



# JOUTSA

JOUTSAN KUNNAN TIEDOTUSLEHTI

2/2020

**Ehdota kunnan  
oravamaskotille  
nimi**

**Henkilökuvassa  
ympäristötarkastaja  
Marika Masalin-Weiijo**

**Liikuntaneuvoja  
liikuttaa  
joutsalaisia**

**Uudesta sote-keskuksesta  
löytyy kunnan ja seututerveys-  
keskuksen palveluita**



## Joutsan sote- ja Perhekeskus Tammi rakentaa todeksi elämänmittaisen kumppanuuden

■ Joutsan uusi sote-keskus avattiin syksyllä 2020. Sote- ja Perhekeskus on merkkipaalu pitkäjänteiselle työlle, jota Joutsan kunnassa on tehty.

Keskuksen rakentaminen on ollut tärkeä ja myös aikaansa edellä oleva teko. Sote-keskuksesta päätettäessä on nähty tulevaisuus ja varauduttu ennalta sote-uudistukseen. Tarpeet

ja muutokset sote-kentällä ovat tulevaisuudessa isoja. Joutsan uusi sote-keskus vastaa jo nyt niihin tarpeisiin, joita sote-uudistus kunnilta tulee edellyttämään.

Sanna Marinin hallituksen sote-uudistuksessa tavoitteena on vahvistaa perustason palveluja sekä siirtää painopistettä ehkäisevään työhön. Tämän tavoitteen toteutumiseksi Sosiaali- ja terveysministeriö on käynnistänyt ohjelman "Tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskus", jonka tavoitteena on, että asiakas saa kaikki tarvitsemansa sote-palvelut yhdestä

paikasta. Joutsan sote-keskus on meidän vastauksemme ohjelman tavoitteeseen. Uuden sote-keskuksen myötä Joutsan kunta turvaa sosiaali- ja terveyspalvelut ja takaa palvelujen saatavuuden ja riittävyyden. Me toimimme hyvänä esimerkkinä muille kunnille tulevaisuuden rakentamisesta.

Joutsan sote-keskus elää pitkälle tulevaisuuteen tarjoten henkilöstölle kunnolliset puitteet työn tekemiselle. Uudessa sotekeskuksessa pystymme entistä paremmin sovittamaan yhteen sosiaalihuollon, sivistystoimen ja terveydenhuollon

palvelut. Tämä antaa edellytykset toimivaan ja tiiviiseen yhteistyöhön sekä luo sote-alan työpaikoistamme haluttuja myös tulevaisuudessa. Eri ammattiryhmien tiivis yhteistyö on laadukkaan ja asiakaslähtöisen palvelun edellytys. Asiakaille uusi sotekeskus tarjoaa hyvinvointipalvelut yhdestä ja samasta paikasta, läheltä ja helposti. Ihmisen ei tarvitse itse kulkea paikasta toiseen selvittämässä ja kyselemässä asioita, kun palvelut on keskitetty yhteen paikkaan.

Sote-keskuksen ja Perhekeskus Tammen toiminnot raken-

tavat todeksi Joutsan perusturvan visiota elämänmittaisesta kumppanuudesta. Perusturvan palvelut ovat läsnä asiakkaan kaikissa elämänvaiheissa pitämässä huolta hyvinvoinnista ja terveydestä.

Joutsassa 24.11.2020

ANNA-MAIJA KÄÄRIÄINEN,  
PERUSTURVAJOHTAJA  
KUVA: KUVAMIEHET JA  
LIISA ALFTHAN

**Asiakas  
saa kaikki  
tarvitsemansa  
sote-palvelut  
yhdestä  
paikasta**

## PÄÄKIRJOITUS



**KORONA-PANDEMIAN KURITTAESSA MAATAMME JA KOKO MAAILMAA, ON OLLUT ILAHDUTTAVAA,** että Joutsassa ei ole ollut tiedossa olevia korona-tartuntoja, korona-kuolemista puhumattakaan. Yrityksemme kokivat keväällä hetkellisen notkahduksen, mutta olen havainnut, että useimmat joutsalaisyrityksistä ovat selvinneet hyvin keväällä pelästyttäneestä tilanteesta. Valtakunnallisesti on uutisoitu, että yritysten konkurssien määrä on pienimmillään tällä vuositu-

hannella, vaikka korona-pandemia säikäytti monia yrityksiä. Joutsalaisyritykset olivat aktiivisia koronatuukien hakijoita ja päihitimme myönnetyissä tuissa monia meitä suurempia kuntia ja kaupunkeja. Koronatuukien avulla moni yritys selvisi asiakaskadosta ja muutoksista asiakkaiden toimintatavoissa. Joutsassa verotulot ovat tänä vuonna jopa kasvaneet, mikä kertoo iloista uutista siitä, että yritykset ja kotitaloudet ovat pärjänneet hyvin koronasta huolimatta. Oikeastaan vuosi 2020 on ollut hyvä, kasvattava ja monella tavalla vahvistava vuosi. Vanha sanonta pätee: Se mikä ei tapa, se vahvistaa.

Keväällä jouduimme sulkemaan monia toimintoja, mutta syksyllä toiminta on jatkunut normaalisti. Pandemia ei ole suinkaan ohi, minkä vuoksi turvavälien noudattaminen ja kasvomaskien käyttäminen on tärkeää. Joutsalaiset ovat kiitettävästi huolehtineet läheisistään ja kunnan tarjoama turvaverkko on täydentänyt omaisten ja ystävien huolenpitoa. Kuntastrategiamme mukainen jokaisesta huolehtiminen on toteutunut hyvin. Tätä kirjoittaessani olemme saaneet hyviä uutisia rokotteiden kehitystyössä, mikä lisää toiveikkuutta pandemian voittamisesta. Rajoitusten vähentäessä toivon, että kuntalaiset käyttäisivät joutsalaisyritysten palveluja entiseen malliin ja pystyisimme järjestämään jo talven aikana erilaisia yhteisiä tapahtumia. Hiihtoladuilla ja luonnossa on ainakin turvallista liikkua.

Tänä vuonna olemme saaneet iloita vilkastuneesta kiinteistökaupankäynnistä Joutsassa. Laskujeni mukaan Joutsassa on tehty tämän vuoden aikana lähes 200 erilaista kiinteistökauppaa, pääosin vapaa-ajan asumiseen ja maa- ja metsätiloihin liittyen. Asumisen monipaikkaisuus on tullut varteenotettavaksi mahdollisuudeksi, vaikka pysyvien asukkaiden määrä on Joutsassa ollut laskeva. Kaupungistumisen jatkuessa rinnalle on tullut vastakaupungistuminen: maaseudulle muutto pysyvästi tai monipaikkaisesti. Maaseudun sijaintihaitta pienenee ja hyvinvointietu vahvistuu. Ennakoidaan, että maaseutu ei tyhjene, vaan se muuttuu. Paluuta 1950 - 1960 -lukujen Suomeen ei kuitenkaan tapahdu. Kuntia elävöittävä monipaikkaisuus edellyttää voimistuvaa kaupungistumista, minkä vuoksi maaseutu ja kaupunki eivät ole tämän trendin vastapuolia. Kausiasukkaat tekevät kunnista elinvoimaisia, niin myös Joutsassa.

Joutsassa olemme saaneet iloita uudesta sote-keskuksesta. Marraskuun alussa käyttöönotettu sote-keskus on otettu myönteisellä uteliaisuudella vastaan. Vastaanottoiloja on ihasteltu ja henkilökunta viihtyy uudelta tuoksuvissa työhuoneissa. Perhekeskukseen on muodostumassa jo koko maan mittakaavassa uudenlaisia toimintatapoja ja tiivistä yhteistyötä perheiden hyväksi. Joutsa on monessa asiassa edelläkävijä palvelujen kehittämisessä.

Joulu on tärkeä perhejuhla. Toivon, että kenenkään ei tarvitsisi viettää joulua yksin. Valtakunnallisesti on annettu suositukset, että joulujuhlaa vietetään niiden perheenjäsenten kanssa, kenen kanssa muutenkin ollaan läheisissä tekemisissä. Muistetaan kuitenkin vaikapa puhelinsoitolla tai muulla tervehdyksellä myös muita sukulaisia ja tuttavuuksia. Omaan jouluuni pääsen hiljentymään vasta kun ensi vuoden talousarvio on hyväksytty ja suunnitelmat ensi vuodelle ovat valmiit. Itselläni on nykyisen mittapuun mukaan suurperhe ja joulua vietän yhdessä perheeni kanssa syöden hyvin, leväten ja lasten jouluriemuun osallistuen.

Hyvää joulua ja onnea vuodelle 2021!

Harri Nissinen  
kunnanjohtaja

## PÄÄTTÄJÄN KYNÄSTÄ

## Hyvinvoiva kuntamme!

■ Kuntalaisen hyvinvointi on kuntien tärkein tavoite, joka on kirjattu kuntalain 1 §:ään. Tämän tavoitteen eteen on Joutsassakin totuttu tekemään hartiavoimin töitä, sillä jokaisen joutsalaisen hyvinvointi pitää olla kaiken tekemisen keskiössä.

Kuntalaisten hyvinvointi on merkittävä tavalla kytköksissä kunnan elinvoimaan. Hyvinvoivat kuntalaiset ovat myös elinvoimaisen kunnan edellytys, siksi Joutsan visio onkin olla hyvinvoiva ja uudistuva maaseutukunta.

Hyvinvoinnin eteen myös jokainen kuntalainen voi tehdä osuutensa huolehtimalla omasta ja lähiyhteisönsä hyvinvoinnista ja terveydestä. Näinä aikoina jolloin koronavirus tekee jatkuvaa haittaa ja muuttaa totuttua tekemistä, tämä asia nousee merkittäväksi. Meistä jokainen voi huolehtia että ei aiheuta koronatilanteen pahentumista joka poikkeuksetta heikentää meidän jokaisen hyvinvointia.

Hyvinvointiin kuuluu paljon erilaisia asioita ja tunteita. Joillekin hyvinvointia lisää turvallisuuden tunne, toiselle yhteisöllinen välittäminen on tärkeää. Monesti myös kuntalaisen vaikuttamismahdollisuudet koetaan erittäin tärkeäksi hyvinvointia lisääväksi tekijäksi. Me kuntapäätäjät yhdessä viranhaltijoiden kanssa haluamme rakentaa kuntaamme niin, että voimme tarjota mahdollisuuksia aktiiviseen ja hyvinvoivaan elämään turvallisuudessa ja viihtyisässä elinympäristössä. Joutsassa valtavan suuren työn hyvinvoinnin edistämiseksi tekevät myös järjestöt, yritykset, vapaaehtoiset ja seurakunta.



Tänä syksynä me joutsalaiset olemme päässeet konkreettisesti näkemään uuden Sote-keskuksemme valmiina. Tällä merkittävällä investoinnilla pyrimme turvaamaan joutsalaisten hyvinvointia ja terveyttä edistävät lähipalvelut. Uskon, että tämä investointi palvelee tässä tarkoituksessa erittäin hyvin, ja tuo turvaa sekä uskoa tulevaisuuteen.

Vuosi 2020 alkaa hiljalleen olemaan paketissa, ja alamme valmistautumaan joulun odotukseen. Toivotan kaikille oikein hyvää joulua ja parempaa vuotta 2021! Muistakaa että joulussa tärkeintä ei ole kulutus, vaan yhdessäolo.

JUSSI LEHTONEN, MAANVILJELIJÄ  
VALTUUSTON 1. VARAPUHEENJOHTAJA



## JOUTSAN KUNNAN TIEDOTUSLEHTI

Näköislehti kunnan nettisivuilla:  
<https://www.joutsa.fi/kunta-ja-hallinto/kunnan-tiedotuslehdet/>  
Painettua lehteä on saatavissa Joutsan kunnan virastotalolla, asiointipisteellä, kirjastossa ja perhekeskus Tammessa sekä Joutsan kauppakeskuksissa.

**Lehden toimituskunta:**  
Päätoimittaja Harri Nissinen, Leena Hietala, Antti-Pekka Hokkanen,  
Petri Käitamäki, Liisa Alfthan

Toimituskunnan osoite:  
Joutsan kunta, PL 20 (Länsitie 5), 19651 Joutsa

Toimituksella on oikeus muokata saapunutta aineistoa.

Painos 4 000 kappaletta

**Ulkoasu ja taitto:** Selldone



# JOUTSAN KUNNAN TIEDOTUSLEHTI

## Henkilökuvassa ympäristötarkastaja Marika Masalin-Weiijo

■ Vaajakoskelta kotoisin oleva Marika Masalin-Weiijo on toiminut ympäristötarkastajana Joutsan kunnassa syksystä 2014 alkaen. Marika ehti toimia noin puoli vuotta määräaikaisessa virkasuhteessa, kunnes hänet nimitettiin vakituiseen ympäristötarkastajan virkaan Luhankaan tammikuussa 2015. Marikan työnantaja on siis Luhangan kunta.

– Joutsan kunta ostaa ympäristötarkastajan työt Luhangan kunnalta. Tällä hetkellä työskentelen Joutsan kunnalle kolmena päivänä viikossa. Pääasiassa olen Joutsan virastotalolla aina loppuviikkoisin, mutta nyt koronan myötä myös minulla on lisääntynyt etätö, kertoo Marika.

Marika asuu perheensä kanssa Luhangassa puolisonsa kotitalalla. Neljästä lapsesta kaksi nuorinta asuu edelleen kotona. Kaksi vanhinta lasta opiskelee jo muualla, mutta etenkin loma-aikoina kaikki lapset ovat yleensä kotona Luhangan maalaismaisemissa. Puolison ja lasten lisäksi kotona huomiota hakevat reilu vuoden ikäinen beagle Manu sekä Harmi-kissa.

Kuopion yliopistosta filosofian maisteriksi valmistunut Marika muutti Luhankaan vuonna 2008. Opinnosta valmistumisen jälkeen hän ehti asua pienen hetken Jyväskylässäkin. Ympäristötieteiden opiskelu oli Marikalle melko selvä asia jo varhaisessa vaiheessa.

– Olen pienestä pitäen ollut kiinnostunut mm. ilmastonmuutoksesta ja kierrätyksestä. Lapsuudesta yhtenä mieleenpainuvimpana muistona ovat retket kaatopaikalle isän kanssa, Marika muistelee.

Opintojen päätyttyä Marika teki projektiluontoisesti työtä Luhangan ja Joutsan kunnalle, mm. pohjavesialueiden suojelusuunnitelmat sekä vesihuollon kehittämissuunnitelmat. Marika ehti työskennellä myös Jyväskylän kaupungilla pohjavesialueiden suojelusuunnitelmien parissa ennen virkasuhdettaan Luhangan kunnalle.

Marika pitää haasteellisesta ja vaihtelevasta työstään. Hän viihtyy hyvin ihmisten kanssa ja asiakkaiden kanssa toimiminen on Marikasta yksi paras



**Lapsuudesta yhtenä mieleenpainuvimpana muistona ovat retket kaatopaikalle**

asia työssään. Vaihtelevuutta toimistotyöhön tuovat mm. maastokäynnit.

– Tykkään lukea työhöni liittyvistä asioista ja toimistotyöt sujuvat, mutta välillä on kiva päästä ulkoilmaan ns. ihmisten ilmoille, hän toteaa.

Marika on erittäin tyytyväinen Joutsan kierrätysmahdollisuuksiin. Muovinkierrätyksen saaminen Joutsaan oli hyvä lisä jo aiempiin hyötyjätöpisteisiin. Kunnan ylläpitämät hyötyjätöpisteet Rutalahdessa, Havumäessä, Mieskonmässä, Pappisissa ja Marjotaipaleessa on myös upea juttu.

– Harva kunta enää ylläpitää omia hyötyjätöpisteitä vaan suurin osa on Ringin pitämiä ja keskittyneet vain keskusta-alueille. Hienoa, kun Joutsassa myös reuna-alueilla on mahdollista kierrättää sujuvasti, Marika iloitsee.

Haasteellisemmaksi asiakas työssään Marika mainitsee

virkakollegan puuttumisen. Koska hän on ainoa ympäristötarkastaja niin Luhangassa kuin Joutsassakin, joutuu joidenkin asioiden kanssa painiskelemaan itseksensä eikä asioita voi pohtia ja jakaa porukalla. Marika kuitenkin toteaa, että nykyiset työkaverit ovat todella mukavia ja hän tekee yhteistyötä monen työntekijän kanssa vaikka työtehtävät poikkeavatkin toisistaan. Haasteita tuo myös rajallinen aika, kaikkeen mahdolliseen ei ole aikaa vaikka haluja olisikin ja työtehtäviä on priorisoitava.

Luhanka-Joutsan väli on Marikalle tuttu pätkä paitsi työn myös vapaa-ajan vuoksi. Marikan mielestä Joutsassa parasta onkin sen sijainti.

– Joutsaan on sopiva etäisyys kotoa. Nelostien läheisyys ja upeat vesistöt tekevät Joutsasta mielestäni hienon paikan. Lisäksi Joutsan upeat liikuntamahdollisuudet ovat kunnan ehdoton valtti, Marika toteaa.

Marikan arki koostuu ns. normaalia lapsiperheen arjesta. Iltaisin kuskataan lapsia Joutsaan harrastusten pariin ja kotona Marika lenkkeilee luonnon keskellä koiran kanssa.

Lisäksi Marika on mukana Luhangan MLL:n toiminnassa, joten järjestötyö on hänelle myös tuttua. Mutta miksi iloinen ja energinen Marika asuu pienessä maaseutukunnassa eikä kaupungissa?

– Se on monen tekijän summa, mutta en vaihtaisi sitä. Maalla vaan on mukavampaa! On tilaa niin sisällä kuin ulkonakin, hän naurahtaa. Etenkin korona-ajan myötä Marika on huomannut, että niin sosiaalinen elämä, työt kuin harrastaminen onnistuu

erittäin hyvin maaseudulla kotona. Etäyhteyksillä pystyy joustavasti tekemään töitä kotoa käsin, mutta myös osallistumaan esim. jumppiin, kansalaisopiston kursseihin tai pitämään yhteyksiä ystäviin. Juuri nyt Marika on tyytyväinen elämäänsä ja toive tulevaisuuden suhteen onkin yksinkertainen:

– Pysytään terveinä, elämä on hyvää just nyt! Marika toteaa.

TEKSTI: LIISA ALFTHAN

KUVA: HANNA-KAISA HÄMÄLÄINEN

### Ympäristötarkastajan työ Joutsan kunnassa:

- Ympäristövalvonnan viranhaltija toimii teknisen lautakunnan alaisena ja hoitaa kunnan ympäristönsuojeluviranomaiselle kuuluvia lupa- ja valvontatehtäviä
- Joutsan kunnan ympäristönsuojeluviranomaisen tehtäväkenttä perustuu laajaan lainsäädäntöön kuten ympäristönsuojelulakiin, jätelakiin, vesilakiin, maa-aineslakiin sekä maasto- ja vesiliikennelakiin
- Lisätietoa löytyy mm. kunnan nettisivuilta <https://www.joutsan.fi/asuminen-ja-ymparisto/joutsan-kunnan-ymparistovalvonta/>

# Tervehdys seututerveyskeskuksesta

■ Seututerveyskeskudessa tehdään jatkuvaa kehitystyötä toimivalta aktiivisena osana tulevaisuuden sote-hanketta.

Kaikkea toimintaamme ja sen kehitystä ohjaa asiakkaan hoidon ja palvelun tarve sekä asiakkaan parhaaksi toimiminen. Siksi kehityksen kärkenä ovat asiakkaan hoitopolun sujuvoittaminen sekä saumaton yhteistyö eri ammattiryhmien ja organisaatioiden välillä. Näitä tavoitteita pyritään toteuttamaan myös Joutsassa.

## Sairaanhoidossa asiakas on entistä enemmän keskiössä

Joutsan terveysaseman vastaanotto, kuvantaminen ja laboratorion näytteenotto sekä fysioterapianpalvelut toimivat osana uutta sote-keskusta. Uudet tilat mahdollistavat sujuvan moniammatillisen yhteistyön niin vastaanotolla kuin perhekeskuksessakin sote-ammattilaisten ollessa nyt saman katon alla. Asiakkaan asiat on helpompi hoitaa kerralla kuntoon yhdessä paikassa.

Joutsassa kokoontuu joka toinen viikko Seututerveyskeskuksen ja kunnan sosiaalipalvelujen yhteinen sote-tiimi, jossa käsitellään ja suunnitellaan paljon palveluja käyttävien asiakkaiden hoitoon liittyviä asioita. Tiimiin kuuluu ammatillaisia, joiden asiantuntemus

on asiakkaan hoidon kannalta keskeistä. Asiakas on aina myös itse mukana omien asioidensa käsittelyssä. Lisäksi lääkäri ja palveluohjaaja ovat pääsääntöisesti osa tiimiä.

Tulevan kevään aikana valmistuu yhteinen toimintamalli Jouseen remontoitavaan sairaanhoitoa, kuntoutusta ja kotiin vietäviä palveluja tuottavaan yksikköön (SaKuKo). Toimintamallia suunnitellaan yhteistyössä Seututerveyskeskuksen ja kunnan hoivapalvelujen kanssa. Lisäksi suunnitteluryhmässä ovat mukana geriatri ja kolmas sektori. SaKuKo hybridi-yksikkö vastaa alueen perusterveydenhuollon sairaalahoitoa ja -kuntoutusta tarvitsevien potilaiden hoidosta. Lisäksi SaKuKo tuottaa kotiin vietäviä sairaanhoidollisia palveluja niille, joiden tilanne ei vaadi ympärivuorokautista hoitoa ja valvontaa, ja joilla kotiympäristö sen mahdollistaa. Kotiin vietävissä palveluissa huomioidaan aina myös potilaan oma toive sekä hänen omaisensa.

## Terveysneuvonnassa keskitytään hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen

Sote-keskuksessa toimii myös uusi perhekeskus Tammi. Tammi on perheiden monitoimijainen matalan kynnyksen kokoon-tumispaikka, mistä löytyvät mm. äitiys-, perhesuunnittelu- ja lastenneuvolapalvelut, sosiaalipalvelut sekä terapiapalveluita, kuten toimintaterapia, psykologi

sekä asten ja nuorten psykiatrien sairaanhoitaja.

Perhekeskuskoordinaattori koordinoi toimintaa osana moniammatillista tiimiä. Tarkoituksena on, että erilaiset yhteistyökokoukset sekä kolmannen ja neljännen sektorin toiminta lähtevät sujuvasti käyntiin uusissa tiloissa. Perhekeskuksesta löytyvä monitoimitila on tarkoitus saada mahdollisimman tehokkaaseen käyttöön ja mm. järjestöiltä onkin jo kyselyt, millaisia toiveita ja toimintatavoitteita heiltä löytyisi monitoimitilan käytön suhteen.

Kunnan pysyväksi toiminnaksi vakiintunut liikuntaneuvonta toimii tiiviissä yhteistyössä Seututerveyskeskuksen kanssa.

## Suun terveydenhuollossa hampaiden harjaus on tärkeintä ennaltaehkäisyä

Säännöllinen ateriarvot ja hampaiden huolellinen mekaaninen puhdistus on parasta mahdollista omasta terveydestä huolehtimista. Mekaaniseen puhdistamiseen kuuluu huolellisen kaksi kertaa päivässä tehtävän harjauksen lisäksi hammasvälien päivittäinen puhdistaminen. Kun suun omahoito toimii ja ruokailurytmit ovat kunnossa, suu pysyy kunnossa ja tarvitset suun terveydenhuollon vastaanotokäyntejä harvemmin. Sinä itse voit vaikuttaa suun terveyteesi. Keinot ovat helppoja!

Suun terveydenhuolto tekee monipuolisesti yhteistyö-



tä Joutsan kunnan kanssa terveydenedistämiseen liittyvissä asioissa. Hammashoitolasta on nimetty suuhygienisti, jonka tehtäviin kuuluu suunnitella, toteuttaa ja edistää kuntalaisten suun terveyttä monin eri tavoin. Suun hyvä terveys kuuluu kaikille.

Kaikilla suun terveydenhuollon vastaanotokäynneillä rekisteröidään hampaiden pinoilla olevan plakin eli biofilmin määrä numeerisesti. Tällä mittaustavalla seuraamme suun omahoidon tasoa ja toimivuutta. Mitä isompi numeroarvo on, sitä useamman hampaan pinnalta löytyy harjaamatonta plakkia. Jos vastaanotolla huomataan, että omahoito ei ole kunnossa, potilas ohjataan suuhygienistin tai hammashoitajan vastaanotolle omahoidon tason parantamiseksi. Vasta kun suun omahoito saadaan toimivaksi, potilas ohjataan eteenpäin hammaslääkärin vastaanotolle. Korjaavan hoidon toimenpiteet, esimerkiksi hampaiden

paikkaukset, onnistuvat vain puhtaaseen suuhun. Seututerveyskeskuksessa plakin määrää ilmaiseksi arvoa seurataan kuntakohtaisesti, pidetään Joutsan alueen tavoitteena nolaa, eli ei plakkia hampaiden pinoilla!

## Kiitämme hyvää yhteistyötä

Seututerveyskeskuksen ja Joutsan kunnan välillä yhteistyö on tiivistä, joustavaa ja moniammatillista. Kunnan kanssa tehdään aktiivista palvelurakennetyötä palveluverkon ja -polkujen trimmaamiseksi mahdollisimman asiakaslähtöiseksi. Tätä työtä tulemmme jatkamaan yhdessä myös tulevaisuudessa!

Koko Seututerveyskeskuksen väki toivottaa kuntalaisille hyvää ja rauhallista joulun aikaa ja kaikkea hyvää vuodelle 2021.

*Yhteistyöterveisin,  
Toimitusjohtaja  
Eva Pihlmaa-Tuononen*

KUVA: KUVAMIEHET

## Joutsan kunnan orava-maskotti

# Jopa oravan mielestä Joutsassa kaikki arvokas on lähellä

■ Orava on tänä syksynä lähtenyt rohkeasti liikkeelle kotipesästään ja hänet on bongattu fyysisesti useassa joutsalaisessa paikassa, kuten tämän lehden sivuilta voi huomata.

Joutsan kunnan markkinoinnissa, mm. kunnan nettisivuilla, tienvarsitauluissa ja mainoslehtisissä on jo pidemmän aikaa seikkaillut salaperäinen, piirretty orava. Orava on tarkkaillut jo vuosia Joutsaa sekä joutsalaisien, vapaa-ajan asukkaiden ja matkailijoiden elämää. Ja nyt graafinen orava on kehittynyt maskotti-oravaksi!

Orava on mm. tutustunut uuden sote-keskuksen perhekeskus Tammeen, josta löytyy videokin kunnan youtube ka-

navalta (Joutsan kunta -> Orava tutustuu sote keskukseseen). Eskareille ja yhtenäiskoulun nuorimmille oppilaille sekä Kurkiauran oppilaille orava kävi jakamassa heijastimet lisäämään turvallisuutta pimeisiin päiviin. Lisäksi orava on mm. hikoillut kuntoportaisissa, nauttinut kirjaston monipuolisesta lukutarjonnasta, tutustunut TyöVarikkoon ja bändikämpään, käynyt Leivonmäen uimahallissa sekä tietenkin retkeilyt Leivonmäen kansallispuistossa.

Oravakin on huomannut, että Joutsa on hyvä paikka asua ja harrastaa – täällä kaikki arvokas on lähellä! Orava on pannut merkille Joutsan monipuoliset palvelut, tasokkaat kaupat ja erikoisliikkeet sekä hyvät ruokailupaikat. Oravan kokemuksen mukaan

**Ehdota kunnan orava-maskotille nimi!**

Kunnan nettisivuille on avattu kysely, jossa voi ehdottaa nimeä oravalle.

Nimeä ehdottaneiden (ja yhteystiedot jättäneiden) kesken arvotaan Joutsan kunnan tuotepaketti.

Aikaa nimenehdottamiselle on vuoden loppuun (31.12.2020) saakka.

Oravan nimi paljastetaan alkuvuodesta mm. kunnan nettisivuilla ja kunnan somessa (facebook <https://www.facebook.com/joutsankunta> ja instagram [joutsan\\_kunta](https://www.instagram.com/joutsan_kunta)).

Joutsassa viihtyvät myös yrittäjät, mm. teolliset tuottajat, tekoälyn kehittäjät, luovien alojen tekijät ja maatalousyrittäjät.

Rohkaistunut orava osallistuu jatkossa aktiivisesti Joutsan kunnan toimintaan, mm. erilaisiin tapahtumiin.

TEKSTI JA KUVA: LIISA ALFTHAN

## Perhekeskus Tammen palvelut sotekeskuksessa

Joutsan kunnan virastotalolla koettiin suuri muutos lokakuun lopulla, kun osa työntekijöistä pakkasi tietokoneensa ja laukkunsa ja muutti uuteen sote keskukseseen.

Sosiaaliosaston ja varhaiskasvatuksen muutto oli toisaalta haikea hetki virastotalolla, mutta samalla iloittiin työntekijöiden pääsystä uusiin tiloihin. Ennen kaikkea iloa tuotti se, että jatkossa perheiden palvelut löytyvät helposti saman katon alta, perhekeskus Tammesta osoitteesta Myllytie 12. Samalla avautuu mahdollisuus keskittää virastotalon palvelut saman katon alle. Kevään 2021 aikana onkin tarkoitus, että loput Länsitie 7:ssä olevat työntekijät muuttavat Länsitie 5 -osoitteeseen, joka helpottaa asiointia kunnan virastotalolla.

Perhekeskus Tammessa työskentelevät saman käytävän varrella sulassa sovussa ja yhteistyössä Joutsan kunnan sosiaalitoimen, hyvinvointi- ja sivistystoimen ja Keski-Suomen seututerveyskeskuksen työntekijöitä. Sosiaalitoimen osalta



Perhekeskus Tammen monitoimitilassa on tilaa monenlaisen pientymätoimintaan

Haluatko nähdä miltä perhekeskus Tammessa näyttää? Käy tsekkaamassa kunnan oravan vierailu muuttohetkillä Joutsan kunnan YuoTubesta "Orava tutustuu sotekeskukseseen".

### Joutsan kunnan hyvinvointi ja sivistystoimi Tammessa:

Varhaiskasvatuksen esimies Annikki Lehto ja kanslisti Maarit Kämppilä sekä tarvittaessa etsivä nuorisotyöntekijä Janne Pajunen.

Varhaiskasvatuksen toimistolla käsitellään varhaiskasvatuksen käytäntöön ja hallintoon liittyviä asioita, tehdään varhaiskasvatusta koskevat esitykset hyvinvointi- ja sivistyslautakunnalle, vastaanotetaan varhaiskasvatushakemukset, tehdään lapsen varhaiskasvatuksen paikka- ja maksupäätökset sekä hoidetaan henkilöstöhallintoon ja hankintoihin liittyvät asiat.

Varhaiskasvatukseen liittyvistä asioista voit ottaa yhteyttä puh. 040 821 7176 (Annikki) ja puh. 040 358 0006 (Maarit), etsivän nuorisotyöntekijän saa kiinni puhelimitse 040 772 0587.

Lisätietoa <https://www.joutsa.fi/varhaiskasvatus-ja-koulutus/varhaiskasvatus/> ja <https://www.joutsa.fi/vapaa-aika/etsivanuorisotyto/>

### Joutsan kunnan sosiaalitoimi Tammessa:

Johtava sosiaalityöntekijä Päivi Boualem, sosiaalityöntekijä Maarit Rantanen, palveluohjaaja Kati Heino, perhetyöntekijät Tiina Merima ja Rauno Simo sekä kanslisti Anna-Maija Maaninka.

Sosiaalitoimen tehtäviin kuuluvat sosiaaliohjaus ja neuvonta. Aikuis- ja perhesosiaalityö, taloudellinen tuki, lastensuojelu, vammaispalvelu sekä virka-aikainen sosiaalipäivystys.

Kiireellisissä päivystys luontoisissa asioissa sosiaalitoimisto palvelee ma-pe klo 8-16 numerossa 040 190 3295.

Muutoin työntekijät ovat tavoitettavissa soittoajalla ma-pe klo 11-12. Lisätietoa <https://www.joutsa.fi/terveys-ja-sosiaalipalvelut/>

perhekeskuksessa työskentelevät niin sosiaalityöntekijät, perhetyöntekijät kuin kanslistikin. Hyvinvointi- ja sivistystoimen varhaiskasvatuksen hallinto eli varhaiskasvatuksen esimies sekä kanslisti löytyvät aivan sosiaalityöntekijöiden vierestä. Myös etsivä nuorisotyöntekijä on tarvittaessa perhekeskuksessa tavattavissa. Odotusaulan toisella puolelta käytävältä löytyvät seututerveyskeskuksen perhepalveluita, mm. lasten- ja äitiysneuvolan terveydenhoitajat, perheneuvolan työntekijät sekä toiminta- ja puheterapeutit.

Perhekeskus Tammeen pääsee kaikkein helpoimmin neuvolan ovesta, joka on pääsisäänkäynnin vasemmalla puolella. Ovelle on liuska, jota pitkin on helppo tulla tarvittaessa esim. lastenvaunujen kanssa.

Ovesta sisään tullessa kannattaa jäädä odottamaan aulaan, josta haetaan varatulle ajalle. Kunnan palvelut löytyvät ovelta katsottuna odotustilan vasemmalla olevalta käytävältä ja seututerveyskeskuksen palvelut pääosin oikealle menevältä käytävältä. Niin kunnan kuin seututerveyskeskuksen palveluita käyttäessä kannattaa suosia ajanvarausta. Ilman ajanvarausta tulleiden tulee ilmoittautua kunnan asioissa sosiaalitoimen kanslistille. Seututerveyskeskuksen neuvonta löytyy pääaulasta, jonne pääsee perhekeskuksesta käänntymällä oikealle olevalle käytävälle.

Tammen tiloihin kuuluu myös kuntalaisten niin sanottu olohuone eli monitoimitila, jota sote-keskuksen työntekijät voivat käyttää asiakkaiden tapaamisissa, koulutuksissa,

neuvotteluissa sekä erilaisissa ryhmätapaamisissa. Monitoimitila tulee olemaan myös järjestötoimijoiden käytettävissä. Järjestöt voivat varata tilaa oman toimintansa käyttöön, esim. kokouksiin tai muihin pienimuotoisiin järjestötapahtumiin. Tilassa on käytettävissä mm. sohvaryhmä, tv-näyttö, pöytäryhmiä sekä pieni keittiötila, josta löytyy mm. jääkaappi, mikro ja kahvinkeitin. Tilan varaukseen liittyvistä asioista tiedotetaan alkuvuodesta 2021. Monitoimitilaan on oma sisäänkäyntinsä, jonka ovessa lukee Perhekeskus.

TEKSTI: PÄIVI BOUALEM, ANNIKKI LEHTO JA LIISA ALFTHAN  
KUVAT: KUVAMIEHET JA LIISA ALFTHAN

### Keski-Suomen seututerveyskeskus:

Terveydenhoitajat Satu Tarhanen ja Mervi Kuitunen, psykiatrinen sairaanhoitaja Anna Mustonen, psykologi Heidi Rautio, sekä toiminta- ja puheterapeutit ja perheneuvolan työntekijät.



Oletko jo nähnyt valaistun Tammien? Perhekeskus Tammien päädyssä on näyttävä Tammi-teos, joka etenkin ilta-pimeällä näyttää upealta vaihtuvassa taustavärisään.

# Kuntalaisia ei ole unohdettu haasteellisessa taloustilanteessa

■ Kuntien taloudesta puhuttaessa sana haasteellinen on paljon esillä ja haasteellisuus usein konkretisoituu talousarvion laadinnan yhteydessä, jolloin pohdimme miten takaamme kuntalaisten palvelut käytössämme olevilla varoilla.

Valtakunnallisesti kuntien talous on ollut viime vuodet koetuksella ja talouden osalta monia kiristyksiä ja säätöjä on jouduttu tekemään. Useat kunnat ovat turvautuneet veroprosenttien nostamiseen, palveluiden supistamiseen tai toiminnan sopeuttamiseen. Lisämausteen soppaan on tuonut koronapandemia.

Kuluvan vuoden aikana kuntien valtionosuuksia on rukkailtu valtion toimesta kerran, jos toisenkin ja seitsemäs lisätalousarvio on eduskunnan käsittelyssä joulun alla. Lähes jokainen lisätalousarvio on vaikuttanut kuntien talouteen. Kuntien tulopuolta on vahvistettu valtionosuuslisäyksillä ja seuraavassa lisätalousarviossa kunnille annettu lisäraha on otettu pois. Ylimääräisillä valtionosuuksilla taustalla on se,

että vuoden aikana ennakoitiin ansiotuloverotuksen romahtavan ja Joutsan osalta puhuttiin lähes miljoonan vaikutuksesta ansiotuloverojen kertymässä. Vuoden mittaan ennusteet ovat parantuneet merkittävästi ja veromäärä näyttäneen mukailevan edellisvuosien tasoa, mutta hartaasti odotettua kasvua ei tapahdu. Onneksi valtio tukee kuntia ylimääräisillä verasteilla, sekä valtionosuuksilla ensi vuonna.

Ensi vuoden valtionosuus- sekä verolaskelmat ovat eläneet pitkin vuotta ja tuloverojen kasvua ei näyttäisi tapahtuvan. Koronan vaikutuksen odotetaan kantautuvan vielä pitkälle ensi vuoteen. Jatkuva muutostila vaikeuttaa tulevaisuuden ennustamista, ja vaikka pysyisimme arvioimaan omien toimintamenojemme kehitystä tulevina vuosina, on tulojen ennakoiminen hyvin hankalaa ennusteiden vaihdellessa jopa viikoittain. Talousarvio näyttää ensi vuodelle noin 750 000 euroa alijäämäistä tulosta, mikä perustuu ennen vuoden vaihdetta käytettävissä oleviin tietoihimme.

Vaikka elämme haasteellisessa tilanteessa kuntatalouden suhteen, olemme pyrkineet edistämään kuntalaisten mahdollisuutta vaikuttaa kuntatalouteen. Syksyn aikana käynnistimme osallistavan budjetoinnin työn, missä ke-

## Kuntalaisten mahdollisuus vaikuttaa kuntatalouteen pyritään huomioimaan haasteellisessakin kuntataloustilanteessa

rääme kuntalaisten ideoita kehittää kuntaa. Hankkeen ehtona oli, että 20 000€ määrärahaa voi käyttää kuntalaisten hyvinvoinnin edistämiseen, joka on käytettävien testamenttivarojen ehtona.

Osallistavan budjetoinnin ideakilpailuun saatiin yhteensä 22 ehdotusta, joista osaa ei ole mahdollista toteuttaa tällä rahoitusmuodolla. Monissa sinänsä hyvissä ehdotuksissa kustannukset olisivat nousseet

yli budjetin, joka tänä ensimmäisenä vuonna oli 20 000€.

Teksti: ANTTI-PEKKA HOKKANEN  
KUVAT: LIISA ALFTHAN  
JA PIXABAY



## Osallistavan budjetoinnin työryhmä kävi huolella läpi kaikki jätetyt ehdotukset ja pohti niitä seuraavien kriteerien pohjalta:

- Laajoja käyttäjäryhmiä palveleva pysyvä/pitkäkestoista toimintaa tai rakenteita
- Ei yksittäisiä tapahtumia kuin harkintaan perustuen
- Esteettömyys
- Alueellisesti koko kuntaa koskevat suositeltavia
- Tulokset tai toimintamallit ovat laajasti hyödynnettävissä
- Toteuttajina voivat olla yksittäiset kuntalaiset, järjestöt, yhdistykset ja kunta tai kaikki nämä yhteistyössä
- Vain kunnan jäsenen ideat hyväksytään

Pohdiskelujen jälkeen työryhmä päätyi seuraaviin esityksiin, joista toivomme nyt kuntalaisilta mielipidettä. Työryhmä esittää äänestyksen jälkeen kunnanhallitukselle pakettia, joka parhaalla mahdollisella tavalla toteuttaa kuntalaisten toiveita, mahtuu 20 000 € budjettiin sekä täyttää asetetut kriteerit.

1. Viljelypalstat / viljelylaatikot
2. Myllypuisto rantaan asti jatkuvana
3. Hydrohex -vesijumppalaite Leivonmäen uimahalliin
4. Pieni ulkokuntosali/yksittäisiä laitteita Leivonmäelle
5. Lujukallion kierros, Joutsa

Äänestys- ja tarkemmat tiedot esityksistä löytyvät kunnan verkkosivuilta.



KUNTAVAALIT  
18.4.2021

## Yhteydenpitoa yrittäjien web-aamukahveilla

■ Vuosi 2020 toi kaikessa yllätyksellisyydessään mukanaan myös digiloikan moniin toimintoihin. Digiloikkaa on otettu myös Joutsassa mm. yhteydenpidossa yrittäjien kanssa.

Olen ollut nyt hieman yli kaksi vuotta nykyisessä pestissä ja aika usein on noussut esiin keskusteluissa mm. kysymys ”minkälaista se elinkeinohomma on ja mitäs siinä tehdään?”. Tähän herkästi tuumaan, että pienessä kunnassa homma on vähintäänkin monipuolista sukkuolintia eri teemojen ja tahojen keskellä sekä paikallisesti että Joutsan alueen ulkopuolelle suuntautuen, mutta yksi mielestäni erottamaton osa työtä on

yhteydenpito ja tiedottaminen. Tänä keväänä yllätyksellisen koronatilanteen seurauksena tuli esimerkiksi mittava paketti erilaisia ja myös jatkuvasti ohjeistukseltaan muuttuvia tukimuotoja yrityksille.

Välillä on kyse jopa informaatiotulvasta eri medioista ja yhteisöiltä, eikä kaikkea tietoa pysty kukaan aina poimimaan. Elinkeinotoimi voi kuitenkin toimia alueen yritysten kontaktipintana ja pyrkiä myös jalostamaan paikoin runsastakin informaatiota tiivistetymään muotoon. Sähköposti ei ole keksintönä uusi, mutta se on edelleen nopea ja toimiva tapa laajan joukon tavoittamiseen. Siksi elinkeinotoimissa on kerätty eri lähteistä Joutsan alueen yritysten sähköpostiosoitteita ja toivon myös lisää yhteystietoja saavaksi osoitteeseen petri.kaitamaki@joutsa.fi.



### Vapaa-ajan asukas

#### Oletko saanut sähköisen kirjeemme?

Kunnanjohtaja lähettää parin kuukauden välein vapaa-ajan asukkailla sähköisen kirjeen ajankohtaisista asioista.

Vapaa-ajan asukkaiden sähköinen palautelaatikko sijaitsee osoitteessa [www.joutsa.fi/vapaa-ajan-asuminen](http://www.joutsa.fi/vapaa-ajan-asuminen), tilaa kirja palautelaatikon kautta!

#### Teetkö etätöitä?

Maksuton vapaa-ajan asukkaiden etätöyöpiste on käytettävissä Joutsan keskustassa – lisätietoa ja varaukset osoitteessa [www.joutsanlh.fi](http://www.joutsanlh.fi)

Keväällä otettiin alueellista digiloikkaa käynnistäen tapaamisia yrittäjähdistysten ja yritysten suuntaan myös web-aamukahvien muodossa. Web-aamukahvit ovat kaikille yrityksille avoimia. Noin 30 minuutin tuokioissa on käyty välitöntä keskustelua ja esillä on ollut mm. vapaa-ajan asukkaiden palautetta yrityksille, yrittäjien kuntabarometrin tuloksia, yritysten välisiä paikallisia hankintamahdollisuuksia, leader-rahoituksen kuulumisia, yritysseteli ja kunnan tarjouspyynnöt yrityksille. Vierailijotakin on käynyt tarinoimassa.

Keski-Suomen Yrittäjien toimitusjohtaja Sanna-Mari Jyräkoski käväisi kertomassa yrittäjäjärjestön kuulumisia ja liikuntaneuvoja Sanni Nybergin esityksessä teemana olivat stressinhallinta ja palautuminen.

Web-kahvittelua jatketaan ainakin vielä vuoden loppuun saakka, koska osallistujia on ollut mukavasti paikalla. Digi-

loikka mahdollistaa myös vierailijoiden helpon osallistumisen ja sen myötä voidaan kätevästi rakennella Joutsan alueen yrityksille räätälöityä sisältöä vaikka vierailija pitäisi majaan kauempanakin. Näkymisiin & kuulumisiin!

TEKSTI: PETRI KAITAMÄKI  
KUVAT: LIISA ALFTHAN

## Jättemaksut ja laskutus

■ Jätelain mukaisesti kunnan on perittävä järjestämästään jätehuollosta jättemaksua, jolla katetaan sille tehtävän hoitamisesta aiheutuvat kustannukset.

Jättemaksuilla katetaan kaikki kustannukset, joita aiheutuu jätehuollon toteuttamisesta (esim. jätteiden kuljetus, käsittely ja hyötykäyttö, neuvonta, tiedotus ja valistus, jätehuollon kehittäminen ja investointeihin varautuminen). Jättemaksuilla katetaan myös lakisääteisten jätehuollon viranomaistehtävien hoitaminen.

Joutsan kunnassa on vuoden 2014 alusta ollut voimassa

kiinteistönhaltijan järjestämä kiinteistöittäinen jätteenkuljetus. Se tarkoittaa sitä, että kiinteistönhaltija tekee haluamansa jätteenkuljettajan kanssa sopimuksen jätteiden kuljettamisesta kiinteistöltä. Lähekkäin sijaitsevat kiinteistöt voivat sopia myös yhteisen jäteastian käytöstä. Kuljetusyrittäjä laskee kiinteistönhaltijalta jätteen keräyksestä, kuljetuksesta ja loppukäsittelystä aiheutuvat kustannukset.

Joutsan kunta perii vakitukselta ja vapaa-ajan asukkailta jätehuollon perusmaksua. Vakituksien asunnon perusmaksu on 28,64 € ja vapaa-ajan asunnon 19,10 €. Perusmaksutuloilla katetaan mm. neuvonta, tiedotus ja rekisterin ylläpitokuluja sekä viranomaistehtävien hoitoa. Joutsan kunnan jätehuolto-

viranomaisena toimii tekninen lautakunta.

Joutsan kunnan jätelaskutusta hoitaa tekninen ja ympäristöosasto ja lasku lähetetään asiakkaan ilmoittamaan laskutusosoitteeseen. Maksuvelvollisella on oikeus tehdä muistutus jättemaksusta 14 päivän kuluessa jätelaskun saamisesta, josta se ohjataan tarvittaessa jätehuoltoviranomaisen käsitteelyyn. Jättemaksu on maksettava muutoksenhausta huolimatta.

Eräntyneiden laskujen maksuohotuksen lähettämisen sekä maksamattomien laskujen jatkoperinnän hoitaa Intrum. Jättemaksutaksan mukaiset maksut ovat suoraan ulosottokelpoisia ilman oikeuden päätöstä tai määräystä.

Asiakkaan osoitetiedot eivät päivyty jätehuollon asia-

kasrekisteriin postille tehdyn osoitteenmuutoksen välityksellä, vaan asiakkaan tulee itse ilmoittaa muutoksesta. Perusmaksun maksuvelvollisuus on sillä, joka on hallinnut kiinteis-

töä vuoden ensimmäisenä päivänä.

TEKSTI: MARIKA MASALIN-WEIJO  
JA KIRSI SAARELA

**Päivystävä huoltomies 24 h**  
Puh. 040 740 3354  
**Sosiaalitoimen päivystys**  
arkisin klo 8–16  
Puh. 040 190 3295

JOUTSA

# Liikunnallisen elämäntavan edistäminen ja ylläpitäminen Joutsan kunnassa

■ Pieneksi kunnaksi Joutsassa on runsaat ja monipuoliset mahdollisuudet liikunnan harrastamiseen. Kunnan lisäksi ohjattua liikuntaa tarjoavat kansalaisopisto, urheiluseurat, yhdistykset ja järjestöt sekä yksityiset tahot.

**K**unta on panostanut viime vuosina erityisesti liikuntapaikkojen ja olosuhteiden kehittämiseen. Tulevina vuosina painopiste tulee olemaan enemmän liikuntaneuvonnan ja liikuntaryhmien kehittämisessä.

Vapaa-aikatoimen kolmevuotisen (2020-2022) Joutsa Liikkuu -hankkeen tavoitteena on kuntalaisten terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen liikunnallisen elämäntavan avulla kaikissa ikä- ja väestöryhmissä. Pääpaino on liikuntaneuvonnan palveluketjun kehittämisessä ja juurruttamisessa osaksi kunnan palvelutarjontaa. Hankkeen toiminnan perustana ovat valtakunnalliset linjaukset terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi; STM: Muutosta liikkeellä!, Liikkuva Suomi -ohjelma sekä kunnan oma hyvinvointikertomus.

## Liikuntaneuvonta

Liikuntaneuvonta on yksilöön kohdistuvaa kokonaisvaltaista terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä. Kokonaisvaltaisuudella tarkoitetaan kaikkien fyysisen hyvinvoinnin osa-alueiden eli unen ja palautumisen, ravitsemuksen sekä arkiaktiivisuuden ja kuntoliikunnan huomioimista. Liikuntaneuvonnan keskiössä ovat asiakkaiden henkilökohtaiset tarpeet ja voimavarat. Liikuntaneuvontaa toteutetaan yksilö- pienryhmä- ja ryhmäohjauksena sekä liikuntakokeiluina ja -opastuksina. Liikuntaneuvonta on kuntalaisille avoin ja maksuton palvelu.

Liikuntaneuvonnan yksilö- ja pienryhmäohjaus toteutetaan pääasiassa Joutsan terveysasemalla fysioterapian tiloissa (Myllytie 12). Liikuntaneuvojan vastaanotolle ohjaututaan terveysaseman henkilökunnan läheteellä tai hakeudutaan omatoimisesti varaamalla aika terveysaseman ajanvarauksesta (014 2690 200). Yhden liikuntaneuvontatapaamisen kesto on 45min ja tapaamisia on asiakkaan tarpeiden ja tavoit-

teiden mukaisesti 1-6 kertaa. Liikuntaneuvojan vastaanotto on terveysasemalla joka tiistai. Muutoin liikuntaneuvoja on tavoitettavissa maanantaisin, keskiviikkoisin ja torstaisin klo 9-15 / 040 480 7810 / sanni.nyberg@joutsa.fi.

Liikuntaneuvonnan ryhmäohjaus, liikuntakokeilut ja -opastukset sekä erilaiset tapahtumat toteutetaan kunnan liikuntapaikkoja hyödyntäen. Vapaa-aika toimi lisää palvelutarjontaansa kolme maksu-

tonta matalan kynnyksen liikuntaryhmää tammikuusta 2021 alkaen.

Kaksi ryhmistä toteutetaan Joutsassa ja yksi Leivonmäellä. Myös säännölliset liikuntakokeilut ja -opastukset ja loka-kuussa suuren suosion saanut kuntokartoitus vakiinnutetaan osaksi kunnan liikuntapalveluja.

Lisäksi yhteistyö urheiluseurojen, yhdistysten ja yksityisten tahojen kanssa on tärkeää, jotta liikuntaneuvonta tavoittaa mahdollisimman suuren joukon kuntalaisia. Liikuntaneuvonnan oheispalveluna liikuntaneuvoja osallistuu mm.

Liikkuva Varhaiskasvatus ja Liikkuva Koulu -hankkeiden kautta lasten ja nuorten toimintaan, työikäisten TYHY-toimintaan, työttömien työpajatoimintaan sekä kunnan vanhuspalveluiden ja yhdistysten kautta ikäihmisten toimintaan. Tavoitteena on tarjota uusia virikkeitä, kannustusta ja motivaatiota olemassa olevan toiminnan ylläpitämiseksi ja kehittämiseksi.

TEKSTI: SANNI NYBERG  
KUVAT: LIISA ALFTHAN



## Liikuntaneuvoja

Olen **Sanni Nyberg**, 30-vuotias joutsalainen liikunta- ja hyvinvointialan yrittäjä (Tahto Works Oy). Tällä alalla tärkeintä minulle on liikunnan tuoma hyvinvointi, ilo ja yhteisöllisyys. Näen liikunnan osana ihmisten kokonaisvaltaista hyvinvointia, mutta yhtä tärkeää on ymmärtää terveyttä ja jaksamista edistävän ravitsemuksen ja levon merkitys. Työssäni korostan tätä kokonaisuutta kuntalaisten hyvinvoinnin edistämiseksi ja ylläpitämiseksi. Liikuntaneuvojana olen kannustava ja avoin, mutta myös tavoitteellinen. Haluan auttaa kuntalaisia löytämään omaa hyvinvointia tukevia ratkaisuja yksilöllinen elämäntilanne huomioiden.

Olen koulutukseltani liikunnanohjaaja (AMK) ja valmistuin Kajaanin ammattikorkeakoulusta joulukuussa 2012, pääaineena terveysliikunta. Tällä hetkellä täydennän osaamistani liikunta-alan kehittämisen ja johtamisen koulu-

tusohjelmassa, jonka jälkeen tutkintonimikkeeni on YAMK. Työvuosieni aikana olen jatkokouluttautunut Personal traineriksi (Trainer4You ATP/EuropeActive) ja Ravintovalmentajaksi. Myös pienempiä liikuntavälinekoulutuksia on takataskussa, esimerkiksi kahvakuula- ja GymStick -ohjaajakoulutukset.

Aloitin liikunta-alan työt opintojeni alkuvaiheessa ja kymmenen vuoden työkokemukseni on monipuolinen; ohjaus- ja valmennustyötä urheiluseuroissa, yksilöllistä personal trainer – ja ravintovalmennusta, asiantuntija tehtäviä, kouluttamista, henkilöstön hyvinvointihankkeiden suunnittelua ja toteutusta sekä uuden liiketoiminnan kehittämistä ja myyntityötä niin kulluttajille kuin yrityksille. Olen saanut laajan näkemyksen liikunta-alan eri mahdollisuuksista vaikuttaa ihmisten terveyteen ja hyvinvointiin.

Oma liikuntataustani painottuu vahvasti palloiluun ja kilpaurheilutaustaa löytyy jalkapallon sm-sarjasta. Tällä hetkellä liikunta koostuu kuitenkin omaa hyvinvointia ja jaksamista tukevasta monipuolisesta harrastamisesta. Olen perheellinen kolmen lapsen äiti ja liikumme paljon yhdessä perheenä. Joutsassa on upeat puitteet liikunnan harrastamiselle ja meidän perheemme suosikkiliikuntapaikat ovat pump track- ja motocrossrata :).

Liikutaan yhdessä ja voidaan hyvin!

Energisin terveisin,

Liikuntaneuvoja  
Sanni Nyberg

KUVA: ILONA SAVITIE

