

## Posti- ja logistiikka-alan asiantuntijat ry

Puolestapuhujasi.

### HYVINVOINTIVALMENNUKSET JA KUNTOREMONTIT

Kuntoremonttien ja valmennusten tavoitteena on tukea osallistujien hyvinvointia ja omaa jaksamista.

Järjestämme Posti-konsernin yhtiöissä työskenteleville hyvinvointivalmennuksia, joita aiemmin kutsuttiin kuntoremonteiksi. Kelan sivuilta löydät tietoa edelleen kuntoremonttiotsakkeen alta.

Valmennusten tarkoitus on työkyvyn ylläpitäminen, hyvinvoinnin ja työssäjaksamisen edistäminen sekä työkykyä haittaavien oireiden ennaltaehkäiseminen oman aktiivisuuden kautta. Valmennukset eivät ole työaika, mutta voit hakea valmennuksen ajalta Kelalta kuntoutusrahaa. Voit myös osallistua loma- tai muuna vapaa-aikanasi, tämä ei estä kuntoutusrahan hakemista.

Työhyvinvointisäätiö maksaa kurssien kustannukset ja osallistujia vastaa matkakuluistaan. Kuntoutusrahan saaminen edellyttää työterveyshoitajan lausuntoa. Työterveyshoitaja voi myös edistää valmennukseen pääsyä suosittelemalla valintaasi suoraan meille. Mikäli sinulla todetaan jo selviä merkkejä työkyvyn heikkenemisestä, saattaa kyseeseen tulla Kelan järjestämä kuntoutus, joka edellyttää työterveyslääkärisi B-lausuntoa. Lisätietoja saat työterveyshoitajaltasi.

Valmennuksia on teemoitettu monille kohderyhmille nuorisosta 50-vuotta täyttäneille sekä tuki- ja liikuntaelinongelmista painonhallintaan. Valmennuksiin haetaan viimeistään 2 kuukautta ennen kuntoremontin alkua, mikäli poikkeavaa hakuaikaa ei ole erikseen ilmoitettu. Ensikertalaiset ja työterveyshoitajan suosittelemat ovat valinnassa etusijalla. Haku 3 vuoden välein.

Majoitus 2 hengen huoneissa, täysihoidolla. Yhden hengen huoneesta peritään lisämaksu.

Lisätietoja [tyhy@tyohyvinvointisaatio.fi](mailto:tyhy@tyohyvinvointisaatio.fi) tai 050 428 9070 Aila Ventola.

Työhyvinvointisäätiön kuntoremonttien sivuille pääset linkistä

<http://tyohyvinvointisaatio.fi/kuntoremontit/>.

### Tapahtumia 2020

- Vuosikokous, la 14.3.20, m/s Finlandia, kokouskutsu ja ilmoittautuminen tammi-kuun 2020 alussa.

### Osaston toimikunta 2019

**Puheenjohtaja Päivi Holpainen**  
**Vara-pj Kari Tanskanen**  
**Sihteeri Simo Parviainen**  
**Tiedotussihteeri Kari Tanskanen**  
**Järjestövastaava Hannu Lahdenperä**  
**Kulttuuri- ja virkistysvastaava**  
**Jaana Toivonen**  
**Mirka Lehmus**

**Varajäsenet**  
**Jaana Toivonen**  
**Ossi Lillomäki**

**Taloudenhoitaja Arja Sipilä**



## ”Pitääkö kaikessa olla aina järkeä!?”

- Ylihovimestari Alexis af Genius, tervetuloa multikansalliselle ja kaupalliselle tube-kanavallamme! Ymmärtääkseni olette vastikään aloittanut Keskuskadulla sijaitsevan Posti Box -elämyseskuskeskuksen ylväänä päälle-päsmärinä.
- Yep, kiva olla täällä tänään. Vaikkakin pelkästään virtuaalisesti, sillä ymmärtänette, että Paras Työpaikka 2020 -projektin saattohoidossa on omat kiireensä, ja on suht' hankalaa repeytyä kahtaalle.
- Oletteko te olleet siinäkin hapatuksessa mukana? Eikö teille riitä sovituskoppien sisustusaskareiden ja led-valospottien valvomisurakassa tarpeeksi puuhaa?
- Voih, parahin tubettajain kunkku ja valkosipulituoksuisen kinkkupanupizzan puputtaja! Minä olen kyltymätön, minusta on mahtavaa olla kehittämässä kaikkea kivaa...
- ...kaikkea **KIVAA**?
- Yo, Boxissa meillä on kahdessa kerroksessa parikin ravintola/kahvila-tyyppistä chillailu-areaa kaiken muun krääsäkkeen ohella. Olemme rakkaiden ja hyvin tienaavien propellipää-kollegoiden kanssa ideoineet jo muun muassa Miss Suomi 2021 -kisojen järjestämisoikeutta ja tasa-puolisuuden vuoksi myös muhkean Mister Finland 2022 -otatuksen organisointia. Ja soinnista putkahti cortex-osastostani veikeä aate, voimme pyytää vaikkapa Michael Jacksonin keikalle keväällä 2023...
- ... mutta arvoisa herra af Genius, eikös Jackson ole edesmennyt?
- Yeah, man. Kyllä minä sen tiedän. Mutta ehkä **kaikki** asiakkaamme eivät tiedä. Pääsyliput voisivat maksaa vaikkapa 1000 euroa per sie-rainpari, toki alhaisesta karva-asteesta voi aina anoa alennusta.
- 1000 euroa! Mutta tuohan olisi silkkaa huijausta, suorastaan riistoa!!
- Eikös kapitalismi perustu riistoon?
- Herra af Genius, minusta olette anteeksipyyntöni velkaa kanavamme monikulttuurisille seuraajille!
- Ja mistähän syystä, jos saan hienovaraisesti udella?
- Oletteko niin pösilö, että minun pitää se teille erikseen kertoa?
- Ei, sitä teidän, arvon toimittaja, ei tarvitse tehdä. Totean vain kryptisesti, että ei ole ketään karvoihin katsominen ja anteeksipyyntöni sijaan esitän tube-friikeillenne kaksitoista sekuntia sitten ideoimani mietelauseen – ja sitten lähdän litomaan.
- Mietelauseen?
- Jep: pitääkö **kaikessa** olla aina järkeä!?

<Central Scrutinizer>

## Asiantuntijain 'konsertti-seteli' - 20 euroa

Koska suosittuihin kevyen musiikin konsertteihin on vaikea varata useampia lippuja, niin osaston toimikunta tarjoaa ratkaisuna seuraavaa:

Jäsen ostaa **itselleen yhden lipun** ja toimittaa lipusta kopion tiedotussihteerin Kari Tanskaselle sekä ilmoittaa pankkitilinsä 'setelin' tilittämistä varten. Kari toimittaa tiedot keskitetysti taloudenhoitaja Arja Sipilälle maksatukseen. 'Seteli' ei koske avec-lippuja. Yhden kalenterivuoden aikana osaston jäsen saa käyttää maksimissaan kolme 'seteliä' (yhteensä 60 euroa).

Myös se on mahdollista, että jäsen käyttää kolme seteliä (60 e) yhteen kallishintaiseen konserttiin.

### Luottamusmiehet:

**Pääluottamusmies**  
**Informaatiologiikka-alan TES**  
**Ossi Lillomäki**  
**Postintaival 7 D-talo 2.krs**  
**puh 040 503 4301**

**Pääluottamusmies**  
**Flexo, Posti Messaging, Turun palkkahallinto**  
**Hannu Lahdenperä**  
**puh 0400 496 626**

**Varapääluottamusmies**  
**Flexo, Posti Messaging, Turun palkkahallinto**  
**Päivi Holpainen**  
**puh 040 507 4325**

**Luottamusmies**  
**Palkkahallinto**  
**Mirka Lehmus**  
**Rydönnotko 1**  
**20360 Turku**  
**puh 050 3646 565**





## Auttamalla hyvä joulumieli!

Osasto lahjoittaa YLE:n Hyvä Joulumieli -keräykseen 200 euroa.

**Rauhallista Joulua ja Menestyksestä Uutta Vuotta 2020 osaston jäsenille!**



**< tv. Osaston toimikunta ja luottamushenkilöt >**

**Varaluottamusmies**  
**Palkkahallinto**  
**Jaana Toivonen**  
**Rydönnotko 1**  
**20360 Turku**  
**puh 050 3646 464**

**Luottamusmies**  
**Viestinvälitys- ja logistiikka-alan TES,**  
**palkkaliite C, Posti Kiinteistöt Oy**  
**Kari Tanskanen**  
**Postintaival 7 C-talo 5.krs**  
**puh 040 828 6742**

### Työsuojeluvaltuutettu:

**Flexo, Posti Messaging, Turun**  
**palkkahallinto, Posti ICT**

**Työsuojeluvaltuutettu**  
**Päivi Holpainen**  
**puh 040 507 4325**

**[jasenedut.fi](http://jasenedut.fi)**

PAUn jäsenillä on käytössään nyt suuri joukko erilaisia etuja ja alennuksia ammattiliittojen yhteisen [jasenedut.fi](http://jasenedut.fi) -palvelun kautta.

Palvelun löydät osoitteesta

[www.jasenedut.fi](http://www.jasenedut.fi) ja uusimpiin etuihin ja tarjouksiin voi tutustua myös Jäsenedut Facebook -sivujen kautta (FB-sivun osoite: <https://www.facebook.com/jasenedut/>.)

-----

Posti- ja logistiikka-alan asiantuntijat ry on Posti Groupissa ja OpusCapita Groupissa erityyppisissä asiantuntijatehtävissä työskentelevien ammattiosasto.

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



Posti- ja  
logistiikka-alan unioni

Posti- ja logistiikka-alan asiantuntijat ry  
[www.infologi.org](http://www.infologi.org)