

V A A S A .

Lue myös
KULTTOUR
lehden
välistä!

Nader Khalili matkalla kohti paralympialaisia s. 4

Varautuminen on
jokaisen asia s. 10

Vaasa panostaa koulu- ja
päiväkotirakentamiseen s. 14

Vaasan kaupungin asukaslehti 01/2023



4

Vaasan uimahallilta paralympia-altaisiin

V A A S A .

Asukaslehti 01/2023

3 Pääkirjoitus

3 Kysyimme

4 VAASAN UIMAHALLILTA
PARALYMPIA-ALTAISIIN

6 Osallistu ja vaikuta!

7 Lyhyesti

8 Energiansäästö on
yhteinen asia

10 Kriisinkestävyyden perusta
on hyvä varautuminen

12 Onnellisen
työelämän jäljillä

14 Vaasa panostaa koulu- ja
päiväkotirakentamiseen

16 Briefly in English

12

”Omalla käyttäytymisellä voi luoda hyvää fiilistä työyhteisöön, sillä onnellisuus tarttuu.

10



16

Briefly in English

14



Päätoimittaja: **Leena Forsén** / Toimitus: **Ronja Juola, Heli Masa, Susanna Palmroth, Ilari Rautiainen, Susanna Saari, Eliina Salmela, Jenni Tuliniemi** / Kielenkäännökset: **Vaasan kaupungin kielenkääntämö** / Kannen kuva: **Christoffer Björklund** / Layout: **Mikael Matikainen**, Vaasan kaupungin graafiset palvelut / Paino: **PunaMusta Oy** / Painos: **55 000 kpl** / Julkaisija ja kustantaja: **Vaasan kaupunki**, PL 3, 65101 Vaasa, www.vaasa.fi / Issn (painettu): **1459-6016** / Issn (verkkolehti): **1459-6032** / Palaute: feedback.vaasa.fi / Seuraava asukaslehti ilmestyy **syyskuussa 2023**

[f vaasankaupunki](https://www.vaasa.fi)

[@vaasavasa](https://www.instagram.com/vaasavasa)

[@vaasavasa](https://www.facebook.com/vaasavasa)

[youtube.com/cityofvaasa](https://www.youtube.com/cityofvaasa)

[linkedin.com/company/city-of-vaasa](https://www.linkedin.com/company/city-of-vaasa)

Kotivara on tärkeä osa varautumista

🔪 Ronja Juola 📷 Mikael Matikainen

Kotivaran, eli poikkeusoloissa ja erilaisissa häiriötilanteissa tarvittavan kodin tarvikevaraston, merkitys on korostunut viime vuosien aikana. Sähkökatkojen mahdollisuus on tuonut varautumisen jälleen keskustelun keskiöön. Kysyimme vaasalaisilta kadulla ja Instagramissa, ovatko he varautuneet häiriötilanteisiin kotivaran avulla.

1. Tiedätkö mikä on kotivara?
2. Onko sinulla kotivara?
3. Miksi varautuminen on mielestäsi tärkeää?

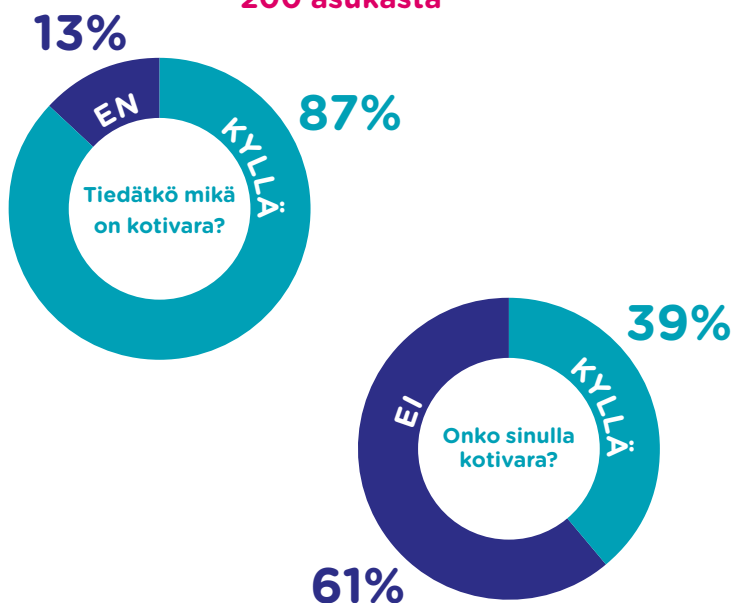


Ritva Saari

Vaasa

- 1 Tiedän kyllä.
- 2 Kyllä, on ollut jo lähes vuoden. Sieltä löytyy vettä, säilykkeitä ja kuivia ruoka-aineita. Ajattelimme lisätä kotivaraan vielä myös käteistä, pattereita ja lääkkeitä.
- 3 Minua ei pelota, että tuotteet loppuisivat kaupasta, mutta on tärkeää, että poikkeustilan tullessa pärjäisi kotona ainakin kolme vuorokautta.

Kotivara-kyselyyn vastasi Vaasan kaupungin Instagram-tilillä noin 200 asukasta



Lue lisää
KOTIVARASTA
s. 10

Pääkirjoitus

Voiko töissä olla onnellinen?



USEIMMAT MEISTÄ VIETTÄVÄT TÖIDEN PARISSA ja työkavereiden kanssa ison osan elämänsä. Minkälaista aika töiden parissa on, kun työelämän tahti ja vaatimukset tuntuvat olevan monilla aloilla kovat. Meillä kävi syksyllä vierailulla viestinnän alan opiskelijoita ja myös heillä oli jo huoli siitä, miten he tulevat jaksamaan töissä. He olivat kuulleet, että viestinnän ja markkinoinnin tehtävissä on kovat paineet ja hurja työtahti. Onko toiveajattelua, että näillä lähtökohdilla töissä voisi olla onnellinen?

Mielestäni töissä nimenomaan pitäisi tuntea onnellisuutta ja muita positiivisia tunteita — iloa ongelmanratkaisusta, riemua yhdessä tekemisestä ja oivaltamisesta tai hyvää mieltä kahvitauon keskusteluista, joilla ei ole mitään tekemistä töiden kanssa. Välillä töissä on myös päiviä, jolloin tuntuu raskaalta, liian monta työtehtävää samaan aikaan ahdistavat ja ongelmat tuntuvat kasaantuvan. Kuten elämässä yleensäkin, myös työelämässä, on päiviä, jolloin hymy ei irtoa.

Onnellisuutta on se, että työyhteisössä on turvallista näyttää myös hankalien päivien tunteita ja voi luottaa siihen, että tiimissä autetaan ja tuetaan toisia. Iloitaan yhdessä, kun päästään tavoitteisiin ja riennetään auttamaan, kun työkaaverilla on liian jyrkkä ylämäki yksin. Minä olen onnellinen ja kiitollinen siitä, että omassa tiimissäni on vahvana juuri tämä yhdessä tekeminen, sekä hyvinä että huonoina päivinä. Ja se on jokaisen työyhteisön jäsenen ansiota! Vaikka minun oli opiskelijoille myönnettävä, että kyllä tämän päivän työelämän tahti ja vaatimukset ovat kovat lähes jokaisella alalla, on paljon asioita, joihin voi itse vaikuttaa ja jotka tekevät työelämästä merkityksellisen ja tärkeän osan arkea.

Tämän lehden artikkelissa asiantuntijat antavat vinkkejä onnelliseen työelämään. Itse ajattelin lisätä erityisesti kiittämistä ja positiivisen palautteen antamisesta, koska sitä ei voi koskaan tehdä liikaa. Ja tämä pätee sekä kotona että töissä. Minkä vinkin sinä otat käyttöön?

LEENA FORSÉN
viestintäpääällikkö



Vaasan uimahallilta paralympia-altaisiin

📍 Ronja Juola 📷 Christoffer Björklund

Suomesta ei löydy montaa sellaista uimahallia, joissa Nader Khalili ei olisi kilpaillut. Vaasalainen parauimari viihtyy vedessä ja nauttii kilpailemisesta.

Vaasan uimaseuraa edustava **Nader Khalili** on viihtynyt vedessä lapsesta asti. Vanhemmat **Anne Kulmala** ja **Feridon Khalili** kertovat veden olleen elementti, joka jo lapsena veti Naderia puoleensa.
— Hän saattoi hypätä rattaista pois ja juosta



”Treenataan kovempaa.

KERTOO PARIISIN
PARALYMPIALAIISIIN
TÄHTÄÄVÄ NADER

kaikkiin Vaasan suihkulähteisiin, Anne naurahtaa.

Vanhemmat kertovat Naderin olevan visuaalinen ihminen ja uskovat veden visuaalisuuden olevan yksi tekijä siinä miksi Nader viihtyy altaassa.

— Vesi näyttää ja tuntuu miellyttävältä. Usein autismin kirjolla olevilla on aistilyherkkyyksiä, jotka voivat ilmetä erilaisina vahvoina tuntemuksina, Anne kertoo.

Kun Naderilta kysyy mikä uimisessa on parasta, on vastaus selkeä:

— Kaikki on parasta, Nader toteaa.

Vanhemmat veivät Naderia ja hänen kaksoisveljeään uimaan jo pienestä pitäen ja uinnin harrastaminen alkoi kiinnostaa molempia poikia. Anne tarkisti, löytyisikö uimaseurasta erityisryhmää, jotta myös Nader voisi aloittaa uinnin. Nyt yli kymmenen vuotta uintia harrastaneen Naderin potentiaali huomattiin pian.

— Nader osallistui Junior Games -kisoihin 2012 ja ui hienosti lajivoittoihiin. Meille tultiin sanomaan, että hänessä olisi potentiaalia menestyä ja kannustettiin hankkimaan paraurheilijoilta vaadittava luokittelu. Paralympiakomitean ja Uimaliiton kannustamana haettiin ensin kansallinen vammaluokittelu ja myöhemmin kansainvälinen luokittelu, Kulmala kertoo.

Nader kilpailee S14 vammaluokassa ja kuuluu Vaasan Uimaseuran SM-edustusryhmään.

Ammattiurheilijan arki koostuu rutiineista

Vanhemmat kuvailevat Naderin olevan kilpailuhenkinen, tavoitteellinen ja motivoitunut.

— Nader on hyvin huolellinen ja tekee kyllä varmasti hänelle annetut harjoitukset, Feridon kertoo.

Motivaatio harjoitteluun luo pohjaa menestykselle ja positiivisuus hyvää fiilistä harjoitteluun.

— Naderille sopii ammattiurheilijan arki, sillä hän nauttii rutiineista ja järjestelmällisyydestä, Anne kertoo.

Nader vahvistaa äidin sanomiset hymyssä suin ja kertoo arjen rutiineistaan.

— Joka aamu herään viimeistään seitsemältä, syön aamiaisen ja menen uimahallille, sitten syön lounaan ja

lepään, sitten treeni ja välipala, sitten taas uimahallille ja syön päivällisen, sitten levätään ja syön iltapalan ja sitten nukkumaan, Nader kertoo päivänsä rakenteesta.

Vapaa-ajallaan Nader harrastaa myös muuta urheilua, kuten jalkapalloa, yleisurheilua, sählyä ja telinevoimistelua. Arki ei ole kuitenkaan pelkkää urheilua, sillä Nader pelaa myös tietokonepelejä, katsoo elokuvia ja kuuntelee musiikkia.

Kisojen kautta uimahallit tutuksi

Suomen uimahallit ovat tulleet Naderille tutuksi vuosien saatossa, sillä hän on ansainnut urallaan noin 100 SM-mitalia.

— Uimahallit ovat niin tuttuja, että ei ole eroa, missä kilpaillaan, Nader kertoo.

Nader nauttii treenaamisesta ja menestyminen motivoi treenaamaan. Treeniohjelmia suunniteltaessa on tärkeää seurata kehitystä ja vointia.

— Joka aamu Naderilta otetaan tarvittavat mittaukset, jotta palautumista ja kuntoa voidaan seurata. Erityisesti valmentajalle tämä data on tärkeää, jotta treeniohjelmaa voidaan muuttaa tarpeen mukaan, Anne kertoo.

Naderin vahvuus on vapaauinti, josta hän nauttii eniten.

Matkalla kohti paralympialaisia

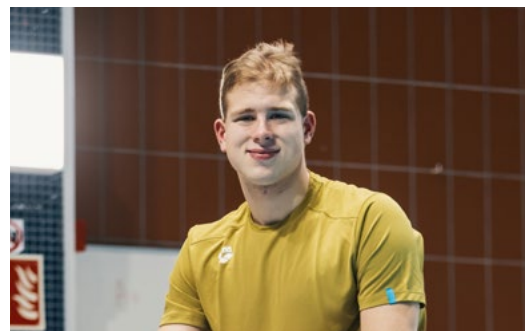
Ensimmäisiin paralympialaisiin Nader osallistui 2021 Tokiossa. Kisamatka oli hyvä kokemus ja matkaan tarttui paljon oppeja tulevia kisoja varten.

— Matka oli todella pitkä ja lento kesti 11 tuntia. Tykkään matkustaa lentokoneella, Nader kertoo matkasta.

Seuraavat paralympialaiset ovat hieman lähempänä, sillä ne kisataan Pariisissa 2024.

— Treenataan kovempaa, kertoo Pariisin paralympialaisiin tähtäävä Nader.

Paralympiarajoja voi koittaa alkaa alittamaan vuoden 2023 alussa WPS-status kisoissa. Ennen paralympialaisia ohjelmassa on myös MM-kisat Manchesterissa sekä muita kansainvälisiä kisoja.



Nimi: **Nader Khalili**

Ikä: **20 vuotta**

Lempiväri: **Punainen**

Lempiruoka: **Kaikki ruuat, mutta erityisesti lasagne**

Suosikki tv-sarja ja elokuva: **Muumit ja Pirates of the Caribbean**

Suosikki-paikka Vaasassa: **koko Vaasa**



Haluatko

VAI- KUT- TA- JAK- SI?



Vaasalaisena
sinulla on
monia tapoja
VAIKUTTA
KAUPUNKISI
ASIOIHIN!



Testaa millainen vaikuttaja
olet ja vastaa ajankohtaisiin
kyselyihin: **VAASA.FI/VAIKUTA**



VAASASSA ON HELPPO OLLA VAIKUTTAJA.

V A A S A .



Vaasa mukana UNICEFin Lapsiystävällinen kunta -mallissa

Susanna Saari

LAPSIYSTÄVÄLLINEN KUNTA -malli on UNICEFin kunnille tarjoama työväline. Kahden vuoden kehittämistyön jälkeen kunta voi saada Lapsiystävällinen kunta -tunnustuksen.

Vaasassa on viime vuoden aikana selvitetty, miten lapsiystävällisyys ja lapsen oikeudet nykyään toteutuvat lasten ja nuorten arjessa ja palveluissa.

Tänä vuonna laaditaan toimenpidesuunnitelma ja tavoitteet.

Kehittämistyö koskee koko kaupunkia ja kaikkia toimialoja, aina kaupunki- ja liikennesuunnittelusta varhaiskasvatukseen ja perusopetukseen.

**vaasa.fi/
lapsiystavallinen-kunta**



Vaasalaisvauvoille oma pipo

Heli Masa Mikael Matikainen

JOKAINEN VAASALAISEKSI SYNTYVÄ VAUVA saa ikio-oman Vaasa-pipon. Vaasan brändi-ilmeen mukaisesta kankaasta ommeltuja pipoja alettiin jakaa Vaasan 416-vuotissyntymäpäivän 2.10.2022 jälkeen. Vauvalle annetaan pipo ensimmäisen lastenneuvolan tarkastuksen yhteydessä, eli kotikäynnillä.

— Omalla Vaasa-pipolla haluamme toivottaa vastasyntyneet vaasalaiset tervetulleiksi kotikau-
punkinsa asukkaiksi. Jokainen uusi

Vaasan asukas on ilon aihe, oli hän sitten muualta tänne muuttanut tai vaasalaiseksi syntynyt. Alustavasti pipoja jaetaan Vaasan seuraavaan syntymäpäivään saakka, eli kyseessä on lokakuusta lokakuuhun kestävä kokeilu, kertoo viestintäpäällikkö **Leena Forsén**.

Vaasa-pipot ovat vastasyntyneille reilua kokoa, sillä ne ovat mitaltaan noin puolivuotiaille ja siitä isommille vauvoille, jotta käyttöaika olisi pidempi.



LUE LISÄÄ
uutisia
osoitteessa
www.vaasa.fi

Ukrainalaisperheet viihtyvät avoimessa päiväkodissa

Susanna Saari

VAASAN KAUPUNGIN VARHAISKASVATUS on viime keväästä saakka järjestänyt entisen Huutoniemen avoimen päiväkodin tiloissa avointa toimintaa ukrainalaisille perheille.

Paikalla on aina kaksi varhaiskasvatuksen työntekijää sekä usein myös vapaaehtoisia, jotka esimerkiksi ohjaavat askarteluhetkiä sekä opettavat suomen kieltä.

Toiminnan tavoitteena on tarjota alle esikouluikäisille lapsille sekä koulujen loma-aikoina myös kouluikäisille ja heidän vanhemmilleen turvallista, yhteistä toimintaa vertaistukiryhmissä.

Toimintaa on joka arkipäivä kello 8.30–15.



Kansalaisinfo ja Welcome Office muuttavat helmikuussa

Jenni Tuliniemi

VAASAN KAUPUNGIN NEUVONTA- JA PALVELUPISTE Kansalaisinfo sekä uusille Suomessa tarkoitettu neuvontapiste Welcome Office muuttavat helmikuussa Tammipihaan, Teräksenkuja 1:seen. Samoihin tiloihin muuttaa myös Kelan Vaasan asiointipiste. Muuton ajankohta tarkentuu myöhemmin.

**vaasa.fi/
neuvonta-ja-palvelupisteet**



KEHITTYVÄ VAASA

Kiinteistöpäällikkö Hanna Pekkalan mukaan kaupungin kiinteistöissä on jo vuosia panostettu energiatehokkuuteen. Variskan yhtenäiskoulun uudisosa on yksi esimerkki energiatehokkaasta rakentamisesta.

Energiansäästö on yhteinen asia

📷 Ilari Rautiainen 📷 Nelly Björkholm

Energian säästäminen on tänä talvena tärkeämpää kuin koskaan. Vaasassa esimerkiksi lasketaan kiinteistöjen lämpötiloja ja himmennetään katuvalaistusta. Kaupunki on myös mukana valtakunnallisessa Astetta alemmas -kampanjassa, jossa kannustetaan jokaista tekemään konkreettisia energiansäästötoimia.

Astetta alemmas -kampanjan tavoitteena on saada vähintään 75 prosenttia suomalaisista säästämään energiaa ja saavuttaa pysyvästi alhaisempi energiankulutus. Tavoite on kaikille yhteinen kotona, liikenteessä, työpaikoilla ja oppilaitoksissa.

— Meistä jokainen voi vaikuttaa energiakulutuksen kokonaisuuteen. Energian säästäminen on kaikkien yhteinen asia ja pienilläkin teoilla on suuri

merkitys, kaupunkiympäristön toimialajohtaja **Markku Järvelä** muistuttaa.

Vaasassa on pitkään panostettu energiatehokkuuteen, ja tänä talvena energiankulutusta on pyritty vähentämään entisestään. Tavoitteena on paitsi säästää energiaa ja varautua lyhytkestoihin sähkökatkoihin, myös hillitä kustannusten nousua.

— Eniten energiaa kuluu rakennusten lämmitykseen, sähköön sekä ulkovalaistukseen. Halusimme löytää säästökohteita ja toimenpiteitä, joilla olisi mahdollisimman suuri ennaltaehkäisevä vaikutus mahdollisen energiapulan kannalta, Järvelä kertoo.

Keskimäärin 1,5 asteella alemmas

Kaupunki omistaa noin 180 rakennusta, joista kymmenen suurinta kuluttaa puolet kaupungin rakennusten käyttämästä energiasta. Energiaa säästetään optimoimalla eri järjestelmiä ja vaikuttamalla käyttötottumuksiin.

— Kaupungin kiinteistöissä lämpötiloja on laskettu keskimäärin 1,5 asteella niissä kohteissa, joissa se on toiminnan kannalta mahdollista. Olemme myös säättäneet ja tarkistaneet esimerkiksi ilmanvaihdon käyntiaikoja ja lyhentäneet kiinteistöjen valaistusaikoja. Uimahallissa puolet saunoista on jätetty päiväsaikaan lämmittämättä ja niiden päällöoloaika on vähennetty, kiinteistöpäällikkö **Hanna Pekkala** kertoo.

Säästötoimenpiteet toteutetaan niin, että ilmanvaihdon käyntiajoissa noudatetaan edelleen

sisäilmayhdistyksen suosituksia ja valaistuksen vähentämisessä huomioidaan turvallisuus.

Valaistusta uusitaan ja valoja himmennetään

Vaasan yhdeksällä kutoradalla 793 energiasyöpöä valaisinta on korvattu energiatehokkailla led-valaisimilla, joissa on myös liike- ja lumentunnistus. Lisäksi valaisinkohtaiset ohjaimet asennetaan 860 valaisimeen muualla Vaasassa.

— Esimerkiksi keskustan vaijerivalaisimet vaihdetaan älykkäiksi led-valaisimiksi. Valaisinkohtaisella ohjauksella valaistusta voidaan himmentää turvallisuutta vaarantamatta. Valaisinkohtainen energiansäästö voi olla jopa 80 prosenttia, kun lumen heijastusvaikutus lisää valaistuksen vaikuttavuutta, kuntatekniikan johtaja **Jukka Talvi** selventää.

Kuntatekniikka on panostanut jo usean vuoden ajan vähäenergiisiin ratkaisuihin muun muassa katujen valaistuksessa ja liikennevalo-ohjauksessa. Tämän talven osalta tavoitteena on 10 prosentin vähennys kunnallistekniikan kuluttamasta sähköstä.

Energiatehokkuus edistää hiilineutraalia Vaasaa

Jenni Tuliniemi

KAUPUNGIN STRATEGIA on jaettu 3 teemaan; hyvinvointi ja onnellisuus, vetovoimaisuus sekä hiilineutraalius 2020-luvulla. Jokaisella teemalla on ohjausryhmä ja seurattavat mittarit.

Hiilineutraali Vaasa -teeman tavoitteena on hiilidioksidipäästöjen vähentäminen ja hiilineutraali energiankulutus, vihreä siirtymä sekä olla Suomen energiaviisain ja energiatehokkain kaupunki.

Hiilidioksidipäästöjen vähentämisessä liikenteellä on suuri merkitys. Siksi joukko-liikenteeseen ja pyöräilyyn sekä kävelyyn panostetaan. Myös metsillä ja puistoilla on suuri merkitys. Metsien hyvä hoito ja puistojen kehittäminen sekä monimuotoinen viher-rakentaminen luovat sekä iloa ja onnellisuutta asukkaille, myös hiilinielua.

Innovaatioilla, hankkeilla sekä tutkimus-, koulutus- ja yritysysteistyöllä edistetään vihreää siirtymää ja kestävä kehitystä. Kaupunki on sitoutunut YK:n kestävä kehityksen tavoitteisiin, joissa otetaan ympäristö, talous ja ihminen tasavertaisesti huomioon.

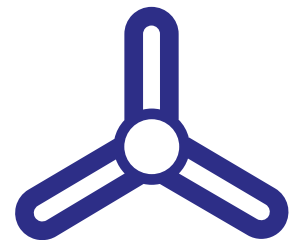
Tärkeintä kaikesta on sitoutuminen; sitoutuminen hiilineutraaliutta edistäviin ratkaisuihin, energiatehokkuuteen, energiaviisauteen, kestäviin hankintoihin ja vihreän siirtymän edistämiseen.

Lue lisää strategiasta: [vaasa.fi/strategia](https://www.vaasa.fi/strategia)

Asukkaiden energiansäästövinke TOP 10

- 1 Laitan turhat laitteet pois päältä.
- 2 Otan lyhyempiä suihkuja.
- 3 Vähennän saunomiskertoja.
- 4 Laitan merinoa päälle ja lämpöä pienemmälle.
- 5 En sytytä kausivaloja.
- 6 Kävelen autolla ajamisen sijaan.
- 7 Laitan valot päälle vain siinä huoneessa, jossa olen.
- 8 Pesen pyykkiä yöllä.
- 9 Käytän varaavaa takkaa päivittäin.
- 10 Otan töpselit pois seinästä, kun laitteita ei käytetä.

Lisää energiansäästövinkejä löydät Astetta alemmas -kampanjasivustolta: www.astettaalemmas.fi





Kriisinkestävyyden perusta on hyvä varautuminen

Jenni Tuliniemi Christoffer Björklund

Varautuminen ja kriisinkestävyys ovat olleet esillä viime vuosina enemmän kuin pitkiin aikoihin. Kaupungilla on oma roolinsa varautumisessa, mutta ennen kaikkea varautuminen lähtee jokaisen kotoa, työpaikalta ja mielestä.

— Kaupungilla on lakisääteinen velvollisuus toimia ja tuottaa palveluita myös häiriötilanteissa ja poikkeusoloissa. Varautumiseen liittyy suunnittelua, harjoittelua ja koulutusta. Paljolti työni on koordinoitua, viranomaisyhteistyötä ja asioiden yhteen saattamista, sanoo **Marjo Lindgren**, Vaasan kaupungin valmius- ja turvallisuuspäällikkö.

Varautuminen on osa kriisinkestävyyttä, sitä, että tehdään ennakolta, mitä pystytään, sanoo Vaasan kaupungin valmius- ja turvallisuuspäällikkö Marjo Lindgren.



Lindgren on toiminut tehtävässään joulukuusta 2021 lähtien. Sitä ennen kokemusta on karttunut muun muassa Kanta-Hämeessä.

— Kriisinkestävyys on henkilöstön, asukkaiden ja viime kädessä yksilöiden kykyä toimia ja selviytyä erilaisissa häiriötilanteissa, myös niiden pitkittyessä. Varautuminen on osa kriisinkestävyyttä, sitä, että tehdään ennakolta, mitä pystytään. Kaikkeen ei voi varautua. Ja myös toimintaympäristö muuttuu. Vuoden 2023 alussa aloittaneet hyvinvointialueet vastaavat nyt sosiaali- ja terveyspalveluista sekä pelastustoiminnasta, kertoo Lindgren.

Lindgrenin mukaan viestintä korostuu aina kriiseissä, häiriöissä ja poikkeusoloissa.

— Luottamus on kaiken a ja o. Disinformaatio ja erilaiset vaikuttamisyrietykset ovat arkipäivää. Medialukutaito on osa kriisinkestävyyttä, Lindgren jatkaa.

Varautuminen on jokaisen asia

Pohjanmaan pelastuslaitoksen alueella ei ole yleisiä väestönsuojia, väestönsuoja- paikkoja on kuitenkin tarvittaessa kaikille. Väestönsuoja löytyy useimmiten isompien taloyhtiöiden tai työpaikkojen yhteydestä, ja ne ovat näiden kiinteistöjen asukkaiden tai työntekijöiden käytössä.

— Useimmiten väestönsuojat ovat normaalioloissa aivan tavanomaisessa käytössä esimerkiksi pukuhuoneena tai varastona.

Väestönsuojan ylläpidosta ja kunnostuksista vastaa väestönsuojan omistaja. Jokaiseen väestönsuojaan on hyvä nimetä suojan todellisista käyttäjistä väestönsuojanhoitaja ja apulaisia, jotka kannattaa kouluttaa tehtäväänsä, sanoo Lindgren.

Kotona tulisi selvittää häiriötilanteissa vähintään kolme päivää.

— Kansallisen 72 h -suosituksen mukaisesti jokaisen tulee varautua siihen, että selviää erilaisissa häiriötilanteissa, ilman yhteiskunnan apua, kolme vuorokautta. Tämä tarkoittaa sekä omaa että läheisten kykyä toimia esimerkiksi silloinkin, kun kauppaan ei pääse tai hanasta ei tule vettä, Lindgren kertoo.

Kotoa tulisi löytyä ainakin vettä, kannellinen astia vedelle, ruokaa, lääkkeitä, taskulamppu sekä paristokäyttöinen radio ja käteistä rahaa.

— Jokaisen olisi hyvä miettiä, miten selviytyy tavallisimmista arjen häiriöistä, kuten sähkökatkosta tai veden katkeamisesta. Kannattaa myös muistaa, että aivan tavanomainen sairastuminen voi vaikuttaa kauppaan tai apteekkiin pääsyyn. Kriisinkestävyyttä voi kehittää hankkimalla tietoa, taitoja ja opetella pitämään kotivaraa, Lindgren tiivistää.

Kotivara

Jenni Tuliniemi

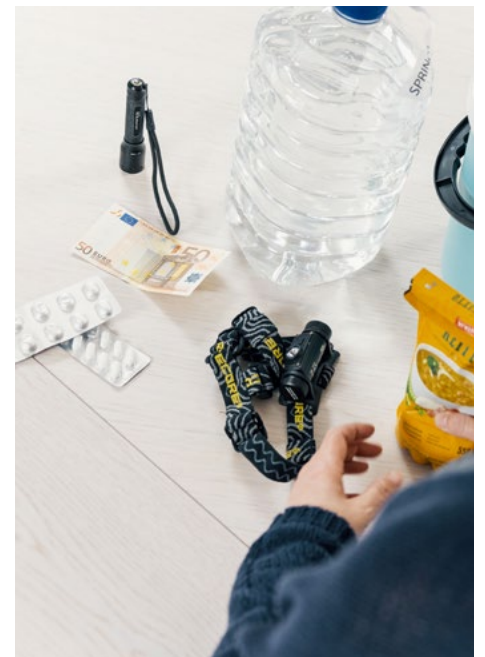
PELASTUSLAKI VELVOITTAA OMATOIMISEEN varautumiseen.

Jokaisen talouden tulisi varata kotiin vettä, ruokaa ja välttämättömiä tarvikkeita jopa viikoksi.

- ▶ Vettä juomiseen ja peseytymiseen
- ▶ Astioita veden säilyttämiseen
- ▶ Ruokaa, esim. kuivamuonaa
- ▶ Tölkinavaaja
- ▶ Erityisruokavalion elintarvikkeet
- ▶ Taskulamppu
- ▶ Paristoradio
- ▶ Varaparistoja
- ▶ Hygieniatarvikkeet
- ▶ Lääkkeet
- ▶ Kynttilät ja tulitikut
- ▶ Makuupusseja
- ▶ Käteistä rahaa
- ▶ Lemmikkieläinten ruuat ja tarvikkeet
- ▶ Mikäli asut talossa, jossa on takka, puuhella tai -kiuas, hanki tarpeeksi polttopuuta varalämmöksi
- ▶ Pidä autosi tankki vähintään puolillaan

Kotivaraa käytetään päivittäin ”parasta ennen” -suosituksia noudattaen ja uutta hankitaan aina tilalle. Näin ruoka-aineet ja tarvikkeet pysyvät käyttökelpoisina.

Lisää tietoa kotien varautumisesta: **72tuntia.fi**



Tärkeitä numeroita, ota talteen!

- ▶ **Yleinen hätänumero 112**
Soita yleiseen hätänumeroon, jos tarvitset apua heti.
- ▶ **Myrkytystietokeskus**
0800 147 111
- ▶ **Valtakunnallinen kansalaisneuvonta**
0295 000

Pohjanmaan hyvinvointialue

- ▶ **Hoidon tarpeen arviointi**
06 218 9000
Saat arvion, mihin sinun tulisi hakeutua hoitoon.
- ▶ **Päivystysapu** 116 117
Soita ennen päivystykseen lähtöä.
- ▶ **Sosiaali- ja kriisipäivystys**
06 218 9555
- ▶ **Suun terveydenhuollon**
ajanvaraus 06 218 9100
- ▶ **Hyvinvointialueen vaihde**
06 218 1111



Onnellisen työelämän jäljillä

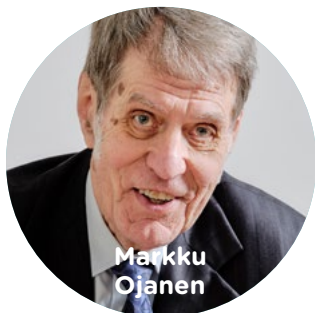
✎ Susanna Palmroth, Eliina Salmela 📷 Linus Lindholm, Christoffer Björklund, Vaasan yliopisto

Lähdimme asiantuntijaoppaidemme kanssa selvittämään, millaisista aineksista onnellinen työelämä on rakennettu. Työhyvinvoinnin saloihin meitä auttoivat perehtymään onnellisuusprofessori Markku Ojanen ja Vaasan yliopiston henkilöstöjohtamisen professori Liisa Mäkelä.

Vaikka onnellisuus työelämässä on laaja ja monitahoinen kokonaisuus, ovat asiantuntijamme hyvinkin yksimielisiä siihen vaikuttavista tekijöistä. Työn onnellisuuden perustana on, että edellytykset työn tekemiselle ovat kunnossa. Niitä ovat muun muassa riittävä toimeentulo, turvallisuus ja reilu kohtelu. Lisäksi työtehtävien tulee olla osaamista vastaavia sekä mitoitettu ja resursoitu oikein.

Vinkkejä onnellisempaan työelämään

- 1 Ystävällisyys ja muiden huomioiminen vie pitkälle.**
Kiitä, kannusta ja pyydä tarvittaessa anteeksi.
- 2 Pidä huolta omasta osaamisestasi** ja ammattitaidon kehittämisestä. ”Tämänkin minä opin” on hieno tunne.
- 3 Puhumalla ja yhteisillä sopimuksilla** löydetään työyhteisölle sopivat toimintatavat.
- 4 Huumori** on taitolaji ja parhaimmillaan lujittaa yhteishenkeä.
- 5 Osallistaminen ja mahdollisuus vaikuttaa** lisäävät tyytyväisyyttä työpaikalla.
- 6 Arvostusta ja kunnioitusta** jokaisen työtä kohtaan ei voi koskaan olla liikaa.
- 7 Joustavuus** ja mahdollisuus työn ja muun elämän yhteensovittamiseen helpottavat arkea.
- 8 Organisaation yhteinen päämäärä** ja siihen sitoutuminen lisää merkityksellisyyttä ja motivaatiota.
- 9 Kysy, kuuntele ja välitä.** Tutustu organisaatioon ja astu välillä työkaverisi saappaisiin.



Markku Ojanen



Liisa Mäkelä

— Nykyajan työelämältä vaaditaan kuitenkin paljon ja työssä viihtyminen on entistä tärkeämpää. Lisäksi työstä halutaan saada onnistumisen ja merkityksellisyyden tunteita, sanoo Markku.

Onnelliseksi pyrkivässä työyhteisössä hyvinvointi tulisi olla mukana organisaation päätöksenteossa jokaisella tasolla.

— Konkreettisesti onnellisuutta voidaan lisätä vaikka sillä, että henkilöstö otetaan mukaan tekemään päätöksiä ja he saavat aidosti vaikuttaa asioihin, kertoo Liisa.

Jokaisen organisaation jäsenen sitoutumisella on suuri merkitys ja molemmat asiantuntijamme painottavat, että jokainen meistä voi omalta osaltaan tehdä paljon työyhteisön hyvinvoinnille.

Pitääkö aina sujua kuin Strömsössä?

Olivatpa asiat kuinka hyvin tahansa, on jokaisessa työssä välillä hetkiä, kun potuttaa, stressaa tai jopa itkettää.

— Tunteita ei voi eikä tarvitse sulkea pois työelämästä, mutta tunteiden kanssa pitää osata toimia muita kunnioittavalla

tavalla, Markku miettii.

Hyvässä työyhteisössä erilaiset tunteet hyväksytään ja jokainen yksilö tulee kohdatuksi omana itsenään.

— Omalla käyttäytymisellä voi luoda hyvää fiilistä työyhteisöön, sillä onnellisuus tarttuu, jatkaa Liisa.

Inhimillisyys ja ihmisen kokoinen työ ovat tutkijoidemme mukaan tavoitteita, jotka tulevaisuudessa näkyvät yhä useamman työpaikan arjessa. Juuri siellä taitaa piillä myös se onnellisen työn salaisuus!

Työntekijöiden onni näkyy asukkaille asti

📍 Eliina Salmela

📍 Christoffer Björklund



VAASAN KAUPUNGIN TYÖNTEKIJÄT arvostavat työyhteisössään muun muassa hyvää yhteishenkeä, oikeudenmukaista johtamista, kehittymismahdollisuuksia ja avoimuutta.

— Meille myös on tärkeää, että täällä tehdään merkityksellistä ja mielenkiintoista työtä. Monelle onnellisuus syntyy juuri asiakaskohtaamisissa; lasten, vanhempien tai asiakkaiden hymy ja kiitos lämmittävät mieltä ja tekevät työpäivistä merkityksellisiä, kertoo Vaasan kaupungin henkilöstöjohtaja **Tuulikki Kruhse-Poutanen**.

Kaupungilla uskotaan, että mitä onnellisempia työntekijät ovat, sitä onnellisempia ovat myös asukkaat. Työntekijöiden hyvinvointia tuetaan eri keinoin; järjestetään perinteisiä tyky-päiviä, tarjotaan Epassiin liikunta- ja kulttuurietua sekä mahdollisuus osallistua kaupungin liikuntaryhmiin ilmaiseksi.

Työntekijät saavat myös alennuksia pääsymaksuista kuntosaleille, uimahalliin sekä kulttuurielämyksiin. Työajat pyritään pitämään säännöllisinä, ja useilla aloilla on mahdollisuus joustaviin järjestelyihin sekä hybridityöhön. Hiljattain on otettu käyttöön uusia hyvinvoinnin tukemisen ja palkitsemisen keinoja.

— Osaaminen on iso osa työhyvinvointia, joten satsaamme jatkuvaan parantamiseen ja yhdessä oppimiseen. Rohkaisemme verkostoitumaan ja vaihtamaan maisemaa myös arjessa: tiimikokouksen voi pitää vaikka puistossa! Meillä on myös kattava oma koulutustarjonta ja sen lisäksi tuemme omaehtoista koulutusta vapaapäivillä ja koulutusapurahalla. Kielitaidon kehittämiseenkin kannustetaan, Tuulikki sanoo.



Variskan yhtenäiskoulu aloitti toimintansa elokuussa 2022, kun Variskan koulun yhteyteen valmistui uudisosa alakoululaisille.

Vaasa panostaa koulu- ja päiväkotirakentamiseen

Vaasaan nousee lähivuosien aikana useita uusia kouluja ja päiväkoteja. Länsiniityn uusi päiväkoti on juuri avattu, ja uudet päiväkodit saadaan myös Merikaartoon ja Teeriniemelle. Keskustaan muodostuu yhtenäiskoulu ja Vamialle rakentuu moderni auto- ja rakennushalli.

Sundomin alakoulu 2023

Sundomin alakoulu tarvitsee lisätiloja, joten koulun yhteyteen rakennetaan vähintään neljä isoa luokkahuonetta käsittävä lisärakennus. Koulun lisärakentaminen alkoi loppuvuodesta 2022. Rakennus otetaan käyttöön tänä syksynä.

Vamian ATM-halli 2023

Ammatillista koulutusta Vaasassa tarjoavan Vamian Sepänkyläntiellä sijaitsevalle Sampo-kampukselle rakennetaan uusi halli. Uudet tilat tulevat talonrakennuksen, maanrakennuksen, autoalan sekä uuden logistiikka-alan koulutusten käyttöön. Tavoitteena on, että uusi halli olisi käyttöönottovalmiina marraskuussa 2023.

Keskustan yhtenäiskoulu 2026

Vaasan keskustaan muodostuu vuoteen 2026 mennessä uusi koulukokonaisuus suomenkielisen perusopetuksen 1-9 luokille.

Uuden yhtenäiskoulun muodostavat rakennukset osoitteissa Kauppapuistikko 22

ja Raastuvankatu 33, joista Kauppapuistikko 22 peruskorjataan. Nykyinen Raastuvankatu 33:ssa sijaitseva rakennus puretaan ja korvataan uudisrakennuksella. Tässä kokonaisuudessa opiskelevat vuosiluokkien 6-9 oppilaat yleisopetuksessa, ruotsinkielisessä kielikyöpyopetuksessa sekä englanninkielisessä opetuksessa.

Osana yhtenäiskoulua toimii myös Keskuskoulu, jossa opiskelevat yhtenäiskoulun käynnistyttyä vuosiluokkien 1-5 oppilaat. Merenkurkun koulun nykyinen rakennus jää pois koulukäytöstä.

Viisi uutta päiväkotia

Länsiniityssä otettiin tammikuussa käyttöön uusi päiväkoti. Kaksikielisessä palvelusetelipäiväkodissa on yhteensä viisi lapsiryhmää.

Teeriniemen uuden päiväkodin rakennustyöt alkoivat viime syksynä ja se otetaan käyttöön alkuvuodesta 2024. Suomenkieliseen päiväkotiin tulee yhteensä kahdeksan lapsiryhmää. Päiväkoti rakentuu nykyisen päiväkodin viereiselle tontille Teeriniemenkadun ja Joutsenenkadun risteykseen.

Merikaartoon saadaan myös uusi päiväkoti. Nyt on meneillään hankesuunnitteluvaihe, jossa esitetään uuden päiväkodin rakentamista koulun viereen. Tavoitteena on, että päiväkoti voitaisiin ottaa käyttöön vuonna 2025.

Palosaarelle perustetaan uusi kaksikielinen, seitsemän ryhmän päiväkoti entisen Palosaaren koulun tiloihin. Suunnittelutyöt aloitetaan tänä vuonna ja rakentaminen tapahtuu vuosina 2024-2025. Rakennus on tavoitteena saada päiväkotikäyttöön vuonna 2026.

Keskustan kasarmialueella miehistökasarit 13 ja 14 muutetaan päiväkotitiloiksi. Kasarmialueen päiväkotien hankesuunnittelu alkoi loppuvuodesta 2022 ja rakentaminen ajoittuu vuosille 2024-2025.

Variskan yhtenäiskoulu sai uudet upeat tilat

✎ Susanna Saari

VARISKAN YHTENÄISKOULU ALOITTI toimintansa elokuussa 2022, kun Variskan koulun yhteyteen valmistui uudisosa alaluokkalaisille. Ala- ja yläluokat toimivat nyt samassa rakennuksessa.

Oppilaita uudessa yhtenäiskoulussa on yhteensä 572. Kesällä 2022 valmistunut uudisrakennus liittyy nivelosalla saumattomasti vanhempaan, vuonna 1990 valmistuneeseen koulurakennukseen.

Alaluokat sijaitsevat uudessa siivessä ja yläluokat vanhemmassa osassa. Henkilökunnan ja oppilashuollon tilat sijaitsevat nivelosassa. Yksi 7.-9. luokkien opetustila on uudella puolella, ja myös uusi liikuntasali on tarvittaessa yläluokkien käytössä. Ruokalassa ovat sulassa sovussa isot ja pienet.

Piha-alueet on eritelty niin, että alaluokille on oma sisään- ja uloskäyntinsä sekä pihansa uudisrakennuksen puolella.

Alaluokkien uusissa tiloissa on paljon monimuotoisia oppimisympäristöjä. Jokaisessa luokassa on myös älytaulut.

Uusi liikuntasali on myös iltaikäytössä, joten Variskalla on nyt esimerkiksi urheiluseurojen varattavissa kaksi liikuntasalia.



Variskan koulun uuden osan monitoimiportaikko voi toimia esimerkiksi katsomona tai pienryhmien opiskelutilana.



Variskan vanhempi koulurakennus näkyy uuden osan ikkunoista. Rakennukset liittyvät nivelosalla saumattomasti toisiinsa.