Preivari

JÄSENRETKI MAJAKALLE

SIVU 6

ONNISTUMISEEN TARVITAAN YHTEISTYÖTÄ

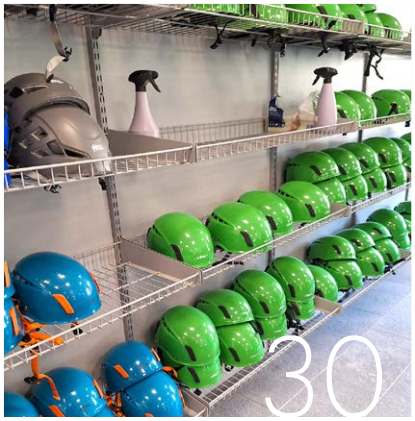
SIVU 12

VENYTYKSIÄ TYÖPAIKALLA

SIVU 20

NUMERO 1/2025 | PAU HELSINGIN OSASTO RY 107 | JÄSENLEHTI

Kannen kuva: Iloinen joukko jäsenretkellä Bengtskärin majakalla.
Kuvan otti "tuntematon", laivamme työntekijä.



SISÄLLYSLUETTELO

03. Pääkirjoitus

04. Lyhyet ja nopeat

06. Syksyn jäsenretki Bengtskärin majakalle

10. Puheenjohtajalta: Postissa palkka maksetaan yleensä oikein ja ajallaan

12. Onnistumiseen tarvitaan jatkuvaa yhteistyötä

16. Työsuojeluvaltuutetulta: Jakelunlähtöpisteet vähentyneet edelleen

18. Tiedätkö Työhyvinvointisäätiön

19. Postin Työhyvinvointisäätiö hyvinvointisi tukena jo vuosikymmeniä

20. Postityöntekijän venytyksiä työpaikalla / Postal workers stretching at workplace

28. Kimputusta! Hermo meni.

30. Bussimatka Lohjalle Tytyrin elämyskaivokseen

32. Spring member trip to Lohja Tytyri experience mine

34. Onko palkitseminen Postissa oikeudenmukaista?

35. Sarjakuva

PÄÄKIRJOITUS

Muutosneuvottelu Helsingin siirtymisestä CDE-malliin oli raskain ajanjakso muutamia vuosia aikaisempien koettelemustemme jälkeen. 294 työntekijästä alustava irtisanomistarve oli 63. Omaehtoisten ratkaisujen jälkeen 34 työntekijää irtisanottiin ja työyhteisöissä tutuiksi tulleilta määräaikaisilta työntekijöiltä loppuivat työt.

Helsinki on yksi työssäkäyntialue ja niin sitä myös tarkasteltiin. Tämän takia irtisanomiset painottuivat jakelunlähtöpisteisiin, joissa osaamista, kokemusta ja työssäolovuosia oli vähemmän kuin toisaalla. Samasta syystä työntekijöiden siirtämisiä osui tiettyihin työpaikkoihin.

Kesän aikana huolta on herättänyt jopa liiallinen henkilöstömäärä. Luvata en voi, mutta sanoisin, että jäitä hattuun. Syksyllä lähetysten määrä on noussut, harvemmat jakelupäivät kasvattavat yksittäisten päivien kuormaa, kelit kovenevat, joulu lähestyy, pakettien jakamisen odotetaan lisääntyvän, reittiosaamista tulee laajentaa koko työssäkäyntialueelle, työntekijöitä lähtee syystä tai toisesta enkä voi uskoa, että tänä talvena säästyisimme kausiluonteisilta sairauspoissaoloilta.

Henkilöstökysely Peakonin vastausaika päättyy 21.10. Tulokset tarkastellaan ja käydään läpi esihenkilö- ja jakelunlähtöpistekohtaisesti. Kysely on tärkeä keino antaa moitetta, kiitosta ja kehitysehdotuksia työpaikkakohtaisesti, juuri sitä omaakin työpistettä ajatellen ja nimettömästi. Olethan sinäkin huomannut, että vastaamalla todellakin voi vaikuttaa, sillä vastausten vastaanottaja on viime aikoina muuttanut reagointiaan.

PAUn Talvipäivät vietetään 7.-8.3.2026 Tampereella. Osasto tarjoaa illallisen, tukee osallistuvia jäseniään 120 eurolla ja majoituksia voi tiedustella työsuojeluvaltuutettu Seppo Airaksiselta. 107-tiedote aiheesta tulee työpaikoille marraskuun aikana, tarkennuksia jo nyt voit kysyä edunvalvojaltasi.

Osaston vuosikokous on 28.3.2026 Hakaniemessä, ajankohtaiskatsauksen tulee pitämään Heidi Nieminen. Hilpeyttä kokouksissa on viime vuosina herättänyt jäsenretkestä äänestäminen. Puheenjohtaja ensin kertoo, että tänä vuonna ainakaan ei risteilylle, mutta kokousväki on kekseliäästi äänestänyt illallisristeilyä tai majakkaretkeä. Mikähän vesireitti seuraavassa kokouksessa vie voiton.

Riitta Sievilä

Riitta Sievilä
Päätoimittaja

Posti- ja logistiikka-alan unioni PAU
Preivari

Julkaisija:
PAUn Helsingin Osasto ry 107

Postiosoite:
Preivari / PAUn Helsingin osasto
John Stenbergin ranta 6 c/o PAU
00530 Helsinki

Sähköposti:
preivari.pauhki@gmail.com

Yhteydenotot ja aineistot
ensisijaisesti sähköpostitse.

Päätoimittaja:
Riitta Sievilä

Toimituskunta:
osaston toimikunta

Taitto:
Mediafactory Helsinki,
Sauli Takavainio

Paino:
PunaMusta

ISSN 2342-8252 (painettu lehti)
ISSN 2342-8260 (verkkojulkaisu)

Printed matter
4041 0032

LYHYET JA NOPEAT

TIETOA JA TARINAA LYHYESTI SIELTÄ TÄÄLTÄ.

tekstit ***Riitta Sievilä***
kuvat ***Ari Komulainen***, ***Seppo Airaksinen*** ja ***Riitta Sievilä***

1.

JOKA NELJÄS VUOSI KOKOONTUU PAUN LIITTOKOKOUS, jossa muun muassa päätetään toiminnan ja talouden linjaukset seuraavalle neli-vuotiskaudelle, valitaan liitolle ja liittovaltuustolle puheenjohtaja sekä jäsenet liiton hallitukseen ja valtuustoon.

Jokainen liiton osasto on oikeutettu lähettämään kokoukseen yhden edustajan kutakin alkavaa sataa varsinaista jäsentä kohden. Tänä vuonna Helsingin osastosta kokousedustajia oli kahdeksan ja lisäksi kutsuttuna liittohallituksen jäsen Satu Ollikainen.

Kesäkuinen kokous sujui melko mutkattomasti. Liiton puheenjohtajaksi valittiin yksimielisesti Heidi Nieminen ja valtuuston puheenjohtajaksi yksimielisesti Tero

Kelkka. Muista hallintopaikoista äänestettiin useampaankin kertaan.

Osastostamme liittohallitukseen valittiin Satu Ollikainen. Liittovaltuustoon osastostamme lopulta päätyivät Linda Lundström, Seppo Airaksinen ja Riitta Sievilä. Valtuuston ensimmäiselle yleisvarapaikalle valittiin Jarmo Pakkanen. Näin ollen ensimmäisessä epävirallisemmassa valtuuston kokouksessa, elokuun TES-seminaarissa, osastostamme olivat kaikki edellä mainitut viisi henkilöä yhden varsinaisen liittovaltuuston jäsenen oltua estyneenä.

Kuvassa liittokokousedustajamme vasemmalta takakautta kiertäen; Linda Lundström HKI 88, Pertti Pohjanvuori HKI 94, Sari Kolehmainen Espoo 77, Seppo Airaksinen Vantaa, Timo Väisänen HKI 70, Satu Ollikainen Kirkkonummi, Jarmo Pakkanen HKI 10 ja Juhani Rajala HKI 10 (Juha Raussin HKI 14 ollessa estyneenä). Kuvasta puuttuu Riitta Sievilä HKI.

2.

KARI LEHDON 60-VUOTISSYNTYMÄPÄIVÄN KAKKUKAHVIT nautittiin Puistolassa syksyllä. Työnantaja ei hanki synttärilahjoja, mutta onnittelee 50 ja 60 vuotta täyttäviä työyksikössä kakkukahvien merkeissä. Työehtosopimuksen mukaisesti 50 ja 60 vuotta täyttävät saavat palkallisen vapaapäivän, jonka ajankohdasta työnantaja ja työntekijä sopivat. Karin syntymäpäivä oli heinäkuussa, kakkukahvit syyskuussa ja vapaapäivän hän viettää vasta tammikuussa, jolloin lähtee poikansa kanssa Liverpooliin katsomaan jalkapalloa.

Kari aloitti postiuransa tammikuussa 1982 Itä-Pasilan päiväjakelussa ja teki alkuun samanaikaisesti myös varhaisjakelua viitisen vuotta. Matka jatkui Länsi-Pasilan kautta Hakaniemeen, josta viimeisin siirtymä oli Puistolaan. Kari on toiminut luottamusmiehenä jo 15 vuotta. Postia hän on jakanut kaikilla jakelun kulkuvälineillä, tällä hetkellä skootterilla, joka nykyään onkin mieluisin työväline.

Alimpaan eläkeikään on vielä viisi vuotta aikaa, mutta suunnitelmana on jatkaa siten, että työuraa Postissa täyttyisi 50 vuotta! Työnantaja huomioi työntekijöitä määrävuosilahjalla, kun palvelusta täyttyy 20, 30, 40 tai 50 vuotta. Tasavuosien laskentaan ei huomioida palkattomia poissaoloja, jotka eivät kerrytä vuosilomaa, aivan kuten palkkataulukon kokemusvuosissakin. Kari valitsi 40-vuotismäärävuosilahjakseen akkuporakoneen, joka on osoittautunut mainioksi välineeksi.

3.

LUOTTARIKOKOUS järjestetään alueella 1-2 kertaa vuodessa. Toisinaan kutsun saavat myös varaluottamusmiehet. Tänä syksynä varat pääsivät mukaan työpaikkansa tilanteen mukaan.

Kokouksia on pidetty Hakaniemessä ja Postintaipaleella. Koulutusta on saatu liiton toimiston työntekijöiltä ja työttömyyskassasta. Yhteistyötä ja ajankohtaisia asioita on käyty läpi työnantajan edustajien kanssa. Paikallisista asioista keskustellaan päätoimisten edunvalvojien johdolla.

Jakelun työpaikkojen vähetessä on nähty tärkeäksi vierailla myös muissa Postin toiminnoissa. Vuonna 2023 oli opastettu kierros Postikeskuksessa ja nyt syyskuussa PKS2:ssa Vantaalla.

PKS2:ssa on 200 työntekijää, jotka työskentelevät eri toiminnoissa; perus- tai varhaisjakelussa, kevytkuljetuksessa, kotijakelussa, rengas- tai juomalogistiikassa ja sitten siinä useimpien mielestä mielenkiintoisimmassa eli perille saamattomien parissa. Perusjakelun palvelupäällikkö Mika Moisio piti kaksituntisen kierroksemme mielenkiintoisena alusta loppuun.

4.

POSTIN HENKILÖSTÖRAHASTON henkilökohtaisen rahastointipäätöksen tekeminen muuttuu tänä vuonna. Päätöksen tekeminen keikahtaa päinvastaiseksi nykytilasta.

Maksettavia palkkioita ovat Kiitos-, Bravo- ja STI-palkkiot. Aiemmin oletus on ollut, että palkkio maksetaan palkanmaksun yhteydessä, niin sanotusti käteen. Itse on voinut vuosittain marras-joulukuussa valita rahastoivansa palkkiot joko osittain tai kokonaan.

Jatkossa, alkaen tänä vuonna, oletus tulee olemaan, että kaikki palkkiot maksetaan kokonaisuudessaan henkilöstörahastoon. Päinvastoin kuin aiemmin, työntekijän tulee vuosittain ilmoittaa, haluaako palkkion rahastoitavaksi osittain vai kokonaan tai haluaako palkkion maksettavaksi ”suoraan käteen”.

Muutos käytäntöön tehdään rahastointiyhtiön suosituksesta veroriskien välttämiseksi johtuen verottajan tiukentuneesta ohjeistuksesta. Seuraa työnantajan ilmoituksia aiheesta loppuvuoden aikana!

SYKSYN JÄSENRETKI

BENGTSKÄRIN MAJAKALLE

Kävellessäni elokuun lauantaiaamuna Eerikinkatua pitkin, ajatukseni karkaavat entisiin aikoihin, kun menin töihin aamukuudeksi Katajanokalle. Oli upeaa kävellä autiossa ja hiljaisessa Helsingissä kohti Katajanokkaa Senaatintorin halki ja katsella Kauppatorilta kauas merelle. Palatkaamme nykyaikaan, kävelen kohti Mikonkatua, josta lähtee Ventoniemen linja-auto kohti Hankoa ja sieltä jatkamme laivalla Bengtskärin majakalle.

Tuuliennusteet jännittivät

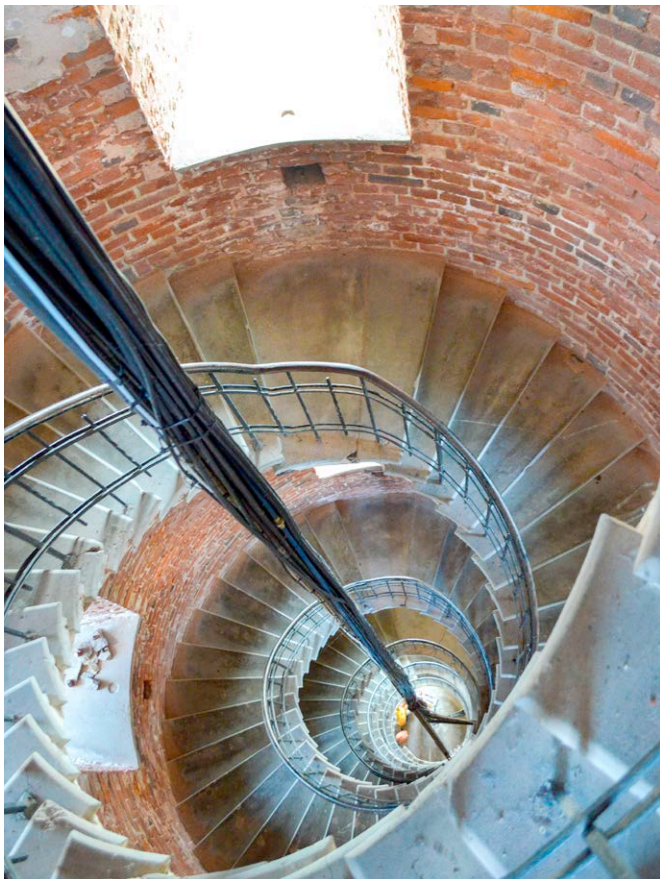
Osaston järjestämän matkan suunnittelijoina toimivat Jarmo Pakkanen kuljetusten osalta ja illallisen järjesti Timo Väisänen. Riitta Sievilä tarkasti, että kaikki ilmoittautuneet olivat paikalla ennen kuin bussi lähti kohti Hankoa. Retkelle osallistui 47 henkilöä, joista neljä nousi kyytiin Kirkkonummelta.

Puhetta riitti linja-autossa heti alkumatkasta. Varmasti jotkut keskustelut sivusivat uutta CDE-jakelumallia ja siihen liittyviä ongelmia. Kahden tunnin matkan jälkeen saavuimme aurinkoiseen Hankoon. Pienen kävelyn jälkeen siirryimme Marine Lines yhtiön M/S Summersea -alukseen. Merimatka kohti Bengtskäriä oli tarkoitus alkaa 10.30, mutta odotimme muutaman minuutin työntekijää, joka tuli samalla kyydillä töihin majakalle.

Koko viikon oli kovasti jännitetty minkälainen sää on lauantaina. Jos tuulee voimakkaasti, rantautuminen Bengtskäriin voi olla mahdotonta. Sään suhteen kaikki sujui mallikkaasti. Menomatkalla, kun haimme kalakeittoa, piti hieman taistella ettei menetä tasapainoa laivan keinuessa. Kannella oli hienoa seurata aurinkoisessa säässä majakan lähestymistä horisontissa. Hieman yli puolen päivän saavuimme Bengtskäriin, missä aluksi opas kertoi faktat majakasta ja saaresta.

Majakka valmistui yhdeksässä kuukaudessa

Bengtskär kuuluu Kemiönsaaren kuntaan ja se sijaitsee Saaristomeren uloimmalla luodolla noin 25 kilometriä Hangosta lounaaseen. Bengtskär on Pohjoismaiden korkein majakka. Utön ja Hangon välisen reitin valaise-



minen tuli suorastaan elintärkeäksi 1890-luvulla johtuen ympärivuotisesta laivaliikenteestä Hankoon, Suomen silloiseen ainoaan talvisatamaan.

Ensimmäisen kerran majakan rakentaminen otettiin esille vuonna 1896. Tämän jälkeen suunnittelussa meni vuosikausia, ennen kaikkea päätösten tekemisessä. Esillä oli rakentaa kaksikin majakkaa tai majakan rakentaminen Vänölle tai Kalskärille. Asia vauhdittui lopullisesti, kun höyrylaiva S/S Helsingfors ajoi karille uudenvuodenyönä 1905 Bengtskärin lähellä. Alus oli aivan uusi ja arvokas ja tuhoutui täydellisesti. Kuusi miehistön jäsentä menehtyi.

Insinööri Ernst Andersin johti majakan rakentamista. Hän kävi Bengtskärin luodolla ensi kerran 4.1.1906 ja havaitsi, että luodon kallioperää voidaan käyttää tiilistä muurattavan majakkarakenteen ulkovuoraukseen. Helmikuussa saatiin valmiiksi työmiesten parakit. Rakentajia oli 33 ja maaliskuussa tuli lisää 20 kivimiestä.

Keväällä rahdattiin 448 000 tiiltä luodolle ja kesällä majakkaa rakensi 120 työntekijää. 19.12.1906 syttyi Bengtskärin majakassa ensimmäisen kerran valo, vain yhdeksän kuukautta oli kulunut majakan perustustöiden aloittamisesta.

Vartijat perheineen asuivat majakassa

Majakassa asuttiin talvisodan alkuun asti. Ainoastaan ensimmäisen maailmansodan alussa majakka sammutettiin, linssilaitteet vietiin turvaan ja väki evakuoitiin lyhyeksi aikaa. Syksyllä 1914 saksalaiset sotalaivat Magdeburg ja Augsburg ampuivat kranaatteja kohti majakkaa, vauriot jäivät onneksi vähäisiksi.

Jatkosodan alussa 26.7.1941 neuvostoliittolaiset yrittivät vallata ja räjäyttää majakan, joka sijaitsi strategisesti tärkeällä paikalla. Vihollinen onnistuttiin torjumaan koko päivän kestäneessä taistelussa. Seuraavan päivän pommitusten jälkeen laskettiin uhrien määrä. Suomalaisia kuoli 32 ja venäläisiä 60 - 100.

Eniten ihmisiä asui majakalla 1930-luvulla, kaikkiaan 32, joista 21 oli lapsia, joten piti olla myös oma koulu ja opettaja. Syksyllä 1968 majakka jäi autioksi. Tämän jälkeen majakka ränsistyi, kunnes Turun yliopisto otti

haltuun kiinteistön vuonna 1992 ja aloitti mittavat korjaustyöt. Majakka vihittiin uuteen monipuoliseen käyttöön elokuussa 1995. Majakalla voi muun muassa yöpyä kesäisin.

Onnistunut retkipäivä

Kun olimme kuulleet opasta, oli meillä puolitoista tuntia vapaata oleskelua luodolla. Itse kävin katsomassa bunkkereita, joita oli sodan aikana rakennettu. Sileillä kallioilla oli mukava katsella kimaltelevaa merta.

Kaiken kruunasi nouseminen majakan torniin, joka on 52 metriä meren yläpuolella ja 252 askelman päässä. Kun tornista laskeutui, oli hyvä käydä majakan kahvilassa, joita on kaksi, ja syödä uunituoretta pullaa. Kello 14.30 lähdimme kohti Hankoa Summersea-aluksella.

Saavuttuamme Hankoon päivän ainoa sadekuuro sattui kohdallemme, ei hätää, onneksi läheisyydessä oli kiva kahvila, jossa pystyi pitämään sadetta ennen ruokailua. Ravintola Origossa saimme maittavan illallisen, minkä jälkeen siirryimme linja-autoon, joka kuljetti meidät Helsinkiin.

Todella onnistunut retki, kaikki järjestelyt oli hienosti hoidettu, sää oli mitä manioin ja ennen kaikkea seura oli loistavaa, vaikka joskus satuttiin puhumaan työasioistakin. Ehkä retken jatkoja pidettiin pubissa jos toisessakin, minä menin kotiin ja fiilistelin Stoke Cityn loistavaa alkukautta - kolme ottelua ja kolme voittoa!

lähteet: *Seppo Laurell: Valo merellä - Suomen majakat 1753 – 1906* ja *Wikipedia*

teksti ***Juhani Rajala***
kuvat ***Riitta Sievilä***

POSTISSA PALKKA MAKSETAAN
YLEENSÄ OIKEIN JA AJALLAAN

PUHEENJOHTAJALTA

Kesä ja kärpäset näyttivät meille kesäkuun palkkalaskelman yhteydessä kuinka harva oikeasti tarkistaa oman palkkansa ja vielä harvempi osaa laskea palkkansa sekä siihen liittyvät lisät.

Posti Jakelun kuukausipalkkaisten vuosilomalisän latauksessa oli tapahtunut virhe. Virhe korjattiin vielä saman päivän aikana ja illalla yhdeksän aikaan saatiin varmistus siitä, että vuosilomalisät ehtivät maksuun normaalin palkanmaksun yhteydessä.

Samaan aikaan toisaalla ison julkisen alan toimijan työpaikoilla oli jäänyt eräitä korvauksia järjestelmävirheen takia maksamatta toukokuun osalta. Henkilöstöä tiedotettiin palkanmaksupäivänä asiasta, vaikka virhe oli huomattu jo paljon aikaisemmin. Korvaukset maksettiin kuitenkin vasta seuraavan palkanmaksun yhteydessä kuukauden päästä. Meillä asiat hoidettiin hieman paremmin. Virhe korjattiin viivytyksettä ja maksut ehtivät vielä oikeaan palkanmaksupäivään.

Tarkistatko aina palkkalaskelmasi?

Virhe olisi tullut todennäköisesti huomioiduksi automaattisesti myöhemmin, koska kyseessä oli järjestelmävirhe, mutta virheen esille tulemisessa olisi voinut kestää. Tämä on oikein hyvä esimerkki siitä, miksi palkkalaskelma on syytä tarkistaa joka kerta. Jokaisen järjestelmän takana on kuitenkin ihminen, joka voi tehdä virheitä. Harvoin virheet ovat tahallisia, mutta huolimattomuuttakin tapahtuu ja kuten huomattiin, järjestelmätkään eivät ole aina täydellisiä.

Palkkalaskelmasta tulisi aina tarkistaa, että maksut ovat oikein. Yli- ja lisätyöt ovat oikein maksettu, vuosilomapalkka ja lomarahat ovat oikein, vähennykset, lisät, lomakertymä, joustovapaakertymät, lomien pitäminen ja sairauslomat oikein. Osa-aikaisen kohdalla tarkastaminen on kaksin verroin tärkeämpää, koska jokainen palkka on erilainen. Maksujaksoissa tehtyjä tunteja on eri määrä ja niin edelleen.

Seuraathan omaa työaikaasi

Omaa työaikaa on hyvä seurata säännönmukaisesti, kuinka se toteutuu. Paras tapa on ottaa työvuoroluettelon julkaisun yhteydessä omat työajat ylös ja merkitä myös toteutunut työaika ylös itselleen, jotta palkan oikeellisuuden tarkastaminen olisi helpompaa. Samalla

myös estetään se, että esihenkilöt muuttelisivat työaikoja tai kikkailisivat niiden kanssa. Vaikka suurin osa esihenkilöstöstä toimii moitteettomasti, joukkoon mahtuu aina yksi, joka ei ehkä ymmärrä tekemisiään.

Jos palkassa on mitä tahansa epäselvyyksiä, kannattaa aina kääntyä oman esihenkilön puoleen, jonka velvollisuus on asia selvittää ja selventää. Aina hekään eivät tiedä asioita ja saavat välillä puuta heinää olevia vastauksia. Siinä kohdin esimiehetkään eivät pysty oikeastaan muuta. Luottamusmiehen puoleen kannattaa kääntyä varsinkin niissä tapauksissa, joissa esihenkilön vastaus ei tyydytä tai se epäilyttää.

Mikä ihmeen vuosilomalisä

Jos joku vielä miettii, mikä ihmeen vuosilomalisä, en minä sitä ole saanut, niin työehtosopimuksessa on sovittu 34. § kohta 2: *"Vuosilomapalkkaan ja lomakorvaukseen lisätään vuosilomalisänä kutakin lomapäivää kohden yksi kahdessadasviideskymmenesosa (1/250) lomanmääräytymisvuoden aikana maksetuista tai maksettavaksi erääntyneistä lisäpalkoista...", "...sekä iltatyö-, yötyö- ja vuorotyölisistä, aattopäivänlisistä, lauantaityö- ja sunnuntaityökorvauksista, sijaisuuslisistä sekä varallaolokorvauksista."*

Tekstistä voidaan todeta, että jakelussa tätä lisää ei suinkaan tule kaikille ja yleisesti ottaen hyvin pieniä summia. Jakelussa ei niinkään tehdä sellaiseen aikaan töitä, että maksettaisiin haittakorvauksia, joiden perusteella lisää maksetaan, toisin kuin esimerkiksi postikeskuksissa.

Lisän maksaminen perustuu siihen, että vuosiloman aikana ei makseta haittakorvauksia ja näin ollen esimerkiksi yötyötä tekevillä palkan ero vuosilomalla ja työssä olisi erityisen suuri. Tästä syystä on olemassa vuosilomalisä, joka kompensoi palkan eroa.

Muista tarkistaa palkkalaskelmasi jatkossa joka kerta.

Satu Ollikainen osaston puheenjohtaja ja valtakunnallinen pääluottamusmies

piirros ***Harri Himanen***
kuva ***Riitta Sievilä***

Satu ja osaston luottarikokouksen osallistujia tutustumiskierroksella Vantaan PKS2:ssa.

ONNISTUMISEEN TARVITAAN **JATKUVAA YHTEISTYÖTÄ**

CDE-MALLI

Edustamallamme alueella CDE-malli otettiin käyttöön Espoossa keväällä 2024 ja Helsingissä kesällä 2025. Vantaalla ja Kirkkonummella on AB-malli.

Pääluottamusmies ja työsuojeluvaltuutettu ovat muutosten yhteydessä tiiviisti yhteydessä muutoksia toteuttavien tahojen kanssa. Espoossa ja Helsingissä pidettiin useita informatiivisia, mutta myös keskustelevia tilaisuuksia palvelupäälliköiden ja työntekijöiden edustajien kesken. Edunvalvojien tehtävä on kuunnella työntekijöitä ja viedä saamiaan asioita keskustelupöytään.

PAUn ja Postin välillä on jakelumallien seurantaryhmä, jonne on syytä edunvalvojien kautta välittää tietoa muutosten onnistumisista ja ongelmista. Tässä gallupissa postityöntekijät ovat itse vastanneet annettuihin kysymyksiin koskien CDE-mallia. Lukuisien työntekijöiden kanssa käytyjen keskustelujen myötä vastauksista kumpuavaa yhtenäistä viestiä on viety jakelumallien seurantaryhmään.

Korjaus-, parannus- ja kehitysehdotuksia on syytä tuoda aktiivisesti esille. Vain siten voimme vaikuttaa omaan työhömme.

Nimi, työpaikka, työtehtävä

1. **Onko CDE-malliin siirtyminen mielestäsi perusteltua? Miksi?**
2. **Miten työsi on muuttunut CDE-malliin siirtymisen myötä?**
3. **Minkälaista palautetta olet saanut vastaanottaja-asiakkailta CDE-mallista?**
4. **Miten oletat työsi vielä muuttuvan perusjakelussa?**
5. **Mitä parannuksia toivot työhösi?**

KIRSI
VUOTOVESI

Helsinki 94 Kontula, postityöntekijä ja työpaikkakouluttaja

1. On perusteltua. Kirjepostin ja lehtien määrä on laskenut ja kilpailevat yritykset vievät osan lähetysmääristä. Tämän takia jakelupäivien harventaminen on ymmärrettävää.

2. On tullut paljon uuden opettelua. Työvälineeni on muuttunut pyörästä skootteriin, mikä on ollut ajokortittomalle ihmiselle iso haaste. Osaamislistalle on tullut uusia jakelualueita reittien opettelun muodossa. Tavallaan ihan mukavaa, että vaihtelua on työpäivissä enemmän kuin ennen, varsinkin jos jonain päivänä on hiukan kevyempi alue jaettavana. Välillä tosin saattaa mennä päivät sekaisin ja reitille lähtiessäni käännyn sinne, missä olin edellisenä päivänä ollut. Yksi työkaverini on joka kolmas päivä toisessa toimipisteessä jakamassa ja hän on kokenut tämän ihan positiivisena.

3. Hyvin vähän asiakkaat ovat kommentoineet uutta mallia. Pari kertaa olen joutunut kertomaan, milloin seuraavan kerran heidän alueelleen postia tulee päiväjakelussa. Asiakkailla on jo pitkään ollut sellainen kuva, että postia jaetaan aina vaan harvemmin.

4. Oletan, että työni muuttuu fyysisesti vielä raskaammaksi jakelureittien kasvaessa entistä suuremmiksi. Jo nyt kuljetamme päivittäin paljon pikkupaketteja muun postin lisäksi ja näiden pakettien määrän kasvu pistää miettimään, kuinka suuria ja kuinka painavia paketteja tulevaisuudessa joudumme kuljettamaan. Tähän liittyen vähän pelottaa, riittääkö tulevaisuudessa skootterikaan työvälineeksi vai tapahtuuko jakelu vain autoilla.

5. Toivoisin, että uudistuksia työtapoihin ei tulisi niin hurjalla tahdilla kuin viime vuosina on tullut. Juuri kun olemme jonkun tavan sisäistäneet, niin taas tulee uusi juttu. Postilla on hyvin varauduttu talveen ja pakkasiin erilaisilla suojavarusteilla, mutta myös kesähelteiden ajaksi pitäisi työnantajan tarjota apukeinoja fyysistä ulkotyötä tekeville. Lisäksi toivoisimme, että meidän mielipiteitä ja ideoita kuunneltaisiin enemmän ennen kuin pilotteja ja vastaavaa suunnitellaan. Me jakajat olemme niitä jakelun parhaita asiantuntijoita.

AATU
KREIVI

Helsinki 10 Arkadiankatu, postityöntekijä, ryhmävastaava ja työpaikkakouluttaja

1. Printin määrä kun vähenee, niin muutoksia on pakko tehdä ja CDE-malli on siinä mielessä pakon sanelema muutos. Eli kyllä.

2. Yksi työvaihe on tullut lisää päivittäistekemiseen, kun käyn läpi varhaisjakelusta palautuvia lähetyksiä. Uutta on myös joka kolmas Arkadiankadun välipäivä, jolloin ei jaeta kuin kriittisiä tuotteita. Tässä mielessä palautui AB-vuoropäivän ja TI-TO -kevennettyjen jakelupäivien piirteitä. Palautteiden käsittely ja muun muassa lehtiseurannat ovat muuttuneet aika radikaalisti, kun ennen asiakkaalle vastaamista pitää tehdä sisäinen tutkinta, jotta

tiedetään, kuka on palautteen oikea vastaanottaja; kuljetus, perusjakelu vai varhaisjakelu. Kuitenkin oma työni on muuttunut vähemmän kuin jakajilla, joiden piti opetella uusia reittejä uudella jakelualueella. Lisäksi Kirkko ja kaupunki -lehteä tai tiedotteita jaetaan nyt kolmena peräkkäisenä päivänä.

3. Ennen muutosta otettiin yhteyttä asiakkaisiin, joilta edellytettiin muutoksia laatikoiden ja luukkujen suhteen ja sen vuoksi tietysti palaute oli enimmäkseen kriittistä. Jonkun verran tulee palautteita, joista voi rivien välistä lukea, ettei CDE-mallia ole kaikkien asiakkaiden parissa ymmärretty ehkä aivan viimeisen päälle oikein. Aika monet asiakkaat ovat hämillään näiden jakelumallimuutosten kanssa.

4. Tämä on kovin vaikea kysymys tässä vaiheessa, kun muutos on niin nopeaa. Nyt on kuitenkin niin isot palaset liikkeellä, että en uskalla olettaa oikein mitään. Muutoksia varmasti on nurkan takana ja sitä kautta ehkä kouluttajan liivi on entistä enemmän päällä.

5. Ensimmäisenä toivon, että pystyttäisiin vähän paremmin hyödyntämään jakajien paikallista hiljaista tietoa. Siinä näkisin paljon sellaista laatua ja tehokkuuta, jota ei vielä olla osattu hyödyntää, vaan sitä on päinvastoin haaskattu muun muassa juuri CDE-muutoksen kohdalla. Ainakin meillä aluetta tuntevat jakajat olisivat voineet nähdä ennalta tietyt yöjakelun ongelmat CDE-mallissa, mutta heiltä ei jostain syystä kukaan keksinyt kysyä mitään. Se on sääli. Myös osoiteselvityksessä näkyy, että sitä ei enää tehdä paikallistuntemuksen välittömässä läheisyydessä. Toisena asiana työvälineet. Arki on jatkuvaa taistelua sovellusten kanssa, jotka eivät toimi kunnolla ja joiden käyttöliittymistä näkee helposti painajaisia. Sparkin, Falconyn ja Työaika- ja tehtävät -sovellusten kanssa saavutetaan vain lyhyitä erävoittoja, kun jo seuraavalla on ongelmia päästä kirjautumaan töihin tai saada sovellus auki. Olisi mukava tehdä töitä ilman jatkuvaa tikettirumbaa ja uudelleenkäynnistämisiä, laitteiden vaihtoja ja taikatemppuja. Minulla oli paksut, pitkät ja kiiltävät hiukset jakeluun tullessa vuonna 2016, ennen kuin piti aloittaa näiden sovellusten käyttö. Katso kuvaa, pelkkää sattumaako? Kysynpähän vain.

SARI
KOLEHMAINEN

Espoo 77 Espoon keskus, postityöntekijä, luottamusmies, työsuojeluasiamies, 1. varatyösuojeluvaltuutettu

1. Kyllä ja ei. On ymmärrettävää, että jaettava posti on vähentynyt. AB-mallilla ei välttämättä tule jaettavaa niin paljon, että siitä saisi koko päiväksi töitä ja reitit olisivat luultavasti todella isoja. CDE-mallissa on lähetyksiä virtautettu enemmän yölle, pois päivältä, mikä sekin vähentää päiväpostin lähetysten määrää, mutta sillä taataan, että meillä on viitenä päivänä töitä. Kirjeitä on myös siirtynyt kilpaileville yrityksille.

2. Kolme eri reittiä viikossa. Kaksi reiteistä saa kahdesti postinsa viikossa, yksi vain kerran. Joidenkin kohdalla tämä tietää myös toisessa toimipisteessä työskentelyä, sillä reittien määrät vaihtelevat päivän mukaan. Keskiviikkoisin jaettava reitti, joka jaetaan siis vain kerran sillä viikolla, on haastavin, koska siinä on koko viikon lähetykset. Entäpäs jos se on arkipyhä? Silloin päivä jää välistä, siirtyy seuraavan viikon maanantaille ja kyllähän jokainen tietää, että kyseinen päivä on raskas tavaramäärän suhteen. Asiakkaiden viikkolehdet, joita vielä tulee päiväverkossa, myöhästyvät. Nykyään on paketteja aika reilusti, mikä korvaa ainakin osan paperipostista.

3. Palaute, jota olen saanut, on sekä hyvää että huonoa. Asiakkaat eivät enää tiedä minä päivinä he saavat postinsa. Osa tietää saavansa joka päivä, kun taas osa olettaa saavansa kerran viikossa. Kilpailevat yritykset hieman sekoit-

tavat pakkaa. Kun kerron miten jakopäivät meillä menevät, tulee se monille yllätyksenä. Suurin osa asiakkaista on ollut kannustavia, mutta toki niitä lyttääjiäkin löytyy. Näistä perinteisimmät; jaetaan aina väärin eikä ole asunut täällä 10 vuoteen. Tuota väärin jaettua kuulee usein. Olenkin itse pyytänyt asiakasta näyttämään jaetun kirjeen ja on selvinnyt, että asialla on olut kilpaileva yritys. Kiitosta on tullut erityisesti pakettien toimittamisesta, suurin osa kun on niitä ovelle paketteja.

4. Toivottavasti ei enää mitenkään, muutoksia on ollut viimeisen kymmenen vuoden aikana jo ihan riittämiin. Jos jotain pitäisi arvella, niin yön ja päivän yhdistäminen, tosin se tietäisi taas henkilöstövähennyksiä.

5. Parannettavaa olisi esimerkiksi työajoissa, työhöntuloaika aikaisemmaksi. Terveydellisistä ongelmista kärsiville tai iäkkäille räätälöityjä reittejä, jottei tarvitsisi olla sairauslomilla sen takia, ettei kykene tekemään ihan kaikkea ja haluaa kuitenkin olla töissä. Toivon myös, ettei reittejä kasvateta enempää, vaan tasattaisi niitä, jos vain pystyisi. Toki eihän niitä koskaan tasaisiksi saa, mutta aina voi yrittää.

OSSI
WAENERBERG

Helsinki 32 Talli, postityöntekijä ja luottamusmies

1. Päällisin puolinhan syyt, kuten volyymin jatkuva väheneminen, Postisen loppuminen ja kokoaikaisten työpaikkojen säilyttäminen työvoiman tarpeen vähentyessä, kuulostavat järkeviltä, mutta aina voi tietysti kysyä oliko juuri nyt oikea aika siirtymään. Pakettien volyymi on kasvanut merkittävästi ja ainakin meillä siirtymän yhteydessä joitain reittejä pidennettiin. Työmäärää tuli tiukennettua kahdesta eri suunnasta; pidempiä reittejä ja enemmän jaettavaa. Tuleva talvi varmaan näyttää, oliko muutos oikea-aikainen.

2. Olen aina jakanut useita reittejä, joten omalla kohdalla reittien vaihteluun ei ole tullut olennaista muutosta. Tietysti jakajilla, joilla oli säännöllisemmät reitit, on kiertoon tullut yksi reitti lisää. Tavaran määrää on vaikeampi arvioida varsinkaan kesällä, mutta tuntuu, että nykyään raskaat päivät eli kirkkispäivät ja pyhien jälkeiset päivät ovat entistä raskaampia. Tähän tietysti vaikuttaa myös pakettien määrän kasvu ja ainakin meillä reittimuutokset.

3. Yhden yritystalon asiakas oli yllättynyt että postimies tulikin odottamattomana päivänä, muuta palautetta en ole saanut.

4. Omakohtaisesti on tarkoitus siirtyä pyörästä skootteriin kunhan saan kortin. Yleisemmin voi vain miettiä, kuinka isoksi osaksi työtä paketit vielä kasvavat, varsinkin jos esimerkiksi suunnitelmat lähetettävien pakettien ottamisesta mukaan toteutuvat.

5. Reitit kuntoon. Meillä tuntuu, että reittien pituudessa on yhä epätasaisuutta ja jakojärjestyksissä mietittävää. Reiteillä on muutakin parannettavaa, esimerkiksi väärin aseteltuja postilaatikoita on nyt alettu työstää, mikä helpottaa jakamista.

JAKELUNLÄHTÖPISTEET VÄHENTYNEET EDELLEEN

KUULUMISET TYÖSUOJELUSTA

Työsuojelun saralla kulunut vuosi on ollut tähän mennessä aika rauhallinen, talvikin meni ilman suurempia tapaturmapiikkejä.

Työsuojelu on ollut aktiivisesti mukana niin tilahankkeissa kuin myös alueen uusissa projekteissa.

Toimitilojen suhteen on tänäkin vuonna tullut muutoksia, osa yhdistämisten takia, mutta myös irtisanomisesta vuokranantajan toimesta. Helsingissä huonoimmasta tilastamme Lauttasaaresta päästään vihdoin syksyllä siirtymään parempiin tiloihin. Vuosaaren tila irtisanottiin ja se yhdistettiin Herttoniemeen.

Espoon tiloissa ei kuluvana vuonna ole tapahtunut muutoksia. Vantaalla tapahtui isompi yhdistyminen Postin eri toimijoiden kanssa. PKS2:een Viinikkalaan siirtyi perusjakelun lisäksi muun muassa varhaisjakelu, kuljetus- ja varastointipalveluita. Vantaan jakelunlähtöpisteet lakkautettiin lukuun ottamatta Korsoa ja Martinlaaksoa.

Ikäviä yllätyksiä autojen kanssa

Kalustopuolella on alueelle tullut lisää sähköautoja. Vantaa sähköistettiin kokonaan, kun Suokalliontielle siirryttäessä sinne tuli 46 uutta sähköautoa. Uusia sähköautoja on tullut myös Kiloon ja Herttoniemeen. Alueelle hankitut autot ovat Citroen Berlingoja. Niissä on ikävä kyllä havaittu ongelmaksi sivuikkunan karmin muotoilu, joka aiheuttaa jakaessa ongelmia kädelle ja olkapäälle.

Vantaalla on myös yllättäen renkaat muodostuneet haasteeksi, ne kun puhkeavat herkästi. Tätä kirjottaessa ei ole vielä varmuutta mistä se johtuu, onko valmistuksessa vai ajotavassa ongelmia. Renkaat tuntuvat puhkeavan ympäri Vantaata, sekä yö- että päiväjakelussa.

Työtapaturmien kehitys on ollut positiivista tänä vuonna. Heinäkuun loppuun mennessä alueella on sattunut 36 työtapaturmaa ja neljä työmatkatapaturmaa. Viime vuonna samalla ajanjaksolla sattui 58 työtapaturmaa ja yhdeksän työ-

matkatapaturmaa. Parannusta on tapahtunut paljon, kiitos siitä teille. Esimerkiksi alueella Ruoholahti-Lauttasaari vuonna 2024 tapaturmia oli 10 ja tänä vuonna yksi, hienoa! Kilon vastaavat luvut ovat kahdeksan ja nyt kolme, myös siellä on menty hienosti luvuissa alaspäin.

Reittien vaarat kartoitettava

Alueella on käynnistetty Falconyyn tehtävä jakelureitin toimivuuden ja vaarojen arviointi. Se on tarkoitus tehdä jokaisesta reitistä. Arviointeja on tehty vaihtelevasti, jossakin jo kaikki reitit ja jossakin ei ole vielä päästy aloittamaankaan. Tarkoitus on, että alueen reiteistä puolet olisi tänä vuonna kartoitettu.

Työsuojeluasiamiesten koulutuspäivä järjestettiin keväällä yhdessä työnantajan kanssa. Koulutukseen osallistui koko Uudenmaan työsuojeluasiamiesverkosto. Vastaava tapahtuma on tarkoitus järjestää myös syksyllä.

Työsuojeluvaltuutettu käynnisti keväällä alueen asiamiehille Teams-palaverin, jossa käydään kerran kuukaudessa ajankohtaisia asioita läpi. Palavereja on tarkoitus jatkaa, kun kesälomat ovat ohi. Tätä kirjoittaessa syksyn päivämäärät eivät ole vielä tiedossa.

Työhyvinvointisäätiö on järjestänyt tänäkin vuonna tapahtumia ympäri Suomea. Tapahtumiin on kaikilla postilaisilla mahdollisuus osallistua, vaikka tapahtuma ei olisikaan omalla paikkakunnalla. Tapahtumat löytyvät säätiön sivuilta www.tyohyvinvointisaatio.fi

Työnantajan vuotuinen rahoitusosuus Epassiin on 200 €, mitä voi käyttää monipuolisesti kulttuuriin, liikuntaan, hierontaan tai työmatkaan. Tämäkin etu on meillä käytössä ja sitä kannattaa hyödyntää.

Hyvää alkavaa talvikautta!

Seppo Airaksinen
työsuojeluvaltuutettu

piirrokset ***Harri Himanen***
kuva ***Riitta Sievilä***

TIEDÄTKÖ
TYÖHYVINVOINTISÄÄTIÖN?

KYSELYN VASTAUKSET

Osasto teki syksyllä 2024 nimettömän kyselyn työhyvinvointisäätiöstä ensisijaisesti kartoittaakseen henkilöstön tietämystä säätiöstä ja sen toiminnasta. Vastaukset syötettiin Exceliin ja analysointi tehtiin tekoälyn avulla.

Kyselyyn vastasi kaikkiaan 202 työntekijää Helsingin, Espoon, Vantaan ja Kirkkonummen työpaikoilta. Kolmannes vastaajista ilmoitti, ettei tiennyt mikä työhyvinvointisäätiö on. Tästä huolimatta 4/5 ilmoitti tietävänsä, mistä löytää tietoa säätiöstä ja sen toiminnasta. Hieman yli kolmannes oli jossain kohdin työuraa osallistunut johonkin säätiön tapahtumaan.

Mistä tietoa

Tietoa tapahtumista ja säätiöstä saatiin eniten työhyvinvointisäätiön nettisivuilta, 36 % vastaajista. 31 - 34 % vastaajista sai tietoa joko luottamushenkilöiltä ja työkavereilta tai ammattiliiton tiedotteista ja työpaikan ilmoitustauluilta. Kaikkein vähiten tietoa saatiin tai etsittiin työyhteisöviestinnän Posterista tai Viva Engagesta, 10 % ja Facebookista, 8 %.

Tapahtumien järjestäminen

Kysymykseen tiedätkö miten säätiön tapahtumat valikoituvat järjestettäviksi, vastaajista alle 40 % kertoo tietävänsä, kun taas kysymykseen tiedätkö, että työntekijät voivat itsekin järjestää tilaisuuksia, vastaajista liki 50 % kertoi tietävänsä.

Osallistuminen

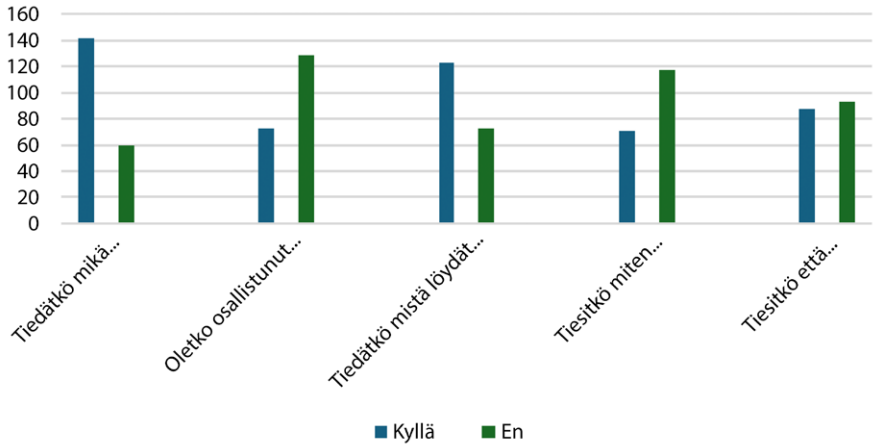
Yleisin syy, miksi henkilöstö ei ollut osallistunut tapahtumiin oli, että ei tiedä mikä säätiö on. Muita toistuvia syitä osallistumattomuuteen olivat ajan puute, ajankohdat eivät sopineet omiin aikatauluihin tai ei vaan kiinnosta. Useimmin oli osallistuttu teatteriin, konserttiin, huvipuistokäyntiin, jalkapallo-otteluun sekä hyvinvointi- ja liikuntatapahtumiin.

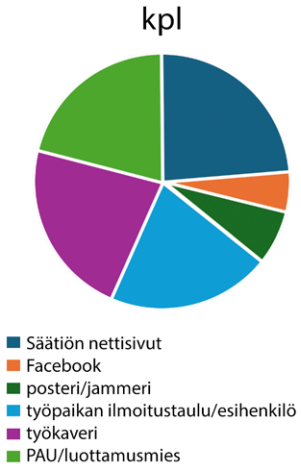
Yhteenveto

Yhteenvetona voi todeta, että suuri osa vastaajista ei tiennyt mikä työhyvinvointisäätiö on, mikä yhtenä tekijänä vaikuttaa osallistumiseen. Myös kiinnostuksen puute ja kiire olivat merkittäviä osallistumisen esteitä. Onneksi kuitenkin useat ovat löytäneet säätiön ja osallistuneet sen tarjoamaan toimintaan.

Parannusehdotuksena yleisimmin toivottiin tietoa englanniksi. Säätiön nettisivu on klikattavissa myös englanninkieliseksi.

teksti ***Satu Ollikainen***
kaaviot tekoäly





POSTIN TYÖHYVINVOINTISÄÄTIÖ

HYVINVOINTISI TUKENA JO VUOSIKYMMENIÄ

TUTUSTU SÄÄTIÖN TOIMINTAAN

Postin työhyvinvointisäätiö on ollut tukemassa postilaisten hyvinvointia jo vuosikymmenten ajan. Sen tehtävänä on auttaa sinua jaksamaan työssä, pidentämään työuraa ja ylläpitämään työkykyä. Säätiö tarjoaa myös eläkkeelle siirtyneille postilaisille kulttuuri-, liikunta- ja virkistystoimintaa.

Liikunta tuo energiaa ja yhteisöllisyyttä, joten se on tärkeä osa toimintaa. Voit saada tukea esimerkiksi joukkuevuoroihin, ryhmäliikuntaan ja urheilutapahtumiin. Haluamme rohkaista sinua säännölliseen liikkumiseen ja yhdessä tekemiseen. Oletko jo osallistunut biljardi- tai golfkisoihin, jalkapallomatkoille tai muihin postilaisten ideoimiin tapahtumiin? Jos et, nyt on hyvä hetki tulla mukaan!

Säätiö järjestää elämyksiä, jotka vahvistavat yhteisöllisyyttä ja tuovat iloa arkeen. Terveysvalmennus on suosittu etäohjelma, joka auttaa muuttamaan arjen tapoja ja tuo lisää energiaa päivään. Voit osallistua mistä tahansa, helposti ja joustavasti.

Vuoden kohokohta on tietysti perinteinen huvipuistopäivä, jonne voit ottaa mukaan perheesi. Se tarjoaa iloa, naurua ja yhteisiä muistoja sekä mahdollisuuden tavata työkavereita eri puolilta maata. Työhyvinvointisäätiö on sinun säätiösi. Voit vaikuttaa sen toimintaan ja tarjontaan omilla ideoillasi ja aloitteillasi. Muistathan kertoa säätiön mahdollisuuksista myös uusille työkavereille – yhdessä rakennamme hyvinvointia.

IN ENGLISH

Posti's Wellbeing Foundation – supporting your well-being for decades

For many years, the foundation has been committed to enhancing the wellbeing of Posti employees, helping you stay healthy, energized, and work ready. It also offers cultural, sports, and recreational activities for retirees. Take part in team sports, group workouts, or fun events like billiards, golf, and football. Our popular online health coaching helps you create lasting healthy habits and boost your energy. A yearly highlight is the beloved amusement park day for you and your family. This is your foundation – share your ideas and spread the word to new colleagues about everything it offers!

teksti, text www.tyohyvinvointisaatio.fi
kuva ***Riitta Sievilä***

POSTITYÖNTEKIJÄN VENYTYKSIÄ TYÖPAIKALLA

Viime aikoina postikeskuksen taukotiloja ja viihtyvyyttä on kunnostettu sekä parannettu. Pokissa on jakelunlähtöpiste Talli, minne ilmestyi puolapuut, joita on asennettu useampia ympäri Pokin tuotantotiloja.

Työntekijöiden hyvinvointiin panostamisesta entinen postinjakaja, nykyinen pokkilainen, Samuel Chandler intoutui miettimään postityöntekijöille sopivia puolapuilla tehtäviä venytyksiä. Kuvat Samuelin liikeohjeisiin on otettu Tallissa.

Jakelunlähtöpisteissä joissain, hyvin harvakseltaan, on aikojen saatossa ollut esimerkiksi roikkumistankoja ja keppijumppakeppejä. Tällä hetkellä kuntosalivälineistöä on Espoon Kilossa ja PKS2:ssa Vantaalla.

Puolapuut työpaikoille

Työpaikoilla toisinaan syntyy keskusteluja mahdollisesta puntti- tai jumppanurkkauksesta. Sellaisen perustaminen kerralla joka paikkaan ei liene järkevää, mutta tarpeen ja käytön mukaan varmasti hyvinvointia ja tuottavuutta tukevaa.

Kiinnostuitko? Ota työkavereidesi kanssa asia puheeksi työpaikallasi. Jos päädytte siihen, että puolapuille on käyttöä, avatkaa keskustelu esihenkilön kanssa. Jos asia ei etene tai epäämiselle ei ole ymmärrettäviä perusteluja, ottakaa yhteys seuraavassa järjestyksessä; palvelupäällikkö, työsuojeluvaltuutettu, pääluottamusmies.

Työntekijät pystyvät vaikuttamaan työskentelyolosuhteisiin.

ohjeet englanniksi ***Samuel Chandler***
ohjeet suomeksi ***Janko Ollikainen***
ingressi ja kuvat ***Riitta Sievilä***
ingressi englanniksi ***Janko Ollikainen***

POSTAL WORKERS STRETCHING AT WORKPLACE

Lately the break rooms and overall comfort at the postal center have been improved and refurbished. At Postal Center's dispatch point stall bars have been installed, and several more have been set up around Postal Center's production facilities.

Inspired by this investment in employee well-being, former postman and current Postal Center worker Samuel Chandler came up with stretching routines suitable for postal workers to do with stall bars. The photos for Samuel's exercise instructions were taken at Talli.

Over the years, some dispatch points have occasionally featured simple equipment such as pull-up bars or sticks for light exercise. At present, gym equipment is also available at Espoo Kilo and PKS2 in Vantaa.

Stall bars at the workplace

Every now and then, conversations arise at workplaces about creating a small workout or exercise corner. It might not be reasonable to set one up everywhere at once but based on actual need and usage can definitely support well-being and productivity.

Interested? Bring it up with your colleagues at your workplace. If you all agree that stall bars would be useful, start a conversation with your supervisor. If the matter doesn't move forward, or if there are no clear reasons for rejecting it, you can escalate the discussion in this order: Service Manager -> Occupational safety representative -> chief shop steward.

Employees have the ability to influence their own working conditions.

instructions in English ***Samuel Chandler***
instructions in Finnish ***Janko Ollikainen***
lead and photos ***Riitta Sievilä***
lead in English ***Janko Ollikainen***

LIIKE | MOVEMENT

ROIKKUMISHARJOITUS PUOLAPUILLA

Tätä voidaan käyttää puristusvoiman kehittämiseen, olkapäiden liikkuvuuden lisäämiseen, selkärangan dekompressioon sekä vetojen esivaiheena. Tässä selitys ja ohje, kuinka liike tehdään oikein.

Mitä teet kuvissa A ja B

- Pidät kiinni puolapuiden ylimmästä poikkipuusta.
- Kätesi ovat täysin ojennettuina pään yläpuolella.
- Annat kehon painon roikkua, jalat kevyesti tuettuina tai vapaana. Tämä on käytännössä roikuntaa.

Oikea tapa tehdä roikunta

1. Ote tangosta

- Käytä myötäotetta, kämmenet poispäin sinusta.
- Kädet hartioiden leveydellä tai hieman leveämmällä.
- Käännä peukalot tangon ympäri tukevamman otteen saamiseksi.

2. Kehon asento

- Kädet täysin ojennettuina, mutta älä lukitse kyynärpäitä väkisin. Näin vältät “roikkumisen nivelten varassa” ja suojaat olkapäitä. Pidä pää neutraalissa asennossa, älä työnnä niskaa eteenpäin

3. Keskivartalo ja jalat

- Jännitä keskivartalo estääksesi heilumisen.
- Jalat voivat olla: Suorina, yhdessä ja hieman edessäsi. Tai: Koukistuneina, jos tanko on liian matalalla.

4. Hengitys

- Hengitä syvään ja tasaisesti, älä pidätä hengitystä.

5. Aika ja eteneminen

- Aloita 10–20 sekunnista ja etene pidempiin aikoihin oman mukavuuden mukaan.

Yleiset virheet, joita tulee välttää

- Olkapäiden päästäminen nousemaan korviin, liiallinen passiivinen venytys.
- Jalkojen tai vartalon hallitsematon heiluminen.
- Liian voimakas puristus, joka väsyttää kädet nopeasti
- Hengityksen pidättäminen.

HANGING ON STALL BARS

Here is a hanging exercise on stall bars, Swedish ladder. This can be used for grip strength, shoulder mobility, spinal decompression, and as a progression towards pull-ups. Here's an explanation and guide on how to do it properly.

What you're doing in the photos A and B

- You're holding onto the top bar of a stall bar frame.
- Your arms are fully extended overhead.
- You're letting your body weight hang, feet lightly supported or free. This is essentially a dead hang.

Proper way to perform a dead hang

1. Grip the bar

- Use an overhand grip, palms facing away from you.
- Hands shoulder-width apart or slightly wider.
- Wrap your thumbs around the bar for a secure hold.

2. Body position

- Arms fully extended but don't lock out aggressively. This prevents you from "hanging on your joints" and protects the shoulders. Keep your head in a neutral position, don't crane your neck forward.

3. Core and legs

- Engage your core to prevent swinging.
- Legs can be: Straight, feet together, slightly in front of you. Or: Bent at the knees if the bar is too low.

4. Breathing

- Breathe deeply and evenly, don't hold your breath.

5. Time and progression

- Start with 10–20 seconds and progress to a longer time that you are comfortable with.

Common mistakes to avoid

- Letting shoulders shrug up to the ears, overstretching passively.
- Swinging legs or body uncontrollably.
- Over-gripping and fatiguing hands too quickly.
- Holding breath.

LIIKE 2 MOVEMENT 2

RINNAN JA YLÄSELÄN VENYTYS

Kuvat A ja B näyttävät puolapuilla tai muulla vastaavalla tangolla venytyksen, joka kohdistuu pääasiassa olkapäihin, rintaan ja yläselkään. Lisäksi se antaa hyvän venytyksen selkärangalle ja takareisille. Tässä vaiheittainen ohje liikkeen oikeaan suoritukseen.

Olkapäille ja leveille selkälihaksille seisten tehty muunnelma

Lähtöasento A
- Seiso kasvot kohti puolapuita tai muuta vakaata vaakasuoraa tankoa rinnan korkeudella.
- Aseta kädet tangolle hartioiden leveydelle.
- Astu heiman taaksepäin niin, että kädet ojentuvat.
- Jalat lantion leveydellä tukevasti maassa.

Venytysasento B
- Kallistu hitaasti lantiosta ja vie ylävartaloa eteen- ja alaspäin.
- Anna rinnan painua kohti lattiaa pitäen kädet suorina tangolla.
- Selän tulisi pysyä suorana ja venytyksen tulisi tuntua olkapäissä, rinnassa ja selkälihaksissa.
- Pidä pää rentona käsien linjassa, älä pakota niskaa eteen tai taakse.

Vinkit oikeaan suoritukseen
- Älä pyöristä selkää.
- Hengitä syvään ja pidä venytystä 20–30 sekuntia, toista 2–3 kertaa.
- Liiku venytykseen ja siitä pois hitaasti, ei kovaa heilumista.

Hyödyt
- Avaa olkapäät ja rintakehän. Erinomainen, jos vietät paljon aikaa tietokoneen ääressä.
- Venyttää selkälihakset, yläselän ja selkärangan.
- Parantaa ryhtiä ja olkapäiden liikkuvuutta.
- Voi helpottaa kireyttä pään yläpuolella tehtävien nostojen tai pitkän istumisen jälkeen.

CHEST AND UPPER BACK STRETCH

These pictures A and B show a wall bar, stall bar, stretch that mainly targets the shoulders, chest, and upper back, while also giving a nice stretch to the spine and hamstrings. Here's a step-by-step explanation of how to do it properly.

Wall bar shoulder and lat stretch, modified standing lat stretch

Starting Position A

- Stand facing the wall bar or any stable horizontal bar at chest height.
- Place your hands on the bar shoulder-width apart.
- Step back slightly so your arms are extended.
- Feet should be about hip width apart, firmly planted on the ground.

Stretch Position B

- Slowly hinge at your hips and push your upper body forward and down.
- Let your chest sink toward the floor while keeping your arms straight on the bar.

- Your back should be flat, and you should feel a stretch across your shoulders, chest, and lats.
- Keep your head relaxed in line with your arms, don't force your neck.

Tips for Proper Form

- Don't round your lower back.
- Breathe deeply and hold the stretch for 20–30 seconds, repeat 2–3 times.
- Move slowly in and out of the stretch, no bouncing.

Benefits

- Opens the shoulders and chest, great if you sit at a desk often.
- Stretches the lats, upper back, and spine.
- Improves posture and shoulder mobility.
- Can relieve tightness from overhead lifting or prolonged sitting.
- immediately.

LIIKE 3 MOVEMENT 3

RINTA- JA OLKAPÄÄVENYTYS PUOLAPUILLA

Tämä on erinomainen rintakehän avaamiseen, olkapäiden etuosan pidentämiseen ja ryhdin parantamiseen. Näin teet sen oikein:

Lähtöasento

- Seiso selkä puolapuita vasten.
- Aseta kädet tangolle selkäsi taakse hieman hartioiden korkeuden yläpuolelle, jos liikkuvuutesi sallii.
- Pidä kädet suorina ja avoimina.
- Aseta jalat taaksepäin lattialle tai tangolle kuvan mukaisesti.
- Nojaa vartaloa kevyesti poispäin puolapuista.
- Jalat lantion leveydellä tukevasti maassa tai tangolla.
- Pidä rintakehä ylhäällä.
- Vedä hartioita varovasti taakse ja alas, vältä hartioiden äkkinäisiä liikkeitä.
- Jännitä keskivartaloa hieman tukemaan alaselkää.

Venytyksen suoritus

- Kallista vartaloa hitaasti eteenpäin, jolloin kädet ojentuvat taakse.
- Avaa rintakehä ja pidä pää ylhäällä, älä anna pään roikkua.
- Venytyksen tulisi tuntua rinnassa, olkapäissä ja hauiksissa.
- Hengitä syvään ja tasaisesti.
- Pidä venytys 20–40 sekuntia ja palaa sitten rauhallisesti pystyyn.
- Toista 2–3 kertaa.

Vinkit oman kehon turvallisuuteen ja tehokkuuteen

- Älä anna selän mennä palloksi, käytä keskivartaloa vakauden säilyttämiseen.
- Mene venytykseen vähitellen, älä pakota hartioita liian taakse.
- Pidä kyynärpäät suorina, mutta älä lukitse niitä.
- Jos tunnet puutumista, pistelyä tai terävää kipua, lopeta heti.

CHEST AND SHOULDER STRETCH

This is a chest and shoulder stretch using stall bars. It's excellent for opening the chest, lengthening the front of the shoulders, and improving posture. Here's how to do it properly.

Starting position

- Stand backing the stall bars.
- Place your hands on the bar behind you slightly higher than shoulders if your mobility allows.
- Keep your arms straight and open.
- Set your feet behind you on the ground or on the bar as in the photo.
- Stand so your body leans away from the bars.
- Keep your feet about hip-width apart and firmly planted on the floor or on the bar.
- Stand with your chest lifted.
- Draw your shoulder blades gently back and down, avoid shrugging.
- Keep your core lightly engaged to support your lower back.

Stretch Execution

- Slowly lean your torso forward, allowing your arms to extend behind you.
- Open your chest while keeping your neck long, avoid letting your head drop.
- You should feel a stretch across the chest, shoulders, and biceps.
- Breathe deeply and steadily.
- Hold the stretch for 20–40 seconds, then slowly return upright.
- Repeat 2–3 times.

Key tips for safety and effectiveness

- Don't over-arch your lower back, use your core to stay stable.
- Move into the stretch gradually, avoid forcing your shoulders too far back.
- Keep elbows straight but not locked.
- If you feel numbness, tingling, or sharp pain, release immediately.

KIMPUTUSTA!

HERMO MENI

PÄÄKAUPUNKISEUDULLA

Maaliskuussa rantautui kautta Suomen työpaikoille uusi yhtenäinen kimppujen yhdistämisohje, jota oli tutkittu muutamilla paikkakunnilla. Pääkaupunkiseutua ei tutkimuksessa mukana ollut.

Uusi työohje tarkoitti, että isoa MSM-kimppua ei saanut enää avata. Treco, hylky ja paketit, joiden määrä on pääsääntöisesti huomattavan pieni suhteessa MSM-kimppuun, oli mahdollista yhdistää keskenään.

Odotetusti uutinen aiheutti työpaikoilla kuohuntaa, suoranaista myrskyä. Asia oli isosti tapetilla työkavereiden ja työpaikkojen edunvalvojien kesken sekä Helsingin osaston toimikunnassa.

Suhtautumisemme ja näkemyksemme uuteen työohjeeseen vietiin perusteluineen työnantajan tietoon. Jokainen luottamus- ja varaluottamusmies sekä työsuojeluasiamies saattoi tuoda esiin näkökulmansa asiaan. Samaan aikaan alkoi käydä selväksi, mikä oli saanut kevään Peakon henkilöstökyselyn tulokset romahtamaan.

Perustelumme epäinhimillisyydestä oli melkoisen pitkä

Yhteisöllisyys murenee entisestään ja ammatillinen jakaminen rapautuu, kun meidät lähetetään nopeasti reitille.

Henkisesti ja fyysisesti on huomattavasti kuormittavampaa tehdä ulkona, rapuissa tai hisseissä samat työt, jotka on aiemmin tehty kätevästi ja siististi sisätyönä. Sateet, kova tuuli, kylmyys ja pimeys tuovat merkittäviä lisähaasteita työskentelyyn.

Työturvallisuus ja ergonomia heikkenee, kun joudutaan työskentelemään entistä enemmän epäluonnollisissa, hankalissa ja kuormittavissa asennoissa. Jakolaukku painaa olkapäitä ja hartioita. Vaarat lisääntyvät, kun joutuu jatkuvasti operoimaan laukun, kimppujen, pakettien, toimeksiantolistojen ja työpuhelimen kanssa. Mehiläisen

fysioterapeutit ovat jo vuosia hyvin painokkaasti kritisoineet tätä jakotapaa.

Me työntekijät koemme, että meitä ei arvosteta, ei kunnioiteta eikä meihin luoteta, vaan meiltä riistetään epähumaanisti omistajuus ja asiantuntemus omaan työhön sekä itseohjautuvuuteen. Lähtökohtaisesti työntekijä tietää, mikä tapa jakaa postia on juuri hänelle sopivin ja inhimillisesti tehokkain kullakin reitillä ja vallitsevissa olosuhteissa.

Selkeä valtaosa jakajista jakaa postit mieluiten yhdestä nipusta. Niistäkin, jotka jakavat useammasta nipusta, monet yhdistävät niput ennen luukuttamista.

Edellä mainituilla epäkohdilla on rasittavan painava merkitys työhyvinvointiin, fyysiseen ja psyykkiseen jaksamiseen sekä työmotivaatioon.

Työnantaja huomioi palautteen

Työnantaja suhtautui asiallisesti ja vakavasti palautteeseemme, minkä takia kutsui alueellisen pääluottamusmiehen palaveriin.

Asian käsittely jatkui 6.5. alueen luottamusmiespäivässä, jonne kutsuttiin ja saapui paikalle työnantajan edustajina pääkaupunkiseudun perusjakelun aluepäällikkö Petteri Vankka, perusjakelutuotannon johtaja Timo Honkasalo ja toimitusketjusta johtaja Noora Laaksonen, prosessipäällikkö Annikka Kekki sekä prosessi- ja laatupäällikkö Henri Parkkari.

Saimme kuulla työnantajan alustuksen, näkemyksiä ja perusteluja. Keskustelu ja vuorovaikutus oli hedelmällistä. Siitä yhtenä osoituksena, että alueemme perusjakelussa tutkimusta jatkoivat Henri Parkkari, työsuojelupäällikkö Marko Salo ja Mehiläisestä työfysioterapeutti Ritva Hilonen.

Alueelliset erot on vain hyväksyttävä

Parkkari jalkautui Helsinki kympin jakeluun, jossa luottamusmies Jarmo Pakkanen oli jakajien edustajana. He tutkailivat fyysisesti hankalia luukkuja. Jarmo pyrki havainnollistamaan, miten vaikeaa tietynlaisten luukkujen avaaminen ja lähetysten kannattelu on toisen käden ollessa sidottuna erillisen kimpun pitämiseen. Lisäksi Parkkari sai käsityksen, kuinka tehotonta ja hidasta kahden kimpun jakelu on yritysalueella.

Salo ja Hilonen tulivat myöhemmin samaiseen kympin jakeluun työturvallisuusnäkökulma edellä. Tällöin tutkittiin jakelun sujuvuutta yhdestä nipusta. Pakkasen havainnollistamana seurasi liuta työturvallisuutta tukevia huomioita; käden jääminen vapaaksi ottamaan tukea kaiteesta, yksi nippu ei peitä näkyvyyttä portaita alas tultaessa, vartaloa ei tarvitse taivuttaa luonnottomille mutkille hankalia luukkuja avattaessa toisen käden jäädessä vapaaksi luukun aukaisuun.

Päätöstä odoteltiin muutama viikko

Työnantaja ilmoitti tiedottavansa toukokuun loppuun mennessä, kuinka kimppujakelu jatkuu pääkaupunkiseudulla. Iloksemme naulattiin päätös, jossa työntekijöiden toiveet päivittyivät toimintamalliin. Kimppujen yhdistäminen ennen reitille lähtöä on ollut sallittua kesäkuusta alkaen. Vaakakupin kallistumisessa painoivat muun muassa alueen erikoisolosuhteet, jakelukaluston moninaisuus, suuret kerrostalot, yritysalueet sekä Kirkko ja kaupunki -lehti.

Tämä kimppuprosessi on merkittävä osoitus siitä, miten pystymme vaikuttamaan omaan työhömme. Muutos saatiin aikaan yhdessä työnantajan kanssa.

Aina on parantamisen varaa

Työnantajan taholta on muutoinkin tapahtunut selkeää petrausta henkilöstöpolitiikassa, mikä kiitollisina todetaan. Hyvin monasti se on ollut suu ja painomuste, jotka ovat sanelleet päätökset ja ohjeistukset. Nykyään enenevässä määrin korvat ja sydän ovat olleet mukana päätöksenteossa. Virstanpylväänä voitaneen pitää Helsingin osaston laatimaa kirjelmää työskentelyolosuhteista syksyllä 2022. Kirje julkaistiin Preivarissa 2/2022.

teksti ***Juha Raussi***
piirros ***Harri Himanen***

"Jokainen edunvalvoja sai tuoda esiin näkökulmansa.

BUSSIMATKA LOHJALLE

TYTYRIN ELÄMYSKAIVOKSEEN

OSASTON KEVÄTRETKI

Tytyrin kaivoksen toiminta alkoi vuonna 1897 ja se on tällä hetkellä Suomen kolmanneksi suurin kalkkikaivos. Elämyskaivos sijaitsee noin 100 metrin syvyydessä ja siellä sijaitsee myös kaivosmuseo, joka esittelee kaivostyön historiaa ja Suomen kallioperää. Kaivokseen voi tutustua itsenäisesti tai oppaan johdolla.

Tytyri on kalkkikivikaivos, joka on syntynyt kaksi miljardia vuotta sitten ja se sijaitsi aikanaan päiväntasaajan korkeudella merenpohjassa. Nykyinen louhintasyvyys on 200–350 metriä ja vuotuinen louhintamäärä on noin 250 000 tonnia kalkkikiveä. Kaivoksen käytäväverkosto ulottuu kuitenkin lähes 400 metrin syvyyteen ja kattaa yli 60 kilometriä.

Kaivoksen lämpötila on noin kahdeksan astetta. Maan ytimen lämmittävä vaikutus alkaa vaikuttaa vasta noin kilometrin syvyydessä, jossa lämpötila on läpi vuoden noin 18 astetta.

Kaivoksessa työskentelee noin 10 henkilöä maan alla ja 25 henkilöä maan pinnalla. Alkuaikoina kaivoksella työskenteli jopa 500 henkilöä. Naiset pääsivät kaivoksille töihin vasta vuoden 1998 lakimuutoksen jälkeen. Kaivostyöntekijät ovat kärsineet monista erilaisista sairauksista ja ammattitaudeista, kuten kuulovaurioista ja erityisesti erilaiset keuhkotaudit olivat yleisiä pölystä johtuen.

Kaivoksen toiminta

Kalkkikivi on hyvin monikäyttöistä. Sitä käytetään maataloudessa, eläinten rehussa, rakennusmateriaaleissa, kemianteollisuudessa ja lasiteollisuudessa. Kalkkikiveä käytetään myös postilaisille erityisen tutuissa materiaaleissa - paperin ja kartongin valmistuksessa täyteaineena. Kalkkikivi parantaa paperin laatua ja toimii paperin pinnoitteena, mikä parantaa sen painettavuutta ja ulkonäköä.

Kaivoksen syvyyksissä noin 200 metrissä säilytetään samppanjatynnyreitä, jotka haetaan ja pullotetaan 20 vuoden kuluttua. Tämä ainutlaatuinen säilytystapa hyödyntää kaivoksen vakaita lämpötila- ja kosteusolosuhteita, jotka ovat ihanteellisia samppanjan kypsymiselle.

Timantit

Mielenkiintoisimpana yksityiskohtana opastetusta retkestä jäi erityisesti mieleen maailman syvin porattu reikä, joka sijaitsee Venäjällä Sahalin saarella ollen noin 12 kilometriä syvä. Kun vertaa syvintä porattua reikää siihen, missä syvyydessä timantit syntyvät (200 km ja sitä suuremmissa syvyyksissä), olisi timantteja mahdotonta kaivaa. Timantit nousevat kuitenkin ylös esimerkiksi tulivuoren purkausten yhteydessä. Tästä voi päätellä, että Suomessakin on joskus ollut tulivuoria, koska Suomesta löytyy timantteja.

Hissiyhtiö KONEen ja Tytyrin yhteistyö

KONE aloitti toimintansa Tytyrin kaivoksessa vuonna 1998, jolloin se alkoi testata korkeisiin rakennuksiin suunniteltuja High-rise-hissejä maanalaisessa kaivoskuilussa. Kaivos onkin yksi maailman edistyksellisimmistä ja syvimmistä testauskeskuksista tarjoten ainutlaatuiset olosuhteet hissien testaamiseen ja kehittämiseen, mikä auttaa KONEtta pysymään alan johtavana hissien valmistajana.

Testilaboratoriossa on 11 hissikuilua, joiden yhteispituus on 1,6 kilometriä. Pisimmän kuilun syvyys on 350 metriä, mikä mahdollistaa hissien testaamisen äärimmäisissä olosuhteissa. Laboratoriossa testataan erityisesti pilvenpiirtäjiin suunnattuja innovaatioita ja teknologioita.

Nopeakulkuiset hissit

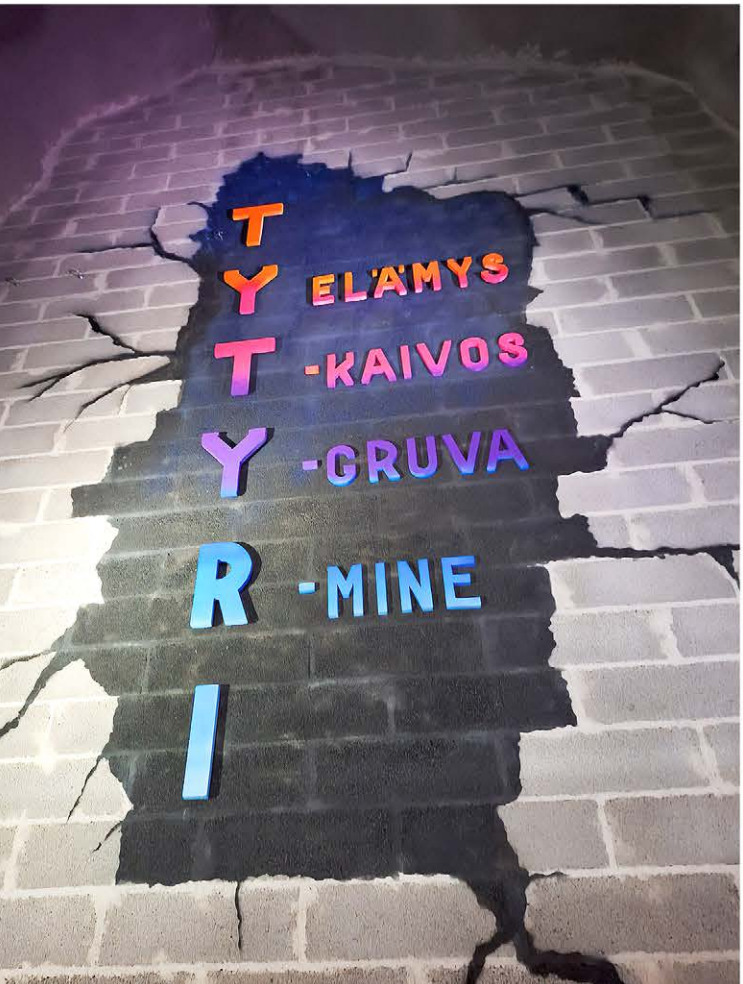
Hissien testausnopeudet voivat olla jopa 70 km/h eli noin 19 metriä sekunnissa. Vapaan pudotuksen testeissä saavutetaan jopa 90 km/h, noin 26 metriä sekunnissa. Laboratoriossa voidaan tehdä äärimmäisiä testejä, kuten pudottaa 10 000 kiloa painava hissiraami lähes 200-metriseen kuiluun testattaessa turvallisuuslaitteiden suorituskykyä.

Retkeläiset pääsivätkin kokemaan matkan kaivoksen uumeniin Suomen nopeimmalla yleisön käytössä olevalla hissillä, joka kuljetti meidät 100 metrin syvyyteen nopeudella kuusi metriä sekunnissa.

teksti ja kuvat ***Satu Ollikainen***

BUS TRIP TO LOHJA

TYTYRI EXPERIENCE MINE



SPRING TRIP

The operations at Tytyri mine began in 1897 and today it is Finland's third-largest limestone mine. The Experience Mine is located about 100 meters underground and houses a mining museum, which presents the history of mining and Finland's bedrock. The mine can be explored either independently or with a guide.

Tytyri is a limestone mine formed around two billion years ago, originally located near the equator at the bottom of the sea. The current mining depth ranges from 200 to 350 meters, with an annual extraction volume of approximately 250,000 tons of limestone. However, the tunnel network stretches almost 400 meters deep and spans over 60 kilometers.

The mine maintains a constant temperature of about eight degrees Celsius. The warming effect of the Earth's core only begins to be felt at depths of around one kilometer, where the temperature remains around 18 degrees Celsius year-round.

Today, around 10 people work underground and 25 above ground. In the early days, the mine employed up to 500 workers. Women were only allowed to work in mines after a legal reform in 1998. Over the years, miners have suffered from various illnesses and occupational diseases, such as hearing loss and especially respiratory diseases caused by dust exposure.

Mine operations

Limestone is an extremely versatile material. It is used in agriculture, animal feed, construction materials, the chemical industry, and the glass industry. It is also used in materials very familiar to postal workers – as a filler in the production of paper and cardboard. Limestone improves the quality of paper and serves as a coating, enhancing printability and appearance.

At a depth of about 200 meters, champagne barrels are stored, to be retrieved and bottled after 20 years. This unique storage method takes advantage of the mine's stable temperature and humidity conditions, which are ideal for aging champagne.

Diamonds

One of the most fascinating details of the guided tour was learning about the deepest drilled hole in the world, located on Russia's Sakhalin Island, reaching about 12 kilometers deep. When compared to the depths at which diamonds form (200 kilometers and deeper), it becomes clear that it's impossible to mine them directly. However, diamonds can rise to the surface through volcanic eruptions. This suggests that there were once volcanoes in Finland as well, as diamonds have been found here.

KONE Elevators and Tytyri Collaboration

KONE began operations at Tytyri mine in 1998, when it started testing high-rise elevators designed for tall buildings in the underground mine shaft. The mine is now one of the world's most advanced and deepest testing centers, offering unique conditions for elevator testing and development. This helps KONE remain a leading elevator manufacturer.

The test laboratory contains 11 elevator shafts, totaling 1.6 kilometers in length. The deepest shaft reaches a depth of 350 meters, allowing elevators to be tested under extreme conditions. The lab focuses especially on innovations and technologies intended for skyscrapers.

High-Speed Elevators

Test speeds for elevators can reach up to 70 km/h, or about 19 meters per second. In free-fall tests, speeds of up to 90 km/h about 26 meters per second can be achieved. The lab conducts extreme tests, such as dropping a 10,000-kilogram elevator frame into a nearly 200-meter shaft to test the performance of safety systems.

The visitors got to experience a ride into the depths of the mine on Finland's fastest publicly accessible elevator, which transported us 100 meters underground at a speed of six meters per second.

text and photos ***Satu Ollikainen***
translation ***Janko Ollikainen***

ONKO PALKITSEMINEN
POSTISSA OIKEUDENMUKAISTA?

KIITOS-PALKKIO

Osasto toteutti edustamallaan alueella keväällä 2025 nimettömän kyselyn Postin Kiitos-palkkiosta. Vastaajia oli 179, joista 60 % tiesi palkkiosta ainakin jotain.

Vastaajista noin neljännes kertoi, ettei ole saanut kertaakaan Kiitos-palkkiota, kun taas toinen noin neljännes kertoi saaneensa palkkion 4-5 kertaa. Puolet vastaajista kertoo saaneensa palkkion alle kaksi kertaa. Vajaa viisi prosenttia kertoo saaneensa palkkion 5 -11 kertaa.

Palkkion saajista liki 90 % kertoo saaneensa Kiitos-palkkiota korkeintaan 100 €/kerta. Vain 10 % kertoo saaneensa palkkiota 250 - 500 €/kerta.

Henkilökohtainen vai tasapuolinen

Kysyttäessä mikä koettaisiin oikeudenmukaisimmaksi tavaksi palkita henkilöstö, hieman yli puolet vastaajista oli sitä mieltä, että henkilökohtainen Kiitos-palkkio on paras vaihtoehto. Loput vastaajista olivat sitä mieltä, että palkkioraha kokonaisuudessaan pitäisi laittaa tasapuolisesti henkilöstörahastoon, 15 %, tai osa rahasta pitäisi antaa henkilökohtaisesti ja osa laittaa henkilöstörahastoon.

Raha, vapaa ja Reittimestari

Avoimissa kommenteissa ehdottomasti yleisimmin rahallinen palkitseminen koetaan konkreettisena ja oikeudenmukaisena. Toiseksi eniten kommenteissa nostetiin hyvänä palkitsemismuotona palkalliset vapaat tai ylimääräiset lomapäivät.

Reittimestari ei ole unohtunut! Se oli erittäin usean vastaajan mielestä toimiva ja tasapuolinen ja sen tyylistä palkitsemista toivottiin.

Retket, pizzaperjantait ja kakkukahvit mainittiin yhteishenkeä tukevina palkitsemistapoina ja niitäkin toivottiin.

Selkeät, reilut ja avoimet kriteerit kaiken A ja O

Kommentoijat toivovat selkeitä ja reiluja kriteerejä palkitsemiselle. Moni pitää Kiitos-palkkiota hyvänä, mutta toivoo sen jakamista useammin ja selkeämmin perustein. Useat kommentit korostavat, että palkkion tulisi perustua työpanokseen, ei esihenkilön mielipiteeseen, 32 %.

teksti ***Satu Ollikainen***
piirrokset ***Harri Himanen***

POSTELJOONI
PARTANEN

Piirtänyt: Matti Saine.

Maustelähetys

* Laulun sanat: ERKKI TIESMAA