (ka; 5). Kokonaisarviointi hankkeen toimenpiteistä ja resursseista yhteistyöstä oli erittäin hyvä (ka; 4,5).

Hankkeen päättyessä ohjausryhmältä pyydettiin palaute 01.06.2011 ja hankearviointiin vastasivat kolme ohjausryhmän jäsentä. Vuonna 2011 ohjausryhmän jäsenet (n=3) ovat arvioineet hankkeen tavoitteita ja tuloksia seuraavasti. Hankkeen tulokset vastasivat hankesuunnitelmassa määriteltyjä tavoitteita erittäin hyvin (ka; 4,67). Hankkeen tuloksien hyötyä kohderyhmälle / edunsaajalle pidettiin erittäin hyvänä (ka; 4,67 ). Hankkeen tulosten riittävää tiedottamista pidettiin erittäin hyvänä (ka; 4,33). Ohjausryhmän mielestä hankkeen tulokset ovat erittäin hyvin (ka; 4,33) hyödynnettävissä myös hankkeen jälkeen. Ohjausryhmän jäsenet pitivät hankkeen tuloksia luetettavina (ka; 4,33). Ohjausryhmän arvio hankkeen tavoitteista ja tuloksista oli erittäin hyvä. (ka; 4,47).

Ohjaustyhmän arviointi yhteistyön toimivuudesta hankkeessa oli erittäin hyvä (ka; 4,33). Hankkeeseen osallistujia oli pidetty erittäin hyvin ajan tasalla (ka; 4,5). Kokonaisarviointi hankkeen yhteistyöstä oli erittäin hyvä (ka; 4,4).

Arvioitaessa hankkeen toimenpiteitä ja resursseja, ohjausryhmän mielestä hankkeen toimenpiteet ovat palvelleet erittäin hyvin (ka; 4,67) hankkeen tarkoitusta ja tulostavoitteita. Hankkeen taloudelliset resurssit on mitoitettu ja kohdennettu oikein; ohjausryhmä piti niitä erittäin hyvänä (ka; 4,33). Henkilöstön ammattitaitoa ja asiantuntemusta pidettiin erittäin hyvänä (ka; 4,67). Kokonaisarviointi hankkeen toimenpiteistä ja resursseista yhteistyöstä oli erittäin hyvä (ka; 4,6).

Yhteenvedona ohjausryhmän antamista hankearvioinneista vuosina 2009-2011; voidaan todeta, että ohjausryhmä on arvioinut hankkeen tavoitteet ja tulokset erittäin hyväksi (ka; 4,1), yhteistyö hankkeessa on ohjausryhmän mielestä ollut erittäin hyvää (ka; 3,9) samoin hankkeen toimenpiteitä ja resursseja ohjausryhmä on arvioinut erittäin hyväksi (ka; 4,4).





# 8 Maaseutuyrittäjien koulutustilaisuuksien arviointi

Maaseutuyrittäjille hankkeen aikana järjestettiin kaikkiaan 2135 lähiopetuspäivää ja ohjaus- tai konsultointipäiviä yhteensä 92. Arvioitaessa hankkeen tunnuslukuja voidaan todeta, että hankkeessa ylittyivät tavoitteeksi asetetut tunnusluvut (tavoite 1123 lähiopetuspäivää ja 70 ohjaus- ja konsultointipäivää). Liitteessä 7 on taulukon muodossa koottuna kaikki hankkeessa toteutetut koulutukset ja tilakäynnit.

Koulutustilaisuudet ovat koostuneet kolmesta kokonaisuudesta:

- A. Työkykyä ja työhyvinvointia heikentävien riskitekijöiden kartoittaminen ja suunnitelmien laatiminen siitä, miten näihin tekijöihin vaikutetaan.
- B. Osaamista, ammattitaitoa ja työnhallintaa koskevan tiedon kartoittaminen ja kehittäminen ja alustavien uusien koulutusmahdollisuuksien ja elinkeinomahdollisuuksien edellytysten arvioiminen.
- C. Työyhteisön/yritysyhteistyön kehittäminen. työhyvinvointiin liittyen työolosuhteiden ja riskien kartoittaminen. Verkostoitumisen edistäminen, tiedon ja osaamisen jaksamisen mahdollistaminen viljelijöiden kesken.

Alueelliset koulutukset, joita on järjestetty 2-3 päivän jaksoissa Levillä, Ylläsjärvellä, Saariselällä, Kuusamossa, Posiolla ja Torniossa ovat tarjonneet osallistujille mahdollisuuden tehokkaaseen arjesta irtiottoon, joka on ollut merkittävä hyvinvoinnin lisääjä.

Koulutukset on toteutettu teemoittain:

Hyvinvointi I: Työhyvinvointi

Hyvinvointi II: Voimavarat ja jaksaminen

Hyvinvointi II, lomitushallinto: Esimiestyö ja vuorovaikutus

Hyvinvointi III, maaseutuyrittäjät: Parisuhde/ihmissuhteet

Hyvinvointi III, lomittajat: Ihmissuhteet ja työn ergonomia.

Kaikissa koulutuksissa on keskiössä ollut osallistuja eli maaseutuyrittäjä, maatalouslomittaja, lomitushallinnon henkilöstö ja yhdistysten jäsenet. Koulutuksissa on käsitelty asioita sekä informatiivisesti että toiminnallisina menetelmin. Kaikista hankkeen

aikana toteutetuista tilaisuuksista pyydettiin osallistujilta kirjallinen palaute. Saatu palaute on ollut varsin myönteistä ja mm. koulutukset on aina suunniteltu näiden palautteiden perusteella. Myös kouluttajilta on kerätty palaute koulutuksista ja todettu, että koulutukset ovat tukeneet hyvin tavoitteiden toteutumista.

## 8.1 KOULUTTAJIEN PALAUTTEET

Kouluttajat ovat antaneet palautetta jokaisen koulutustilaisuuden jälkeen. Kouluttajat ovat arvioineet koulutustilaisuuden tavoitteita, ja mitkä tekijät edistivät tavoitteiden saavuttamista ja mitkä taas puolestaan estivät koulutustavoitteiden saavuttamista. Kouluttajat ovat myös esittäneet kehittämissuhteita (Liite 8).

Kouluttajien palautteiden mukaan kouluttajien yhdessä työskentely on sujunut hyvin. Yhdessä erilaiset palaverit, idea- ja aivoriihet olivat tuoneet esiin erilaisia näkemyksiä, joista oli ollut hyvä koota sopiva koulutuskokonaisuus. Koulutuskokonaisuudet maakunnissa olivat yhteistyön kannalta onnistuneita ja erilaiset lähestymistavat ydinasiassa olivat niin kouluttajan kuin kohderyhmänkin kannalta rikastuttavia. Kouluttajat olivat palautteiden mukaan onnistuneet löytämään yhteistä aikaa suunnitteluun, arviointiin ja yhdessä tekemiseen.

Monialaisuus näkyi koulutusosioiden suunnittelussa, jossa eri alojen asiantuntemus oli tullut hyvin hyödynnettyksi. Monialaisuus näkyi mm. gopp-työpajassa, joka oli kouluttajien mielestä erilaisten ideoiden ja näkemysten esiintuomista ja jonka tuotosta toivottiin hyödynnettävän tulevaisuudessa. Kouluttajat olivat saamansa palautteiden perusteella muokanneet sopivasti koulutuksia siihen suuntaan, mihin kohderyhmät ovat toivoneet, unohtamatta hankkeen peruserätyksiä ja tavoitteita. Kouluttajilla oli palautteiden mukaan hankkeen päätavoitteet koko ajan kirkkaina mielessä kaikkina kolmena vuotena; päätavoitteiden lisäksi koulutuskokonaisuuksien tavoitteet tukivat päätavoitteita.

Kouluttajat ovat arvioineet kokonaisuutena yhteistyön toimivuutta, monialaisuuden hyödyntämistä, väliarvioinnin tuloksia, onnistumisia ja epäonnistumisia. Yhteistyön toimivuutta kouluttajat ovat kuvanneet mm. seuraavasti:

”Työskentelimme pääasiassa työpareina, osittain eri kokoonpanoissa. Työpareilla oli pääasiassa tietyt vastualueet; koulutuspäivät ja tilakäynnit. Toisaalta tämä työnjako hankaloitti kokonaiskuvan saamista hankkeen toiminnasta. Toisaalta kuitenkin työnjako oli tarkoituksenmukaista kouluttajan työn sujumuuden kannalta. Koulutuskokonaisuus oli prosessi ja edellisistä asioista oli aina hyötyä seuraavilla kerroilla ja osallistajat olivat melkein kaikki tuttuja. Koko työryhmänä työskentelimme projektin sisäisessä työssä palaverissa ja verkostotapaamisessa, joita olisi voinut olla useampiakin. Yhteisiä palaveria toivoin ainakin alussa olevan tiheämmin kokonaisuuden hahmottamiseksi ja etenemisen ja suuntaamisen arvioimiseksi. Hankkeella oli lopulta useita kohderyhmiä: yrittäjät, lomittajat, hallinto ja ProAgria, minkä vuoksi kokonaisuus oli lopulta laaja ja monisyinen. Projekti-päälliköllä oli langat hyvin käsissä, hän suoriutui kaikkien osa-alueiden koordi-

noinnista ja tiedottamisesta erittäin hyvin. Hän edusti messuilla ym. tapahtumissa projektia.”

Hankkeen aikana kouluttajat ovat hyödyntäneet monialaista ammattikorkeakoulun osaamista koulutusten, tilakäyntien toteutuksessa ja arvioinnissa. Hankkeen työntekijöiden asiantuntijuus on koostunut psykologian, hoitotyön, fysioterapian ja sosiaalialan substanssiosaamisesta. Kunkin osaamista on hyödynnetty tarkoituksenmukaisella tavalla eri toiminnoissa ja kunkin osaaminen täydensi toistaan. Kouluttajilla oli vankkaa kokemusta työhyvinvoinnin eri osa-alueilta ja he hallitsivat hyvin koulutusten ja tilakäyntien substanssin. Isot hyvinvointikoulutukset (I,II,III) painotettiin psyykkiseen hyvinvointiin ja III osa myös työn fyysiseen kuormittavuuteen ja ergonomiaan. Tilakäynneillä korostui myös maaseutuyrittäjien työn henkinen kuormittavuus, työolot ja ergonomia, joista keskusteltiin tiloilla myös maaseudun asiantuntijoiden kanssa. Työterveyshuollon asiantuntijuutta ei saatu tilakäynneille.

Tutkimustietoa osallistujien työhyvinvoinnista ja työterveyspalveluista kertyi kattavasti neljän hoitotyön opiskelijan kahdessa opinnäytteessä ja kahdessa kehittämis-tehtävässä. Kolmen fysioterapiaopiskelijan opinnäytteessä kuvataan hankkeen koulutuksiin osallistuvien lomittajien koulutuksellinen toiminnallinen interventio työn fyysisen kuormittavuuden ja ergonomian näkökulmasta. Hankkeen ulkopuolista asiantuntijuutta oli hyödynnetty jonkin verran; ammattilaisten yhteistyöverkoston tapaaminen oli onnistunut, mutta jatkuvuutta ei sitten tullutkaan. Työterveyshuollon asiantuntijuutta olisi voinut hyödyntää enemmän.

Kouluttajat työstivät koulutusten sisällöt koulutuksiin osallistuvien palautteiden perusteella ja kohderyhmän edustajien neuvotteluissa. Ammattilaisten verkostota-paamisen perusteella kouluttajat suunnittelivat seuraavia koulutustapahtumia.

”Osallistujilta saatiin positiivista palautetta koulutuksista, tilakäynneistä ja käynnistyneistä liikuntaryhmistä. Hankkeen koulutuksiin osallistuttiin aktiivisesti ja osallistujien määrä suuri. Hanke tavoitti maaseutuyrittäjiä eri puolilta Lappia. Osallistujat olivat motivoituneita. Yhteistyöverkoston kokoaminen saatiin alkuun. Yhteistyö maaseudun asiantuntijoiden kanssa hedelmällistä tilakäynneillä. Koulutuksissa tukea konkreettisesti arkityöhön yrittäjien parissa työskenteleville asiantuntijoille ja lomittajille. Toiminnalliset ja sisällöltään korkeatasoiset koulutukset. Paikallinen koulutus, terveystarkastus ja kuntotestaus koettiin tarpeelliseksi.”

Kouluttajat kuvasivat epäonnistumistaan koulutustapahtumien toteuttamisessa mm. seuraavasti:

”Yhteistyöverkosta ei saatu riittävän toimivaksi. Toinen työpaja peruuntui. Työterveyshuolto ja muut ammatillaiset jäivät ulkopuoliseksi. Tilakäynnit jäivät kertaluontoisiksi interventioiksi. Hanke ei välttämättä tavoittanut eniten tukea tarvitsevia yrittäjiä. Paikalliset koulutukset, terveystarkastukset ja kuntotestaukset jäivät vähäiseksi, vaikka ne koettiin tarpeellisiksi osallistujien taholta.”

Kouluttajien palautteista voidaan yhteenvedona todeta, että koulutustilaisuudet ovat onnistuneet tavoitteiden mukaisesti ja osallistujien aktiivisuus on erityisesti edistänyt tavoitteiden saavuttamista. Tavoitteiden saavuttamista osallistujien kohdalla koulutustilaisuuksissa oli estänyt, että muutamien osallistujien ryhmäläisten kanssa oli työlästä saada keskustelua aikaiseksi, liikuntaosioiden vähäinen osanotto koulutettavien osittainen ”lintsaaminen” koulutukseen kuuluvilta osioilta.

Kouluttajat ovat myös esittäneet kehittämisehdotuksiaan. Kouluttajien mielestä hanketta olisi hyvä jatkaa ja hankkeelle toivottiin kaikkien kouluttajien taholta jatko-hanketta. Kouluttajien mukaan ryhmältä tullut palaute on vahvistanut ajatusta siitä, että tämä on juuri sellaista koulutusta, joka auttaa viljelijöitä heidän arjessaan ja jaksamisen tukemisessa. Vertaistuki paikallistuu ja mahdollistuu tällaisissa kohtaamisissa, koska vastaavia tilanteita ei maatalousyrittäjillä ole paljon. Haasteena ja kehittämisehdotuksena kouluttajat esittivät; miten saada mukaan sellaiset maatalousyrittäjät, jotka erityisesti tarvitsevat koulutusta, vertaistukea ja voimaantumista työsään!

## 8.2 OSALLISTUJIEN PALAUTTEET

Osallistujat ovat antaneet palautetta jokaisen koulutustilaisuuden jälkeen. Osallistujat ovat arvioineet koulutustilaisuuskohtaisesti omia tavoitteitaan, ja sitä, mitkä tekijät edistivät tavoitteiden saavuttamista ja mitkä taas puolestaan estivät tavoitteiden saavuttamista. Osallistujat ovat myös esittäneet kehittämisehdotuksiaan (Liite 9).

Hankkeen aikana toteutettiin yksi ensiapukoulutus, jossa osallistujat päivittivät omat ensiaputaitonsa. Hyvänä palautteena koulutuksesta osallistujat totesivat koulutuksen sijoittuminen aitoon työtilaan eli navettaan. Yhteistyötahona toimi Louella sijaitseva Kemi-Tornionlaakson koulutuskuntayhtymä Lappian luonnonvarayksikkö.

Osallistujien palautteiden mukaan keskusteluille ja jakamiselle on ollut todella tarvetta ja se on mahdollistettu reflektiivisen dialogin muodossa. Osallistuja on tullut kuulluksi ja ymmärretyksi sekä ihmisenä että ammattilaisena. Osallistujien yhdenmukainen palaute ammatillisen jakamisen ja vertaistuen merkityksestä korostui. Vertaistuki on elänyt myös koulutusten ulkopuolella, sillä maaseutuyrittäjät, samoin kuin lomittajat ovat oivaltaneet vertaistuen mahdollisuuden oman jaksamisen ja voimavarojen ylläpitäjänä. (Kettunen 2011,8.)

Erityisen tärkeäksi on koettu oma vastuu ja mahdollisuus itse vaikuttaa omaan hyvinvointiin ennaltaehkäisevästi. Samalla on tiedostettu myös toisista maaseutuyrittäjistä ja lomittajista huolenpito yhteiseksi asiaksi. Tämä puolestaan edesauttaa maaseudun elinvoimaisuutta ja työn jatkuvuutta. Koulutusten avulla on tuettu ammatillista osaamista, työn hallintaa, työorganisaatioiden (maaseutuyritys ja lomitus-hallintojärjestelmä), työssä olevan työvoiman ja yritysten kehittämistä sekä yrittäjyyden ylläpitämistä. Ammattiin ja työhön liittyviä asioita on pohdittu kouluttajien johdolla ryhmissä. Työhyvinvointiin liittyvässä osuudessa käsiteltiin työn merkitystä ja arvostusta sekä työn sisältöä erityisesti muutoksien ja jatkuvuuden näkökulmasta. Lomittajat ja maaseutuyrittäjät pohtivat omissa koulutuksissaan yhteistyötä ja sen

kehittämistä. Maaseutuyrittäjät pohtivat ammattityön toteuttamista sekä keskinäistä vuorovaikutusta lomittajien kanssa. Todettiin merkitykselliseksi se, että lomittajaan uskaltaa ja voi luottaa ja että työhön liittyvät onnistumiset ja epäkohdat otetaan puheeksi. Samalla tavalla em. asioita käsiteltiin lomittajien koulutuksessa. Erityisen vahvasti nousi esille oivallus, että maaseutuyrittäjä ei olekaan työn teettäjä vaan asiakas, jota palvellaan ammatillisesti. (Kettunen 2011, 9.)

Hyvinvointi II koulutuksessa oli teemana Voimavarat ja jaksaminen, jossa korostui osallistujien oma vastuu omista voimavaroista, niiden tunnistamisesta, rajoista ja jaksamisesta.

Todettiin, että ennaltaehkäisevä ote, avun hakeminen ja pyytäminen sekä varhainen puuttuminen ovat parhaita omaehtoisen hyvinvoinnin ylläpitäjiä. Vaikeiden tilanteiden ja kriisien kohtaaminen oli merkityksellinen aihealue, koska se koettiin haasteelliseksi. Maaseutuyrittäjät samoin kuin lomittajat, jotka menevät usein maatilalle kriisitilanteisiin, saivat välineitä ja menetelmiä, joilla selvitä vaativissa elämäntilanteissa ja avun tarpeessa olevan ihmisen kohtaamisessa. (Kettunen 2011, 9.)

Kolmannessa hyvinvointiosiossa teemana oli maaseutuyrittäjille parisuhde ja ihmissuhteet yleensä.

Todettiin, että kokonaishyvinvoinnin kannalta maatalouden yrittäjyydessä parisuhde on erityisen merkityksellinen, koska pariskunta työskentelee yhdessä, kantaa taloudellisen vastuun yhdessä, jakaa vapaa-ajan ja työajan keskenään sekä huolehtii perheestä, usein myös vanhemmasta, tilalla eläneestä sukupolvesta. Maatalousparisuhde vaatii vastuullisuudessaan erityistä huolenpitoa, johon osallistujat saivat valmiuksia. He saivat myös rohkeutta ottaa puheeksi vaativatkin asiat riittävän varhain ja ymmärsivät puhumisen merkityksen. Parisuhdetta ja ihmissuhteita yleensä lähestyttiin eri teemoilla käyttäen apuna kirkkohallituksen perheasioiden yksikön julkaisemaa Parisuhteen palikat – koulutusmateriaalia; [www.parisuhteenpalikat.fi](http://www.parisuhteenpalikat.fi). (Kettunen 2011, 9.)

Lomittajien hyvinvointi III osuudessa oli teemana ihmissuhteet / parisuhde ja työn ergonomia.

He saivat valmiuksia omaan elämään liittyvissä ihmissuhde- ja parisuhdeasioissa. Sen lisäksi lomittajat saivat laaja-alaisemman ymmärryksen, miten kohdat tilan väki ihmissuhdetasolla. Ergonomisen osuuden tuloksena lomittajat saivat tietoa oikeasta työergonomiasta sekä luentojen että harjoitteiden avulla. Lomittajien kuntotestit palvelivat oman hyvinvointisuunnitelman toteuttamista. Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijoiden tuottamana syntyi tästä koulutusjaksoista opinnäytetyö: Fysioterapia-opiskelijat Tiina Hast, Laura Markus, Susanna Lindqvist ja opinnäytetty ohjaavan opettaja Ritva Jalosalmi: Ergonomia ja lomittajan työn fyysiset vaatimukset opinnäytetyön on määrä valmistua syksyn 2011 aikana.

Alueellisiin koulutuksiin on ostettu palveluna hotelleilta myös ohjattuja liikunnallisia osuuksia, jotka on räätälöity nimenomaan raskasta maataloustyötä tekeville osallistujille. Ohjaajat ovat aktivoineet osallistujia hyödyntämään erilaisia liikunta- muotoja. Osallistujat ovat tiedostaneet monipuolisen liikunnan merkityksen osana kokonaishyvinvointia ja omaa työhyvinvointia ylläpitävänä tekijänä. Liikunnallisissa

osuuksissa on korostunut ehkäisevän ja omatoimisen liikunnan merkitys. Se puolestaan edistää maaseutuyrittäjyyden jatkuvuutta. Osallistujien palautteiden mukaan lähes kaikki osallistujat toivoivat liikunnallisten osuuksien runsasta lisäämistä kehittämissuunnitelmissaan.

Paikalliset liikuntapainotteiset koulutukset, joissa on ollut asiantuntijakouluttajat ohjaamassa, ovat aktivoineet osallistujia Tervolassa, Torniossa, Rovaniemellä ja Ylitornionla. Myös näihin koulutuksiin liittyy vahva sosiaalisen jakamisen ja vertaistuen mahdollisuus. Saadun palautteen mukaan koulutukset ovat muodostuneet viikon koho-kohdaksi ja voimavaraksi osallistujille. Hyvänä tuloksena on myös se, että ainakin Tornion ja Ylitornion ryhmät aikovat omatoimisesti jatkaa ryhmämuotoista toimintaa hankkeen päättymisen jälkeen. ( Kettunen 2011, 9.)

## 9 Pohdinta ja johtopäätökset

Hankkeen tavoitteena on ollut maaseutuyrittäjien kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin, työssä jaksamisen ja ammattitaitoa ylläpitävän ja kehittävän toiminnan tukeminen koulutuksellisin keinoin. Koulutuksia suunniteltaessa on huomioitu maaseutuyrittäjien erityisyys ja yksilöllisyys työntekijäryhmänä ja koulutustarjonta on ollut monipuolista, alueellista ja paikallista.

Hankkeen arvioinnin tuloksena on saatu erittäin tärkeää tietoa kohderyhmän hyvinvoinnista ja työolosuhteista. Tilakäyntien yhteenvedoista ja arvioinnista on saatu kattavaa tietoa Lapin kuntien maatilojen työolosuhteista ja toimivuudesta. Työterveyshoitajien puhelinhaastatteluilla on saatu tietoa kuntien maatalouden työterveyshuollon toimivuudesta ja tilakäyntien tarpeesta. Saatua tietoa voidaan hyödyntää maatalousyrittäjien työterveyshuollon toiminnan suunnittelussa ja kohdentamisessa ja hyvinvoinnin edistämisessä.

Hanke on koostunut kolmesta koulutuskokonaisuudesta, joista henkisen jaksamisen ja maatilojen työntekijöiden vuorovaikutuksen kehittäminen ovat olleet ensisijaisia tavoitteita. Koulutuksilla on tuettu maatalousyrittäjien työssä jaksamista, työkykyä ylläpitävää toimintaa ja hyvän ja tuloksellisen työilmapiirin ylläpitämistä. Koulutukset ovat lisäksi edistäneet myös fyysistä työkykyä ja työturvallisuutta.

Koulutukseen osallistujien palautteista ja kouluttajien itsearvioinneista on saatu tietoa koulutustilaisuuksien vaikuttavuudesta ja kehittämisen kohteista. Vuosittaisella ohjausryhmäkyselyllä on mitattu hankkeen asiakas-/kumppanittytyväisyyttä, mikä on ollut erittäin hyvää.

Perusmaatalouden hankevetäjät ovat kokoontuneet säännöllisesti noin 1 x kk Pro-Agrian ”sateenkaaren” alla ja yhteistyökysymykset on voitu ratkaista luontevasti. Paikallisten työterveyshuollon maataloudesta vastaavien yhteistyöryhmien sekä MTK -Lapin paikallisyhdistysten kokousosallistuminen on ollut yksi osa yhteistyötä. Yhteistyökumppaneiden kesken vastuunjako on ollut luontevaa ja toiminut hyvin. Hankkeen tuloksena on syntynyt moniammatillinen yhteistyöverkosto Laoin alueelle.

Hankkeen sisäisen tiedotuksen kohteena ovat olleet hankkeen kohderyhmä, toimijat, sidosryhmät, ohjausryhmä ja rahoittajat. Tiedotuksessa on käytetty sähköpostia ja muita tiedotuskanavia tarpeen mukaan. Projektista on tiedotettu kohderyhmälle markkinointikirjeellä ja tehty markkinointityötä yhteistyössä sidosryhmien kanssa. Sähköposti-, puhelin yhteys sekä kirje yhteys ja kokoukset ovat toimineet hyvin.

Ulkoisen tiedottamisen tavoitteena on ollut varmistaa projektin näkyvyys paikallisella ja seudullisella tasolla. Tiedottamisessa on käytetty paikallis- ja maakuntalehtiä, Kemi-Torniolaakson koulutuskuntayhtymän ja Lapin kuntien www-sivuja. Tiedotuskanavana on käytetty myös paikallisl radioita sekä sidosryhmien omia julkaisukanavia. Hankkeen aikana osallistujille on laadittu koulutuskalenteri joka lähetettiin jokaiselle osallistujille ja sidosryhmiin kuuluville. Projektin tiedottamisessa on tehty yhteistyötä Perusmaatalouden hanketoiminnalliseen ohjelmarunkoon liittyvien hankkeiden kanssa.

Ulkoisen tiedottaminen hankkeen aikana on hankesuunnitelman mukaisesti toteutunut. Hanketta on markkinoitu valtakunnallisissa Jänkäviesti ja Maaviesti – lehdessä sekä maatalousyrittäjien koulutustapahtumasta Ylläkseltä on laadittu kuvin varustettu artikkeli valtakunnalliseen Maaseudun Tulevaisuus –lehteen. Ammattikorkeakoulun omilla nettisivuilla on kerrottu perustiedot hankkeesta. Lapin kuntien edustajina Maaseutusihitteerit ja – päälliköt sekä lomitushallinnon henkilöstö ovat markkinoineet hanketta omalla paikkakunnallaan. Potentiaalisille osallistujille on lähetetty koulutustarjotin, ajankohta, sisältö ja ilmoittautumismahdollisuus etukäteen ennen koulutuksia. Myös sidosryhmien edustajat (MTK:n paikallisyhdistysten puheenjohtajat ja sihteerit, MTK:n aluesihteerit, kuntien maataloussihteerit sekä lomitushallinnon henkilöstö) ovat saaneet tiedot koulutuspäivistä. Hankevetäjien säännölliset kokoukset ovat toimineet tiedotuskanavana eri hankkeiden välillä. Lisäksi on koulutuskuntayhtymä Lappian oppilastyönä valmistunut perusmaatalouden hankkeille yhteinen web-sivusto, [www.lappimaatalous.fi](http://www.lappimaatalous.fi).

Hankkeessa on kehitetty työmenetelmiä ja työvälineitä; maaseutuyrittäjän fyysisen ja henkisen jaksamisen kehittämiseen. Hankkeen aikana maaseutuyrittäjät ovat saaneet uutta tietoa ja näkökulmaa omaan kokonaisvaltaiseen jaksamiseen liittyvissä asioissa. Samoin on huomioitu ennalta ehkäisevän työn merkitys työssä jaksamisessa ja maaseutuyrittäjien hyvinvoinnissa.

Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalalla on Maaseutuyrittäjien hyvinvointikanke integroitu opetukseen toteuttamalla opinnäytetöitä seuraavasti:

Luusua, Hanna, sairaanhoitaja (AMK) 2010. Maaseutuyrittäjien työhyvinvointi ja työterveyden edistäminen Lapin läänissä.

Kähkönen, Riikka, Paloranta, Hanna & Peura, Aija sairaanhoitaja (AMK) 2010. Maaseutuyrittäjien työolosuhteet Lapin läänissä.

Terveydenhoitaja (AMK) opintoihin liittyvänä opinnäytetyönä vuonna 2011 on valmistunut kaksi työtä: Luusua, Hanna 2011. Työlähtöinen työterveyshuolto maaseutuyrittäjän terveyden edistämisessä.

Kähkönen, Riikka, Paloranta, Hanna & Peura, Aija 2011. Maaseutuyrittäjien tuki- ja liikuntaelinsairaudet ja niiden ehkäisy.

Lisäksi on valmisteilla kaksi opinnäytettä: Fysioterapia-opiskelijat Tiina Hast, Laura Markus, Susanna Lindqvist. Ergonomia ja lomittajan työn fyysiset vaatimukset (työ valmistuu syksyllä 2011).



Sosionomiopiskelija Markus Rundgren. Maatalousyrittäjän työn muutos ( työ valmistuu syksyllä 2011).

Edelleen tarkoituksena on julkaista kuluvan vuoden 2011 aikana Maaseutuyrittäjien hyvinvointihankkeesta artikkeleita. Hankkeesta on myös valmistunut poster-esitys, jota tullaan esitlemään työhyvinvointia käsittelevissä foorumeissa.

Hankkeen aikana ja jatkuen hankkeen päättymisen jälkeen lappilaisen maaseutuyrittäjän kokonaisvaltainen työhyvinvointi on lisääntynyt, ja työuupumusta on ennaltaehkäisty, yhteisöllisyys ja ajatusten jakaminen on mahdollistunut, työssä jaksaminen vahvistunut. Hankkeella on tuettu työvoiman työssä pysymistä ja ikääntyvän väestön työssä jaksamista, maaseutuyrittäjien mahdollisuutta jatkaa työtään maaseudulla, yhteiskuntarakenteessa tapahtuvasta keskittymiskehityksestä huolimatta. Hankkeen aikana verkostoituminen ja moniammatillinen yhteistyö on tiivistynyt. Arvioinnin tuloksena voidaan todeta, että Maaseutuyrittäjien hyvinvointihanke on saavuttanut hankkeelle asetetut tavoitteet erittäin hyvin. Hanke on suunniteltu ja toteutettu erittäin hyvin sekä hankkeen aikana on tuotettu tietoa ja toiminta on ollut tärkeää ja innovatiivista.

Saatua arviointitietoa voidaan hyödyntää maaseutuyrittäjien kokonaisvaltaisen hyvinvointimallin luomisessa, varhaisen tuen kohdentamisessa sellaisille maatalousyrittäjille, jotka ovat vaarassa uupua työssään. Hankkeessa saavutettuja tuloksia voidaan hyödyntää suoraan maaseutuyrittäjien ja heidän kanssaan läheisesti työskentelevät tahojen kanssa kuten: työterveyshuolto, viljelijöiden etujärjestö MTK, neuvontajärjestöt ja kuntien lomituspalvelu, Mela sekä maaseudun tukihenkilöverkostot. Samoin hankkeen aikana tuotettua tietoa voidaan hyödyntää jatkohankkeen suunnittelussa esimerkiksi maatalousyrittäjien työlähtöisen työhyvinvoinnin kouluttamisessa ja kehittämisessä.



# Lähteet

- HOLOPAINEN, M. & TENHUNEN, L. & VUORINEN, P. 2004. Tutkimusaineiston analyysi ja SPSS. Yrityssanoma Oy, Järvenpää.
- HUSMAN K. 2003. Työterveyslainsäädäntö. Teoksessa ANTTI-POIKA M., MARTIMO K.-P. & HUSMAN K. (toim.) 2003. Työterveyshuolto. Duodecim, Helsinki, 29–39.
- KETTUNEN, R. 2011. ESR-Projektin loppuraportti ohjelmakausi 2007-2013. Kemi-Tornion ammattikorkeakoulu.
- KÄHKÖNEN, R., PALORANTA, A. & PEURA, A. 2010. Maaseutuyrittäjien työolosuhteet Lapin läänissä. Opinnäytetyö, Kemi-Tornion Ammattikorkeakoulu.
- KÄHKÖNEN, R., PALORANTA, H. & PEURA, A. 2011. Maaseutuyrittäjien tuki- ja liikuntaelinsairaudet ja niiden ehkäisy. Opinnäytetyö, Kemi-Tornion Ammattikorkeakoulu.
- LUUSUA, H. 2010. Maaseutuyrittäjien työhyvinvointi ja työterveyden edistäminen Lapin läänissä. Opinnäytetyö, Kemi-Tornion Ammattikorkeakoulu.
- LUUSUA, H. 2011. Työlähtöinen työterveyshuolto maaseutuyrittäjän terveyden edistämiseksi. Opinnäytetyö, Kemi-Tornion Ammattikorkeakoulu.
- MIELIKÄINEN, M. & PUKARI, A. & TOIVAINEN, K. 2003. Pesu- ja desinfointiaineet. Espoo: Maatalousyrittäjien eläkelaitos
- KOSKINEN S., MARTELIN T., SAINIO P. & GOULD R. 2006. Työkykyyn vaikuttavat tekijät. Teoksessa Työkyvyn ulottuvuudet. Terveys 2000 -tutkimuksen tuloksia. GOULD R. YM. (toim.) Eläketurvakeskus, Kansaneläkelaitos, Kansanterveyslaitos, Työterveyslaitos, Helsinki.
- RISSANEN, P. (toim.) 2006. Työterveys ja maatalous Suomessa 2004, Maatalousympäristön terveydelliset riskit ja niiden vaikuttaminen. Kuopio: Työterveyslaitos.
- RÄSÄNEN K. 2003. Työterveyshuolto osana terveydenhuoltojärjestelmää. Teoksessa ANTTI-POIKA M., MARTIMO K.-P. & HUSMAN K. (toim.) 2003. Työterveyshuolto. Duodecim, Helsinki, 40–44.
- SAARELA, A. & VÄNTÄNEN, M. 2006. Maatalousyrittäjien työterveyshuollon toimivuus - Maatalousyrittäjien tyytyväisyys ja odotukset työterveyshuollolta Lapin läänissä keväällä 2006. Opinnäytetyö. Kemi-Tornion ammattikorkeakoulu, Kemi.
- SAARNI, H., PAKKALA, L., REKOLA, L., KALANEN, K., OKSANEN, T. & WIBOM, H. 2006. Yrittäjän työterveyshuolto. Opas työterveyshuollon toteuttamiseksi. ESR.
- Sisäilmayhdistys ry 2008. Kemialliset epäpuhtaudet. Viitattu 26.12.2009 osoitteesta URL: [http://www.sisailmayhdistys.fi/portal/terveelliset\\_tilat/sisailmasto/kemialliset\\_epapuhtaudet](http://www.sisailmayhdistys.fi/portal/terveelliset_tilat/sisailmasto/kemialliset_epapuhtaudet)

- Työterveyslaitos 2010. Maatalousyrittäjien työterveyshuolto. Tulostettu 14.4.2010  
<http://www.ttl.fi/Internet/Suomi/Aihesivut/Maatalous+ja+terveys/Maatalousyrittajien+tyoterveyshuolto/>
- Työterveyslaitos 2008. Maatalousyrittäjien työterveyshuollon keskusyksikkö (Mytky) -esite. Tulostettu 14.4.2010 <http://www.ttl.fi/NR/rdonlyres/E5C5862F-66E7-428A-A224-1008EEA4772F/o/Mytkyosite2008kevät.pdf>
- Työterveyslaitos 2007A. Mikä maataloustyössä kuormittaa? Viitattu 24.1.2010 osoitteesta URL: <http://www.ttl.fi/Internet/Suomi/Aihesivut/Maatalous+ja+terveys/Maatalouden+tyoymparisto/Fyysiset+kuormitustekijat/Mik%C3%A4+maatalousty%C3%B6ss%C3%A4+kuormittaa.htm>
- Työterveyslaitos 2007B. Pölyt. Viitattu 26.12.2009 osoitteesta URL: <http://www.ttl.fi/Internet/Suomi/Aihesivut/Maatalous+ja+terveys/Maatalouden+tyoymparisto/Kemialliset+tekijat/P%C3%B6lyt.htm>
- Työterveyslaitos 2007C. Kaasumaiset epäpuhtaudet. Viitattu 26.12.2009 osoitteesta URL: <http://www.ttl.fi/Internet/Suomi/Aihesivut/Maatalous+ja+terveys/Maatalouden+tyoymparisto/Kemialliset+tekijat/Kaasumaiset+epäpuhtaudet.htm>

# Liitteet

## Liite 1. Maaseutuyrittäjien hyvinvointikysely

### Maaseutuyrittäjien hyvinvointikysely

1) Vastaajan nimi:

2) Ikä vuosina:

### Maaseutuyrittäjän työ

**Arvioi seuraavia työyhteisösi piirteitä: Psykkinen ja fyysinen kuormitus**

**Työssäni esiintyy haitallisessa määrin seuraavia psyykkisiä kuormitustekijöitä**

3) kiire ja kireä aikataulu  
 kyllä  en osaa sanoa  ei

4) työn suuri vastuullisuus  
 kyllä  en osaa sanoa  ei

5) yksintyöskentely, eristäytyneisyys  
 kyllä  en osaa sanoa  ei

6) työn pakkotahtisuus  
 kyllä  en osaa sanoa  ei

7) väkivallan tai muun rikollisuuden uhka  
 kyllä  en osaa sanoa  ei

**Työssäni esiintyy haitallisessa määrin seuraavia kuormitustekijöitä:**

8) raskasta ruumiillista työtä  
 kyllä  en osaa sanoa  ei

9) samanlaisena toistuvia työliikkeitä  
 kyllä  en osaa sanoa  ei

10) seisomista paikallaan  
 kyllä  en osaa sanoa  ei

11) käsin kantamista, nostamista, kannattelua

kyllä  en osaa sanoa  ei

12) kumaria, kiertyneitä tai hankalia työasentoja

kyllä  en osaa sanoa  ei

13) jatkuvaa liikkumista tai kävelyä paikasta toiseen

kyllä  en osaa sanoa  ei

14) näyttöpäätetyötä

kyllä  en osaa sanoa  ei

**Työympäristö ja tapaturmariskit**

15) Työ- ja työskentelytilani ovat hyvät

kyllä  en osaa sanoa  ei

16) Työvälineeni ovat hyvät

kyllä  en osaa sanoa  ei

17) Työpaikkani järjestys ja siisteys ovat hyvät

kyllä  en osaa sanoa  ei

18) Valaistus on työssäni riittävä

kyllä  en osaa sanoa  ei

19) Käytän tarvittaessa henkilökohtaisia suoja-aimia

kyllä  en osaa sanoa  ei

**Työssäni esiintyy seuraavia terveyteeni vaikuttavia tekijöitä:**

20) melua

kyllä  en osaa sanoa  ei

21) kuumuutta, kylmyyttä, vetoa, kosteutta, kulvuutta

kyllä  en osaa sanoa  ei

22) pölyjä

kyllä  en osaa sanoa  ei

23) kaasuja, käryjä, hitsaushuuruja

kyllä  en osaa sanoa  ei

24) maaleja, liuottimia, muita kemiallisia aineita

kyllä  en osaa sanoa  ei

**Tunnen työni terveysvaarat ja tapaturmariskit**

25) Noudatan turvallisia työtapoja

kyllä  en osaa sanoa  ei

26) Olen huolehtinut ensiapuvalmiudesta työssäni

kyllä  en osaa sanoa  ei

27) Olen arvioinut ja kehittänyt työolosuhteitani ja toimintatapojani työssä

kyllä  en osaa sanoa  ei

28) Yritykselläni on sopimus työterveyshuollon palvelun tuottajan kanssa

kyllä  en osaa sanoa  ei

29) Työterveyshuoltoni on arvioinut työni terveyshaittoja

kyllä  en osaa sanoa  ei

## Maaseutuyrittäjän terveys

30) Voin itse vaikuttaa omaan terveydentilaani

kyllä  en osaa sanoa  ei

31) Oma terveyteni on tärkeä yritykseni kannalta

kyllä  en osaa sanoa  ei

**Arvioi seuraavia terveytesi osatekijöitä: Psykkinen ja fyysinen terveys**

32) Olen tyytyväinen terveydentilaani ja työkykyyni

kyllä  en osaa sanoa  ei

33) Olen tyytyväinen henkiseen hyvinvointiini

kyllä  en osaa sanoa  ei

34) Saan tarvittaessa tukea omalsiltani ja ystäviltäni

kyllä  en osaa sanoa  ei

35) Työni hallitsee ihmissuhteitteni hoitoa

kyllä  en osaa sanoa  ei

**Minulla esiintyy toistuvasti seuraavia psyykkisiä oireita:**



36) unihäiriöitä (esim. nukahtamisvaikeutta, heräilyä aamuöisin)

kyllä  en osaa sanoa  ei

37) keskittymiskyvyn häiriöitä

kyllä  en osaa sanoa  ei

38) jatkuvaa ärsyyntyneisyyttä ja kireyden ja jännittyneisyyden tuntemuksia

kyllä  en osaa sanoa  ei

39) haittaavia muistihäiriöitä

kyllä  en osaa sanoa  ei

40) jatkuvaa väsymyksen tunnetta

kyllä  en osaa sanoa  ei

41) masentuneisuutta

kyllä  en osaa sanoa  ei

42) aloitekyvyttömyyttä

kyllä  en osaa sanoa  ei

43) Olen tyytyväinen fyysiseen kuntooni

kyllä  en osaa sanoa  ei

44) Painoni on normaali

kyllä  en osaa sanoa  ei

45) Verenpaineeni on normaali

kyllä  en osaa sanoa  ei

46) Vereni rasva-arvot ovat normaalitasolla

kyllä  en osaa sanoa  ei

Minulla esiintyy toistuvasti seuraavia fyysisiä oireita:

47) sydänoireita

kyllä  en osaa sanoa  ei

48) vatsaoireita

kyllä  en osaa sanoa  ei

49) hengitystieoireita

kyllä  en osaa sanoa  ei

50) päänsärkyä

kyllä  en osaa sanoa  ei

51) huimausta

kyllä  en osaa sanoa  ei

52) lihas- tai niveloireita ylä- tai alaraajoissa, selässä, niska- tai hartia-alueella

kyllä  en osaa sanoa  ei

53) Minulla on vakituinen hoitava lääkäri/omalääkäri

kyllä  en osaa sanoa  ei

54) Minulle on tehty terveystarkastus työterveyshuollossa.

kyllä  en osaa sanoa  ei

Elintavat

55) Harrastan hikoilua aiheuttavaa kunto- tai hyötyliikuntaa vähintään puolen tunnin ajan 2-3 kertaa viikossa

kyllä  en osaa sanoa  ei

56) Syön päivittäin monipuolisesti ja säännöllisesti

kyllä  en osaa sanoa  ei

Ruokavaliioni sisältää:

57) niukasti eläinrasvoja

kyllä  en osaa sanoa  ei

58) runsaasti kasvisruokia ja raakaraasteita

kyllä  en osaa sanoa  ei

59) vain vähän suolaisia ruokia

kyllä  en osaa sanoa  ei

60) vain vähän makeita kahvileipiä, juomia ja ruokia

kyllä  en osaa sanoa  ei

61) Tupakoin päivittäin

kyllä  en osaa sanoa  ei

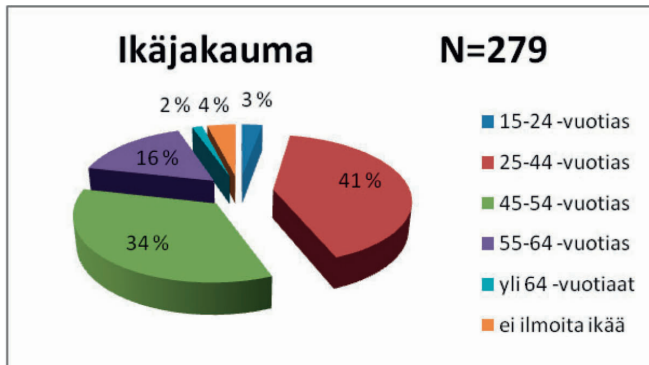
62) Ylittykö alkoholin viikkokulutuksessani terveydelle haitalliseksi tunnettu määrä (ylärajana miehille 24 annosta/vk, naisille 16 annosta/vk 1 annos on esim. 1 pi keskiolutta)

kyllä  en osaa sanoa  ei

## Liite 2. Maaseutuyrittäjien hyvinvointikysely

Vastaajien kokonaismäärä N: 279

### 2. Vastaajien ikä vuosina:



### Maaseutuyrittäjän työ

Arvioi seuraavia työyhteisösi piirteitä: psyykinen ja fyysinen kuormitus

Työssäni esiintyy haitallisessa määrin seuraavia psyykkisiä kuormitustekijöitä:

#### 3. kiire ja kireä aikataulu

Kysymykseen vastanneet: 277 (ka: 1,6)



#### 4. työn suuri vastuullisuus

Kysymykseen vastanneet: 276 (ka: 1,2)



## 5. yksintyöskentely, eristäytyneisyys

Kysymykseen vastanneet: 276 (ka: 1,7)



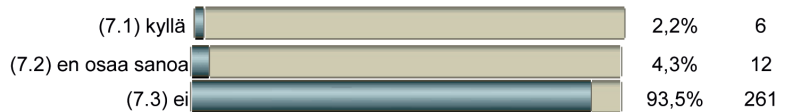
## 6. työn pakkotahtisuus

Kysymykseen vastanneet: 277 (ka: 2)



## 7. väkivallan tai muun rikollisuuden uhka

Kysymykseen vastanneet: 279 (ka: 2,9)



## Työssäni esiintyy haitallisessa määrin seuraavia kuormitustekijöitä

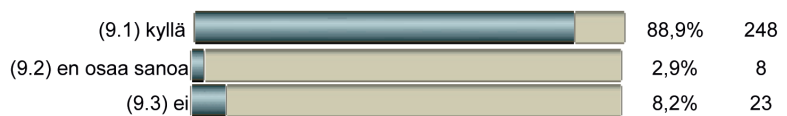
### 8. raskasta ruumiillista työtä

Kysymykseen vastanneet: 271 (ka: 1,5)



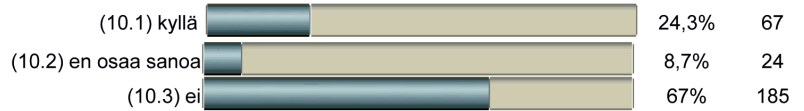
### 9. samanlaisena toistuvia työliikkeitä

Kysymykseen vastanneet: 279 (ka: 1,2)



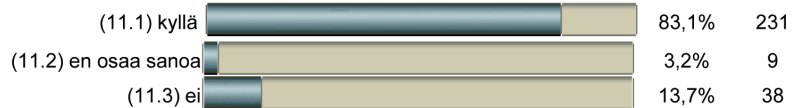
## 10. seisomista paikallaan

Kysymykseen vastanneet: 276 (ka: 2,4)



## 11. käsin kantamista, nostamista, kannattelua

Kysymykseen vastanneet: 278 (ka: 1,3)



## 12. kumaria, kiertyneitä tai hankalia työasentoja

Kysymykseen vastanneet: 277 (ka: 1,3)



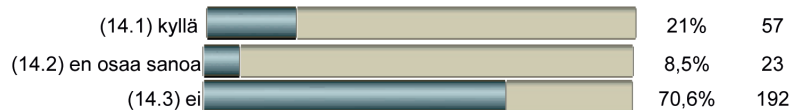
## 13. jatkuvaa liikkumista tai kävelyä paikasta toiseen

Kysymykseen vastanneet: 276 (ka: 1,3)



## 14. näyttöpäätetyötä

Kysymykseen vastanneet: 272 (ka: 2,5)



## Työympäristö ja tapaturmariskit

### 15. Työ- ja työskentelytilani ovat hyvät

Kysymykseen vastanneet: 272 (ka: 1,6)



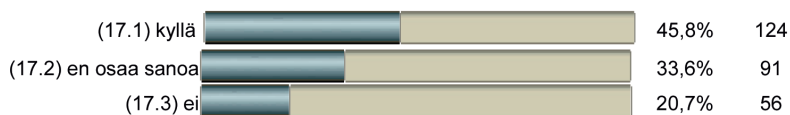
### 16. Työvälineeni ovat hyvät

Kysymykseen vastanneet: 271 (ka: 1,6)



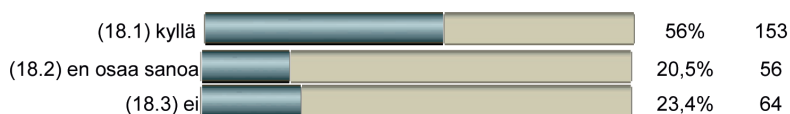
### 17. Työpaikkani järjestys ja siisteys ovat hyvät

Kysymykseen vastanneet: 271 (ka: 1,7)



### 18. Valaistus on työssäni riittävä

Kysymykseen vastanneet: 273 (ka: 1,7)



### 19. Käytän tarvittaessa henkilökohtaisia suojaimia

Kysymykseen vastanneet: 272 (ka: 1,2)



## Työssäni esiintyy seuraavia terveyteeni vaikuttavia tekijöitä:

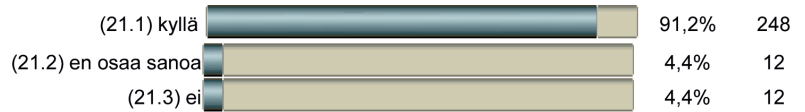
### 20. melua

Kysymykseen vastanneet: 273 (ka: 1,2)



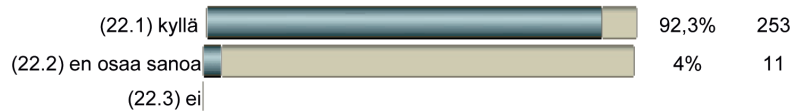
### 21. kuumuutta, kylmyyttä, vetoa, kosteutta, kuivuutta

Kysymykseen vastanneet: 272 (ka: 1,1)



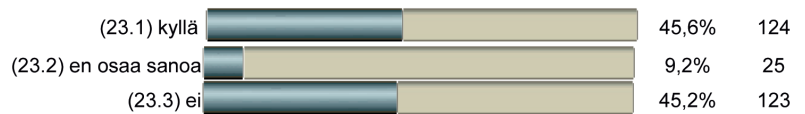
### 22. pölyjä

Kysymykseen vastanneet: 274 (ka: 1,1)



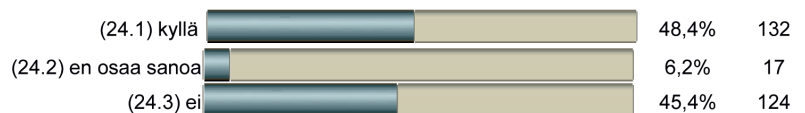
### 23. kaasuja, käryjä, hitsaushuuruja

Kysymykseen vastanneet: 272 (ka: 2)



### 24. maaleja, liuottimia, muita kemiallisia aineita

Kysymykseen vastanneet: 273 (ka: 2)



## 25. Tunnen työni terveysvaarat ja tapaturmariskit

Kysymykseen vastanneet: 211 (ka: 1,2)



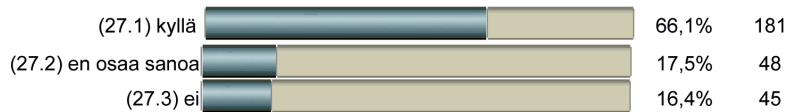
## 26. Noudatan turvallisia työtapoja

Kysymykseen vastanneet: 274 (ka: 1,2)



## 27. Olen huolehtinut ensiapuvalmiudesta työssäni

Kysymykseen vastanneet: 274 (ka: 1,5)



## 28. Olen arvioinut ja kehittänyt työolosuhteitani ja toimintatapojani työssä

Kysymykseen vastanneet: 271 (ka: 1,3)



## 29. Yritykselläni on sopimus työterveyshuollon palvelun tuottajan kanssa

Kysymykseen vastanneet: 267 (ka: 1,3)



## 30. Työterveyshuoltoni on arvioinut työni terveyshaittoja

Kysymykseen vastanneet: 270 (ka: 1,2)





## Maaseutuyrittäjän terveys

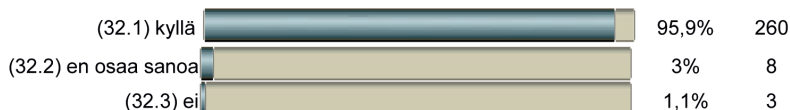
### 31. Voin itse vaikuttaa omaan terveydentilaani

Kysymykseen vastanneet: 273 (ka: 1,1)



### 32. Oma terveyteni on tärkeä yritykseni kannalta

Kysymykseen vastanneet: 271 (ka: 1,1)



## Arvioi seuraavia terveytesi osatekijöitä: psyykinen ja fyysinen terveys

### 33. Olen tyytyväinen terveydentilaani ja työkykyyni

Kysymykseen vastanneet: 274 (ka: 1,6)



### 34. Olen tyytyväinen henkiseen hyvinvointiini

Kysymykseen vastanneet: 273 (ka: 1,4)



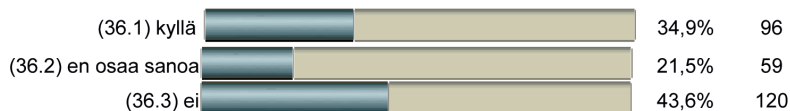
### 35. Saan tarvittaessa tukea omaisiltani ja ystäviltäni

Kysymykseen vastanneet: 272 (ka: 1,3)



### 36. Työni haittaa ihmissuhteitteni hoitoa

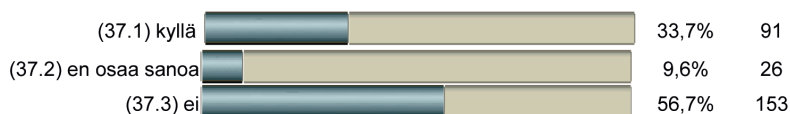
Kysymykseen vastanneet: 275 (ka: 2,1)



Minulla esiintyy toistuvasti seuraavia psyykkisiä oireita:

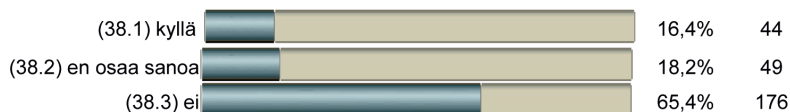
### 37. unihäiriöitä (esim. nukahtamisvaikeutta, heräilyä aamuöisin)

Kysymykseen vastanneet: 270 (ka: 2,2)



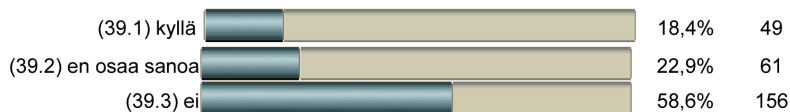
### 38. keskittymiskyvyn häiriöitä

Kysymykseen vastanneet: 269 (ka: 2,5)



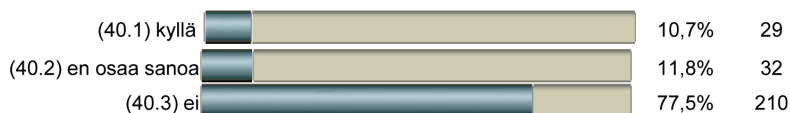
### 39. jatkuvaa ärsyyntyneisyyttä ja kireyden ja jännittyneisyyden tuntemuksia

Kysymykseen vastanneet: 266 (ka: 2,4)



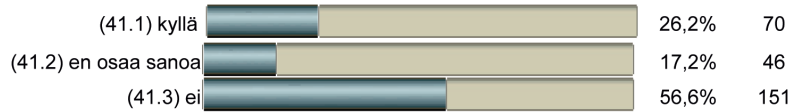
### 40. haittaavia muistihäiriöitä

Kysymykseen vastanneet: 271 (ka: 2,7)



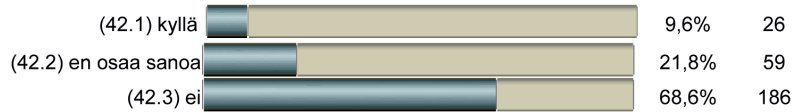
#### 41. jatkuvaa väsymyksen tunnetta

Kysymykseen vastanneet: 267 (ka: 2,3)



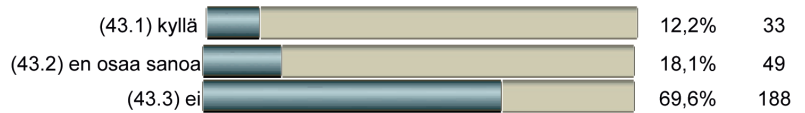
#### 42. masentuneisuutta

Kysymykseen vastanneet: 271 (ka: 2,6)



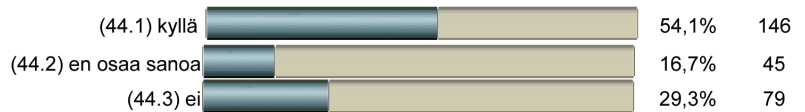
#### 43. aloitekyvyttömyyttä

Kysymykseen vastanneet: 270 (ka: 2,6)



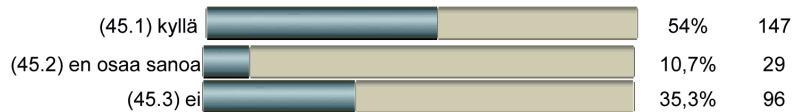
#### 44. Olen tyytyväinen fyysiseen kuntooni

Kysymykseen vastanneet: 270 (ka: 1,8)



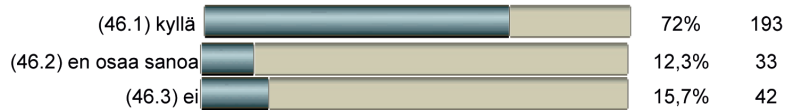
#### 45. Painoni on normaali

Kysymykseen vastanneet: 272 (ka: 1,8)



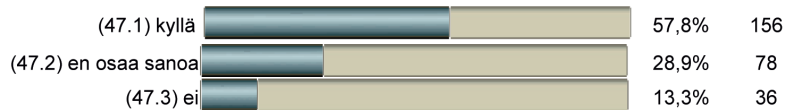
#### 46. Verenpaineeni on normaali

Kysymykseen vastanneet: 268 (ka: 1,4)



#### 47. Vereni rasva-arvot ovat normaalitasolla

Kysymykseen vastanneet: 270 (ka: 1,6)



#### Minulla esiintyy toistuvasti seuraavia fyysisiä oireita:

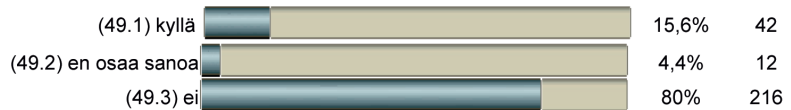
##### 48. sydänoireita

Kysymykseen vastanneet: 271 (ka: 2,8)



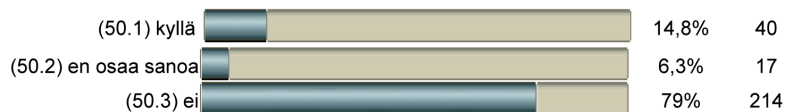
##### 49. vatsaoireita

Kysymykseen vastanneet: 270 (ka: 2,6)



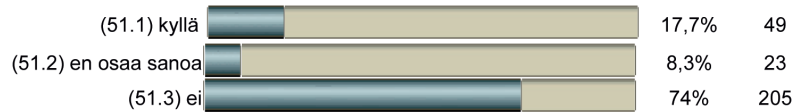
##### 50. hengitystieoireita

Kysymykseen vastanneet: 271 (ka: 2,6)



## 51. päänsärky

Kysymykseen vastanneet: 277 (ka: 2,6)



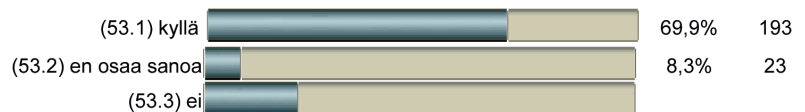
## 52. huimausta

Kysymykseen vastanneet: 274 (ka: 2,7)



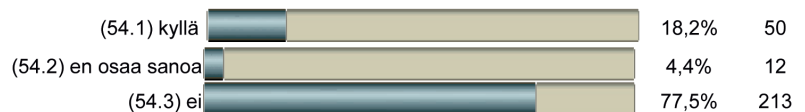
## 53. lihas- tai niveloireita ylä- tai alaraajoissa, selässä, niska- tai hartia-alueella

Kysymykseen vastanneet: 276 (ka: 1,5)



## 54. Minulla on vakituinen hoitava lääkäri/omalääkäri

Kysymykseen vastanneet: 275 (ka: 2,6)



## 55. Minulle on tehty terveystarkastus työterveysshuollossa.

Kysymykseen vastanneet: 274 (ka: 1,2)



## Elintavat:

### 56. Harrastan hikoilua aiheuttavaa kunto- tai hyötyliikuntaa vähintään puolen tunnin ajan 2-3 kertaa viikossa

Kysymykseen vastanneet: 274 (ka: 1,8)



### 57. Syön päivittäin monipuolisesti ja säännöllisesti

Kysymykseen vastanneet: 272 (ka: 1,5)



## Ruokavalioni sisältää:

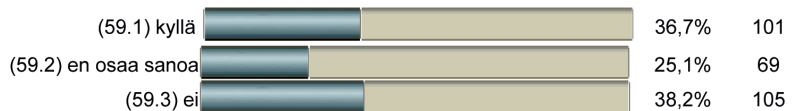
### 58. niukasti eläinrasvoja

Kysymykseen vastanneet: 274 (ka: 2)



### 59. runsaasti kasvisruokia ja raakaraasteita

Kysymykseen vastanneet: 275 (ka: 2)



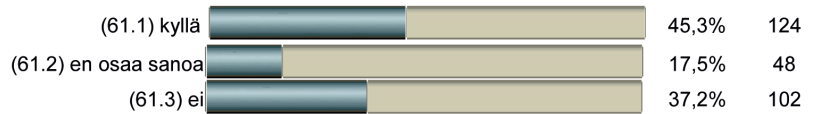
## 60. vain vähän suolaisia ruokia

Kysymykseen vastanneet: 272 (ka: 1,9)



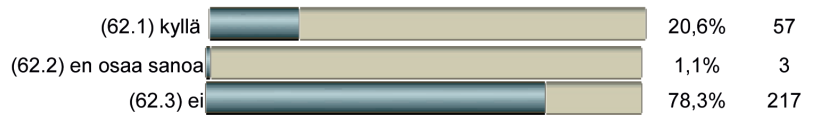
## 61. vain vähän makeita kahvileipiä, juomia ja ruokia

Kysymykseen vastanneet: 274 (ka: 1,9)



## 62. Tupakoin päivittäin

Kysymykseen vastanneet: 277 (ka: 2,6)



## 63. Ylittykö alkoholin viikkokulutuksessani terveydelle haitalliseksi tunnettu määrä (ylärajana miehille 24 annosta/vk, naisille 16 annosta/vk 1 annos on esim. 1 pl keskiolutta)

Kysymykseen vastanneet: 273 (ka: 2,9)



### Liite 3. Maaseutuyrittäjien hyvinvointikysely



Maaseutuyrittäjien hyvinvointihanke

**YHTEENVETO TILAKÄYNNISTÄ**  
pvm

**Yhteenvedon saajan yhteystiedot**

**Yleistä**

--

**Työoloissa huomioitavia keskeisiä kuormitustekijöitä, toimivia käytäntöjä ja kehittämisehdotuksia ovat:**

<b>Kuormitustekijä</b>	<b>Jo käytössä olevia hyviä käytänteitä / tehtyjä muutoksia työoloihin</b>	<b>Korjaus- ja kehittämisehdotukset</b>
<b>Ergonomia</b>		
<b>Tapaturmat</b>		
<b>Biologiset vaarat</b>		
<b>Fysikaaliset vaara</b>		
<b>Henkinen hyvinvointi</b>		

**Yhteenvedon tekijöiden allekirjoitukset ja pvm**



## Liite 4. Maaseutuyrittäjien hyvinvointikysely



### Maaseutuyrittäjien hyvinvointihanke

**PALAUTE TILAKÄYNNISTÄ** päivämäärä: \_\_\_\_\_

**1. Oliko Sinulla odotuksia tilakäynnin suhteen?**

Kyllä \_\_\_ Ei :

**Mitä odotuksia?**

**2. Oliko tilakäynti mielestäsi tarpeellinen? Miksi?**

**3. Mikä merkitys tilakäynnillä oli oman työhyvinvointisi kannalta?**

**4. Mitä myönteistä tilakäynnissä oli?**

**5. Mitä kielteistä tilakäynnissä oli?**

**6. Jäivätkö jotkut asiat tilakäynnillä liian vähälle huomiolle? Mitkä?**

**7. Käsiteltiinkö jotain asiaa liian paljon? Mitä?**

**8. Tulisiko tämäntyyppistä tilakäyntien kehittämistyötä jatkaa?**

Kyllä: Ei:

**9. Kehittämisehdotuksia tilakäynteihin ja työhyvinvoinnin edistämiseen**

## **Liite 5. Puhelinhaastattelukysymykset työterveyshoitajille**

Puhelinhaastattelukysymykset maatalousyrittäjien työterveyshuollosta vastaaville työterveyshoitajille Lapin maakunnassa

Kunta / terveyskeskus:  
Yksityinen työterveyshuolto:  
Työterveyshoitajan yhteystiedot:

### **Työterveyshuollon toiminta**

#### **Palveluntuottaja**

Työterveyslääkäri\_\_\_

Työterveyshoitaja \_\_\_

Käytettävissä olevat työterveyshuollon asiantuntijat (esim. fysioterapeutti\_, psykologi\_, ravitsemusterapeutti\_

#### **Työterveyshuollon piiriin kuuluvat maatalousyrittäjät**

Lukumäärä\_\_\_

Päätoimiset\_

Sivutoimiset\_\_\_

Yrityksen päätuotantosunnat:

### **Työterveyshuollon toimenpiteet**

#### **Työolojen selvitys**

Tilakäynnit : Onko kaikkiin maatalousyrityksiin suoritettu tilakäynnit?

Onko nyt suunnitteilla tilakäyntejä kevään 2009 aikana? Jos on niin milloin?

Tilakäynteihin osallistuneet ammattihenkilöt ja asiantuntijat?

Työhygieeniset mittaukset

## **Terveydentilan selvitys**

Terveystarkastukset: Työterveyshoitajan suorittama \_\_,

Lääkärin suorittama \_\_\_\_

Työolohaastattelu

## **Tietojen antaminen, neuvonta ja ohjaus**

Yksilöohjaus

Ryhmätoiminta

Tila- tai henkilökohtaiset tarpeet

## **Yrittäjän työkykyä ylläpitävä toiminta ja kuntoutukseen ohjaus**

Suunniteltu kuntoutus tai esim. kuntoremonttikurssi

Kuntoutuksen seurantatoimenpiteet

Työkykyä ylläpitävän toiminnan muodot:

## **Työterveyshuollon toteuttama yleislääkäritasoinen sairaanhoito**

Ovatko yrittäjät järjestäneet itselleen sairaanhoitopalvelut työterveyshuoltona?

Sisältääkö sairaanhoitosopimus erikoislääkäreiden ja muiden asiantuntijoiden konsultaatioita?

## **Miten maatalousyrittäjien terveydentilan ja työolosuhteiden seuranta toteutetaan?**

## Liite 6. Ohjausryhmän palaute

### Hankearviointi

Tämän arviointilomakkeen tarkoituksena on selvittää, minkälaisia kokemuksia teillä on alla mainitun hankkeen toteuttamisesta. Lomakkeen tuloksia käytetään hankkeen arviointiin, hankkeen toiminnan kehittämiseen sekä ammattikorkeakoulun toiminnan kehittämiseen.

Hankkeen nimi

Arviointipäivämäärä

Valitkaa sopiva arvosana 1-5, sen mukaan, millaisia kokemuksia teillä on arvioitavasta tekijästä liittyen kyseiseen hankkeeseen.

1: Olen täysin eri mieltä, 2: Olen lähes eri mieltä, 3: En ole samaa mieltä, enkä eri mieltä, 4: Olen lähes samaa mieltä, 5: Olen täysin samaa mieltä, 0: Minulla ei ole kokemusta tästä asiasta

Arvioi hankkeen tavoitteet ja tulokset

- |  |   |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|---|
| 1. Hankkeen tulokset vastaavat hankesuunnitelmassa määritellyjä tulostavoitteita | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 0 |
| 2. Hankkeen tuloksista on hyötyä kohderyhmälle/edunsaajille                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 0 |
| 3. Hankkeen tuloksista on tiedotettu riittävästi                                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 0 |
| 4. Hankkeen tulokset ovat hyödynnettävissä myös hankkeen jälkeen                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 0 |
| 5. Hankkeen tulokset ovat luotettavia  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 0 |

Arvioi yhteistyö hankkeessa

- |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 6. Yhteistyö hankkeessa on toiminut hyvin           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 0 |
| 7. Hankkeeseen osallistujat on pidetty ajan tasalla | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 0 |

Arvioi hankkeen toimenpiteet ja resurssit

- |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 8. Hankkeen toimenpiteet ovat palvelleet hankkeen tarkoitusta ja tulostavoitteita | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 0 |
| 9. Hankkeen taloudelliset resurssit on mitoitettu ja kohdennettu oikein           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 0 |
| 10. Henkilöstö on ammattitaitoista ja asiantuntevaa                               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 0 |

Kommentteja

Kiitos vastauksestasi!

## Liite 7. Maaseutuyrittäjien hyvinvointihankkeessa toteutetut koulutukset vuosina 2009–2011

### Vuoden 2009 toteutus

Koulutus, tilakäynnit	aika/kesto/ osallistujat	uusien osallistujien määrä / naiset	opetus-päivät	konsultointi-päivät
Ennakoiva tilakäynti, Arja Meinilä, Ritva Jalosalmi, ProAgrian as.tuntija				1
Kuntien yhteistyöryhmät, palaverit useita kouluttajia				1,5
Terveystieteiden haastattelut, Airi Paloste				3,5
Terveyspysäkki KTAMK	13.1.2009 / 1 pv	3	3	
Terveyspysäkki KTAMK	9.2.2009/ 1 pv	4	4	
Kuntotesti KTAMK	8.4.2009 / 1 pv	6	6	
Tervola , fyysiseen kuntoon painottuva koulutus, fysioterapeutti Kaisa Hurtig	kevät 3h/kerta/10	10	33	
Ylitornio, fyysiseen kuntoon painottuva koulutus, fysioterapeutti Minna Pyykönen	kevät 4 h /kerta /23	23	52	
Yrittäjät, hyvinvointi I, Työhyvinvointi, Luosto Laura Jokela ja Riitta Kettunen	3.-5.2.2009 / 3 pv /11		33	
Yrittäjät, MTK-Lappi, Hyvinvointi ja vuorovaikutus, Levi, Riitta Kettunen	11.-12.2.2009/1 pv/27		27	
Yrittäjät, hyvinvointi I, Työhyvinvointi, Ylläsjärvi Laura Jokela ja Riitta Kettunen	17.-19.3.2009/ 3 pv/19		57	
Lomittajat, hyvinvointi I, Työhyvinvointi, Ylläsjärvi, Anne Puro ja Riitta Kettunen	20.-21.1.2009/3 pv/32		96	
Lomittajat, hyvinvointi I, Työhyvinvointi, Levi, Laura Jokela ja Riitta Kettunen	24.-26.2.2009/3 pv/37		111	
Lomitushallinto, Hyvinvointi I, Ylläsjärvi Anne Puro ja Riitta Kettunen	28.-29.1.2009/ 2 pv/ 15		30	
Tilakäynnit Arja Meinilä, Ritva Jalosalmi, ProAgrian as.tuntija	kevät 2009 / 7 tilaa/11 syksy 2009 / 9 tilaa/ 15		6	11 15
Ylitornio, fyysiseen kuntoon painottuva koulutus, fysioterapeutti Minna Pyykönen	syksy 2009/ 4 h/kerta	4	35	
Tervola , fyysiseen kuntoon painottuva koulutus, fysioterapeutti Kaisa Hurtig	syksy 2009 /3 h/kerta	2	13	
Lomittajat, hyvinvointi I, Työhyvinvointi, YlläsSaaga, Laura Jokela ja Riitta Kettunen	3.-5.11.2009 / 3 pv/23	23	69	
Ensiapukurssi 9.11.09 ja 16.11.09 Loue, Anne Luoma	9.11.09 ja 16.11.09/ 2 pvä / 6	6	12	
Yrittäjät, hyvinvointi II, Voimavarat ja jaksaminen, Levi Anne Puro ja Riitta Kettunen	24.-26.11.2009 / 3 pv / 24	4	72	
Lomittajat ,hyvinvointi II , Voimavarat ja jaksaminen, Kuusamo,	8.-10.12.2009 / 3 pv/ 31		93	

Lomittajat ,hyvinvointi II , Voimavarat ja jaksaminen, Kuusamo, Anne Puro ja Laura Jokela	8.-10.12.2009 / 3 pv/ 31		93	
Yrittäjät, hyvinvointi I , Työhyvinvointi, Kuusamo, Laura Jokela ja Riitta Kettunen	16.-18.12.2009 /3 pv / 8		24	

### Vuoden 2010 toteutus

Koulutus	aika/kesto/ osallistujat	uusien osallistujien määrä / naiset	opetuspäivät	konsultointi -päivät
Tervola , fyysiseen kuntoon painottuva koulutus, fysioterapeutti Kaisa Hurtig	kevät 1x vk/12 kertaa/ 10	4 /4	34	
Ylitornio, fyysiseen kuntoon painottuva koulutus, fysioterapeutti Minna Pyykönen	kevät 1 x vk/16 kertaa/19	2/1	95	
Tornio , fyysiseen kuntoon painottuva koulutus, BodyCenter, Sanna Vanhapiha	kevät 1 x vk/12 kertaa/12	7/4	39	
Rovaniemi, fyysiseen kuntoon painottuva koulutus, Santasport, useita ohjaajia	kevät 1xvk/10 kertaa/8	6/2	21	
ProAgraria Lapin henkilöstö, hyvinvointikoulutus, Rovaniemi, Laura Jokela ja Riitta Kettunen	12.-13.1.2010 / 2 pv/22	22/14	32	
Lomittajat, hyvinvointi I, Työhyvinvointi, Tornio, Riitta Kettunen	19.-20.1.2010 / 2 pv/16	13/3	32	
Lomittajat hyvinvointi II , Voimavarat ja jaksaminen, Kuusamo, Anne Puro ja Laura Jokela	26.-28.1.2010 / 3 pv /21	-	63	
Yrittäjät Hyvinvointi I, Työhyvinvointi, Ylläsjärvi, Anne Puro ja Laura Jokela	16.-18.2.2010/3 pv/ 11	-	33	
Lomittajat , hyvinvointi II, Voimavarat ja jaksaminen, Ylläsjärvi Laura Jokela ja Riitta Kettunen	16.-18.3.2010/ 3 pv /19	1/1	57	
Lomittajat , hyvinvointi I, Työhyvinvointi, Kuusamo Anne Puro ja Riitta Kettunen	29.-31.3.-2010/ 3 pv /26	26/10	78	
Yrittäjät, hyvinvointi II, Voimavarat ja jaksaminen, Ylläsjärvi Laura Jokela ja Riitta Kettunen	26.-28.4.2010 / 23 pv / 15	-	45	
Lomittajat, hyvinvointi I, Työhyvinvointi, Posio Laura Jokela ja Riitta Kettunen	15.-16.4.2010 / 2 pv/24	24/13	48	
Lomittajat, hyvinvointi I, Työhyvinvointi, Tornio	5.-6.5.2010 / 2 pv/ 13	2/2	26	

Arja Meinilä ja Riitta Kettunen				
Ammattilaisten verkoston työpaja, Rovaniemi	4.5.2010/ 1 pv/ 45	31/28		45
Lomittajat hyvinvointi II , Voimavarat ja jaksaminen, Ylläs, Laura Jokela ja Anne Puro	21.-23.9.2010 / 3 pv / 12	5/2	36	
Lammaspäivät, Vuorovaikutus ja markkinointi, Levi, Riitta Kettunen	6.-7.10.2010 / 1 pv (toinen päivä Lammas-hankkeelle)	4 / 4	7	
Yrittäjät Hyvinvointi I, Työhyvinvointi ,Levi, Anne Puro ja Laura Jokela	12.-14.10.2010 / 3 pv / 10	7 / 3	30	
Yrittäjät ,Hyvinvointi III, Parisuhde ja ihmissuhteet, Ylläs, Laura Jokela ja Riitta Kettunen	26.-28.10.10 / 3 pv / 17	2 / 1	51	
Lomitushallinto HV II, Esimiehen vastuu ja velvoitteet lomitushallinnossa sekä yhteistyön tasot, Levi, Anne Puro ja Riitta Kettunen	11.-12.11.10 / 2 pv / 14	5 / 5	28	
Lomittajat hyvinvointi II , Voimavarat ja jaksaminen, Kuusamo, Anne Puro ja Laura Jokela	16.-18.11.2010 / 3 pv / 10	8/1	30	
Yrittäjät Hyvinvointi II, Voimavarat ja jaksaminen, Laura Jokela ja Anne Puro	30.11.-2.12.10 / 3 pv/7	2/-	21	
Rovaniemi, fyysiseen kuntoon painottuva koulutus, Santasport, useita ohjaajia	19.10.-21.12.10 / 8	1/1	23	
Tornio , fyysiseen kuntoon painottuva koulutus; Hyvä Fiilis, useita ohjaajia	13.10.-15.12.2010/ 10	4/3	25	
Tervola , fyysiseen kuntoon painottuva koulutus, fysioterapeutti Kaisa Hurtig	6.10.-15.12.2010/ 8	2/2	19	
Ylitornio, fyysiseen kuntoon painottuva koulutus, fysioterapeutti Minna Pyykönen	27.10.-15.12.2010/ 24	2/-	55	

### Kevään 2011 toteutus

Koulutus	aika/kesto/ osallistujat	uusien osallistujien määrä	opetus-päivät	konsultointi -päivät
Lomittajat hyvinvointi III, Ihmissuhteet, ergonomia, työsuojelu, Levi Laura Jokela, Ritva Jalosalmi, fysioterapiaopiskelijat: Tiina Hast, Susanna Lundqvist, Laura Markus	11.-13.1.2011 / 3 pv/29	4 / 1	87	
Lomittajat hyvinvointi III, Ihmissuhteet, ergonomia, työsuojelu, Levi Laura Jokela, Arja Meinilä, fysioterapiaopiskelijat: Tiina Hast, Susanna Lundqvist, Laura Markus	1.-3.2.2011 / 3 pv / 29	11/5	84	
Gopp -työpaja; Hankkeen arviointi	22.2.2011 / 1 pv / 15	15/10		15

vetäjä: Eija Seppänen				
Lomittajat hyvinvointi III, Ihmissuhteet, ergonomia, työsuojelu, Levi Laura Jokela, Ritva Jalosalmi, fysioterapiaopiskelijat: Tiina Hast, Susanna Lundqvist, Laura Markus	15.-17.3.2011 / 3 p v / 20	7/4	60	
Yrittäjät , hyvinvointi III, Parisuhde ja ihmissuhteet, Saariselkä, Laura Jokela ja Riitta Kettunen	29.-31.3.2011 / 3 pv / 21	2 / 1	63	
Tornio , fyysiseen kuntoon painottuva koulutus; Hyvä Fiilis, useita ohjaajia	12.1.-23.3.2011/ 3 h kerta/17	10/7	45	
Ylitornio, fyysiseen kuntoon painottuva koulutus, fysioterapeutti Minna Pyykönen	12.1.-30.3.2011 /4 h kerta / 20	2/2	70	



**Liite 8. Kouluttajien palautelomake**

**Maaseutuyrittäjien hyvinvointihanke**

**Kouluttajan/ohjaajan itsearviointilomake**

**Nimi** \_\_\_\_\_

**Tilaisuus** \_\_\_\_\_

**Päivämäärä** \_\_\_\_\_

**Tilaisuuden tavoitteet**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Mikä edisti tavoitteiden saavuttamista?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Mikä esti tavoitteiden saavuttamista?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Kehittämisehdotuksia**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Hienoa, että jaksoimme ja /tai onnistuimme!**

**Liite 9. Osallistujien palautelomake koulutuksista**

**Maaseutuyrittäjien hyvinvointihanke**

**Osallistujan palautelomake**

**Tilaisuus**

---

**Päivämäärä**

---

**Omat tavoitteeni**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Mikä edisti tavoitteiden saavuttamista?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Mikä esti tavoitteiden saavuttamista?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Kehittämisehdotuksia**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Kiitos vastauksistasi ja mukanaolosta!**



Maaseutuyrittäjien hyvinvointihankkeen tavoitteena oli maaseutuyrittäjien kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin, työhyvinvoinnin, työssäjaksamisen, työolosuhteiden ja ammattitaitoa ylläpitävän ja kehittävän toiminnan tukeminen koulutuksellisin keinoin.

Hankkeella tuettiin työvoiman työssä pysymistä ja ikääntyvän väestön työssäjaksamista, maaseutuyrittäjien mahdollisuutta jatkaa työtään maaseudulla, yhteiskuntarakenteessa tapahtuvasta keskittymiskehityksestä huolimatta. Yrittäjiä kannustettiin omatoimiseen hyvän fyysisen ja henkisen kunnon ylläpitämiseen. Työhyvinvoinnin edistämisen painopiste oli psyykkisen työhyvinvoinnin edistämisessä, työolosuhteiden/yritystoiminnan ja työyhteisön toiminnan kehittämisessä. Lapin maaseudun ja elinvoimaisuuden tukeminen oli myös hankkeen tavoitteena.

Hankkeen kohderyhmänä ovat olleet lappilaiset maaseutuyrittäjät, maatalouslomittajat, lomitushallinnon henkilöstö sekä maaseutuyrittäjyyttä tukevat yhdistykset.