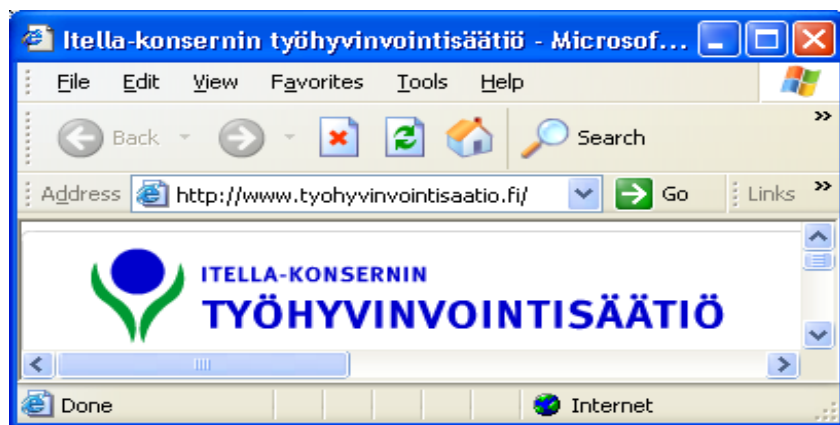


Posti- ja logistiikka-alan asiantuntijat ry

Puolestapuhujasi.

Työhyvinvointiin miljoona euroa vuodessa

Itella-konsernin työhyvinvointisäätiön tavoite on, että Itellan työntekijät pysyisivät työkykyisinä mahdollisimman pitkään mm. edistämällä heidän fyysisistä ja psyykkistä kuntoaan. Lisäksi säätiö tukee eläkeläisten ja työntekijöiden perheenjäsenen hyvinvointia. Kuntoutus-, loma- ja liikuntatapahtumia tuetaan vuosittain noin miljoonalla eurolla. Itellan työhyvinvointisäätiö on perustettu vuonna 2006.



Yleiset pelisäännöt

- *Säätiön lomat ja tapahtumat ovat avoimia kaikille itellalaisille Suomessa.
- *Tilaisuudet ovat osallistujille maksuttomia sisältäen ohjelman, tapaturmavakuutuksen, majoituksen ja täyshoidon.
- *Osallistuja käyttää tapahtumaan vapaa-aikaansa ja lomiaan.
- *Ilmoittautumisessa ensikertalaiset ovat etusijalla.
- *Kaikki mukanaolijat osallistuvat tehtyyn ohjelmaan ja ottavat mukaan asianmukaiset liikuntavarusteet.
- *Esteen sattuessa on tärkeää ilmoittaa peruutuksesta hyvissä ajoin, näin seuraava jonosta pääsee tilalle, eikä tyhjistä paikasta jouduta maksamaan turhaan.
- *Tapahtumakohtaiset lisätiedot ja ilmoittautumiset säätiön nettisivuilta.

Lisätietoja säätiön toiminnasta <http://www.tyohyvinvointisaatio.fi/>.

Tapahtumia 2014–2015

- Jokerit – SKA Pietari 5.1.15, Hartwall Arena (täyteen varattu)
- Mielipuolen päiväkirja, 14.2.15, Ryhmäteatteri (täyteen varattu)
- PAU:n talvipäivät Varkaudessa 14.–15.2.15 (osasto ei järjestä retkeä)
- Vuosikokous 12.3.15, Ravintola Vanhan Kellari, lisätietoa vuoden 2015 alussa
- Tallinnan retki 23.–24.5.2015, lisätietoa ja ilmoittautuminen alkaa helmikuussa 2015

Osaston toimikunta 2014

Puheenjohtaja Pasi Hentunen
Vara-pj Kari Tanskanen
Sihteeri Simo Parviainen
Taloudenhoitaja Arja Sipilä
Tiedotussihteeri Kari Tanskanen
Nuorisovastaava Oili Karvo
Virkistysvastaava Oili Karvo
Jäsen Maarit Vihanto
Varajäsen Johanna Hallberg-Luukko
Varajäsen Päivi Holpainen



Posti- ja
logistiikka-alan unioni

Posti- ja logistiikka-alan asiantuntijat ry
<http://www.infologi.org>

Työssä tylsistyminen uhkaa terveyttä ja voi lyhentää työuria

Ensimmäinen työssä tylsistymisen yleisyyttä suomalaisilla työpaikoilla tarkastellut tutkimus osoittaa, että kokemus ei kosketa pelkästään suorittavan työn tekijöitä, vaan sitä esiintyy erilaisissa työtehtävissä ja eri aloilla. Työssä tylsistymisen oli yhteydessä muun muassa työntekijän itsearvioituun terveyteen sekä työpaikan vaihtoaikaisiin. Työterveyslaitoksen yhteistyössä Utrechtin yliopiston kanssa toteuttama tutkimus kattoi 87 suomalaista organisaatiota ja yli 11 000 työntekijää. Tutkimus julkaistiin yhdysvaltalaisessa Journal of Occupational and Environmental Medicine -lehdessä.

Työssä tylsistyvä työntekijä kokee, että työtehtävät eivät tarjoa riittävästi mielekkäitä haasteita, niihin on vaikea keskittyä ja aika tuntuu kuluvan hitaasti niiden parissa. Mikäli kiinnostavia tehtäviä ei ole riittävästi, työntekijä passivoituu eikä laita itseään likoon työssään. Satunnaisena ilmiönä pitkäväteisyys on harmitonta, mutta pitkiydessään se voi vaikuttaa haitallisesti sekä yksilön hyvinvointiin että työpaikan tuottavuuteen.

Ketkä kokevat työssä tylsistymistä?

Työssä tylsistymisen on ajateltu perinteisesti koskevan vain liukuhihnamaista suorittavaa työtä, mutta tutkimuksen mukaan sitä koetaan myös valkokaulustöissä ja luovilla aloilla. Tulosten mukaan eniten tylsistymistä esiintyi kuljetus- ja valmistusalalla sekä taiteen, viihteen ja vapaa-ajan parissa työskentelevillä, mutta myös asiantuntijatehtävissä toimivat kokevat pitkästyistä. Vähiten työssään tylsistyivät terveydenhuollossa ja opetusalaalla työskentelevät. Miehet raportoivat enemmän tylsistymisen kokemusta kuin naiset. Ikäryhmistä tylsistyneimpiä olivat alle 36-vuotiaat työntekijät. Myönteistä oli kuitenkin se, että tylsistymistä esiintyi suhteellisen harvoin.

– Nuorten työntekijöiden tylsistyminen saattaa selittyä osittain sillä, että työelämässä paikkaansa hakevat eivät ole vielä löytäneet itselle sopivia tai riittävän haastavia työtehtäviä, pohtii tutkija Lotta Harju Työterveyslaitoksesta. Haastavimmat tehtävät voivat kasaantua kokeneemmille työntekijöille. Tämä voi alentaa nuorempien työntekijöiden motivaatiota, jos he kokevat, ettei heillä ole mahdollisuutta näyttää ja kehittää osaamistaan, Harju sanoo.

Työssä tylsistyminen vaikuttaa terveyteen

Tylsistyneet työntekijät kokivat terveytensä ja työkykynsä innostunutta työntekijää heikommaksi vielä senkin jälkeen, kun taustatekijät, kuten ikä ja toimiala, oli huomioitu. Tylsistyminen myös lisäsi todennäköisyyttä suunnitella työpaikan vaihtoa sekä aikomusta siirtyä ennenaikaiselle eläkkeelle. Tylsistymisen kokemukset myös lisäävät työn kuormittavuutta, sillä työssä tylsistymisellä oli yhteys stressioireisiin.

Luottamusmiehet:

Päälouottamusmies
Informaatiologiikka-alan TES
Ossi Lillomäki
 Postintaival 7
 Puh. 040 503 4301

Päälouottamusmies
Itella Oyj, Konsernitoiminnot
Mirja Sandberg
 Rautatienkatu 21, 33100 Tampere
 Puh. 0400 623 575

Päälouottamusmies
Informaatiologiikka-alan TES,
palkkaliite 1
Lena Lahti
 Postintaival 7
 Puh. 040 557 1198

Päälouottamusmies
Informaatiologiikka-alan TES,
palkkaliitteet 2 ja 3
Hannu Lahdenperä
 puh 0400 496 626

Luottamusmies
Itella Oyj
Informaatiologiikka-alan TES
Pasi Hentunen
 Postintaival 7 C, 1.krs, huone 1128
 Puh. 040 779 2159

Luottamusmies
OpusCapita Group Oy, Postintaival
Oili Karvo
oili.karvo@opuscapita.com
 Postintaival 9
 Puh. 050 405 9711

Luottamusmies
Viestinvälitys- ja logistiikka-alan TES,
palkkaliite C, Itella Real Estate Oy
Kari Tanskanen
 Postintaival 7 C, 2.krs
 Puh. 040 828 6742

Luottamusmies
OpusCapita Group Oy, Keilaranta
Päivi Holpainen
 Keilaranta 13 A
 Puh. 040 507 4325



Työssä tylsistymiseen ei ole aiemmin kiinnitetty juurikaan huomiota, vaikka se aiheuttaa pahoinvointia. Pahoinvointi voi jäädä huomaamatta, sillä se ei välttämättä näy eikä siitä mielellään puhuta työpaikalla. Tutkimuksen perusteella työntekijöiden tylsistymisen ehkäisyyn kannattaa panostaa, sillä työntekijöiden työhyvinvoinnilla ja motivaatiolla on yhteys työn tuottavuuteen. Työhyvinvoinnilla on vaikutusta myös työurien pituuteen.

Tutkimus on osa Työterveyslaitoksen Innostuksen Spiraali (INSPI) - tutkimus- ja kehittämishanketta, jossa selvitetään työn imun ja työhön leipääntymisen yleisyyttä ja keskeisiä työn voimavaroja suomalaisilla työpaikoilla sekä näiden yhteyksiä työn tuottavuuteen. Tutkimushanketta ovat rahoittaneet Työsuojelurahasto, Valtion työsuojelurahasto sekä TEKES.

Lähde: TTL

Hae apurahaa

PAUn jäsen voi hakea SAK:n kulttuurirahastolta tai PAUn rahastolta apurahaa kulttuuriharrastustasi varten. Apurahoilla tuetaan ensisijaisesti taidepainotteisia kulttuuriharrasteita.

Hakulomake ja tarkat ohjeet löytyvät Kansan Sivistysrahaston (KSR) osoitteesta <http://www.sivistysrahasto.fi/>. **Täytä hakemus netissä, tulosta ja allekirjoita se ja lähetä hakemus liitteineen 31.12.2014 mennessä PAUn toimistoon.**

Myös ammattiosastoille voidaan myöntää tukea suunniteltuihin kulttuuriprojekteihin tai esimerkiksi historiikin kirjoittamiseen.

Apuraha ei ole tarkoitettu ammattimaisen taiteen tekemiseen, esiintymismatkoihin, opiskeluun (esim. täydennyskoulutukseen) tai urheiluun. Samalle hakijalle voidaan myöntää apurahaa vain kerran. Apurahat ovat pienehköjä, joten ne eivät tee mahdolliseksi kovin mittavien projektien toteuttamista. Tukea sellaisiin ei tästä syystä myönnetä.

Hakemuksesi käsitellään ensin SAK:ssa myönnettäessä Kulttuuri-rahaston apurahoja. Ne hakemukset, joille ei ole SAK:n kulttuuri-rahastosta apurahaa myönnetty, osallistuvat käsittelyyn, kun myönnetään apurahoja PAUn rahastosta. SAK:n kulttuuriapurahojen saajien nimet julkaistaan SAK:n nettisivuilla huhtikuun 2015 puolivälissä. Päätös apurahasta ilmoitetaan saajalle myös henkilökohtaisesti.

PAUssa lisätietoja antaa koulutus suunnittelija Päivi Vuovirta, puh. 050 411 2195.

Luottamusmies
OpusCapita Group Oy, Tampere
Johanna Hallberg-Luukko
Puh. 040 770 0541

Luottamusmies
OpusCapita Group Oy, Jyväskylä
Tarja Pääki
Puh. 0204 521697

Luottamusmies
OpusCapita Group Oy, Kuopi o
Joonas Räsänen
Puh. 0204 522009

Työsuojeluvaltuutetut:

Itella Oyj

Työsuojeluvaltuutettu, PKS toimihenkilötehtävät
Marjatta Makkonen
Puh. 040 824 6879

OpusCapita Group Oy

Työsuojeluvaltuutettu
Johanna Hallberg-Luukko
Jokipohjantie 28. Tampere
puh 040 770 0541

1.varatyösuojeluvaltuutettu
Oili Karvo
Puh. 050 405 9711

2.varatyösuojeluvaltuutettu
Raimo Päivärinta
Postintaival 9
Puh. 040 525 3948

Itella Real Estate Oy

Työsuojeluvaltuutettu
Kari Tanskanen
Puh. 040 828 6742



Rauhallista Joulua ja Menestyksestä Uutta Vuotta 2015!

tv. Osaston toimikunta ja luottamushenkilöt



Osasto lahjoittaa 200 euroa vuoden 2014 YLEn Hyvä joulumieli -keräykseen, www.punainenristi.fi/hyva-joulumieli.



Posti- ja logistiikka-alan asiantuntijat ry on Itella-konsernissa erityyppisissä asiantuntijatehtävissä työskentelevien ammattiosasto.

Ammattiosasto on perustettu vuonna 1973 ja on Posti- ja logistiikka-alan unioni PAU:n jäsenosasto.



Posti- ja logistiikka-alan asiantuntijat ry
<http://www.infologi.org>