

TEEMA

Työelämän uudet tuulet

*Intohimona
50-luvun tyyli*

*Huomio sisäilmaan
– 5 vinkkiä kotiin*

*Pelitubettaja Paqpa
inspiroi tyttöjä*

Pekko Vehviläinen

**"Mittarit opettavat,
mitä keho kaipaa"**



Sisällys

Tämän lehden teemajutussa tarkastellaan työelämän mullistumista. Kansainvälistyvä, digitalisoituva ja monimuotoistuva maailma tarkoittaa uudenlaisia työnkuvia, elinikäistä oppimista ja mahdollisuuksia luoda intohimostaan ammatti.

3 TULEVAISUUDESSA

Laite lukee sisäistä puhetta

4 TEEMA

Työ muuttaa muotoaan

12 PUHEENAIHE

Mittarit opettavat, mitä keho kaipaa

14 FIKSUMPI KOTI

Luvassa hyvää sisäilmaa

16 INTOHIMO

Sylvie Fraboulet-Jussila: "Vintage-elämä on pukeutumista, leikkiä ja aarten-metsästystä"

20 AJANKOHTAISTA

Mm. Teuvan tuulivoimapuisto, uusi asiakaspalvelutiski ja kesätyöpaikat.

24 VAASALAISTA OSAAMISTA

Jopa tuhat faniviestiä päivässä

26 RISTIKKO

27 RESEPTI

Shakshuka nousi veneeseen

Nyt kyllä tuntuu

HARRASTAN TYÖTÄ, perhettä ja Pokemon Go:tta. Lisäksi yritän päästä päivittäiseen askelmäärätavoitteeseeni, joka on tällä hetkellä 8 000 askelta. Näiden parissa päivät ja viikot kuluvat tasaista tahtia. Välillä on innostuksen ja onnen hetkiä, välillä koetellaan kärsivällisyyttä. Ihan tavallista elämää.

Nuorempana äärimmäisiä tunteita oli useammin. Tässä neljänkymmenen vuoden aikana on kokemuksia kertynyt niin paljon, että vaaditaan jo paljon enemmän, että jokin todella tuntuu. Viimeksi ilahduin tunteen voimakkuudesta istuessani Espoon modernin taiteen museossa nurkkaan sijoitetussa kopissa kuulokkeet korvilla. Kokemani teos sai minut kiljahtelemaan säikähdyksestä ääneen muuten hiljaisessa museossa, jonka ravintolassa ruokakin tarjoiltiin lasisissa purnukoissa. Ihanan erilaista!

On mahtavaa, kun tuntuu oikein kunnolla. Ihailen ihmisiä, jotka ovat löytäneet vahvan intohimon. Tässäkin numerossa voit lukea Sylviestä, jonka elämässä ovat vahvasti mukana 50-luku ja harrastuksen ympärille syntynyt yhteisöllisyys. On kutkuttavaa kurkistaa tähän värikkääseen arkeen!

Myös meillä töissä elävät vahvat tunteet. Erityisesti sen huomaan silloin, kun myrsky katkoo sähköjä. Silloin ilmapiiri sähköistyy, ja tunne työmme merkityksellisyydestä ja yhteisöllisyydestä on vahvimmillaan.

Koen myös suurta ylpeyttä siitä, että investoimme miljoonia uusiutuviin energiamuotoihin. Me täällä Vaasan Sähköllä todella teemme osamme ilmastotavoitteiden eteen, emmekä vain katsele sivusta toimeettomina.

Tunteen voimakkuutta voi mitata tieteellisesti. Se näkyy muutoksena ihon sähkönjohtavuudessa. Mitä vahvempi tunne, sitä vahvempi sähköinen reaktio. Voikin sanoa, että rakkaus on sähköä. Alkaneen vuoden mainosfilmeissämme tulemme näyttämään tämän todeksi, testaamalla tunteiden mittaamista. Siitä tulee kiinnostavaa.

Tunnetun vuotta!

Tiina Lillbacka

markkinointipäällikkö

Vaasan Sähkö

VAASAN SÄHKÖ -KONSERNIN ASIAKASLEHTI

Seuraava Nette ilmestyy 5/2020

Postiosoite: PL 26, 65101 Vaasa

Käyntiosoite: Kirkkopuistikko 0, 65100 Vaasa

Puhelinvaihe: 06 324 5111

Asiakaspalvelu: 06 324 5750, asiakaspalvelu@vaasansahko.fi

Vikailmoitukset: 06 324 5700 (24 h, puhelut nauhoitetaan)

Internet: www.vaasansahko.fi

ISSN: 1458-7297

Toteutus: Aller Ideas

Päätoimittaja: Mikaela Jussila,

nette@vaasansahko.fi

Toimituskunta: Olli Arola, Håkan Bodö,

Göran Heino, Mikaela Jussila, Tiina Lillbacka,

Beatrice Lundqvist

Painopaikka: UPC Print

Kansikuva: Heli Blåfield



4041 0948

Painotuote



**Suomen
vaasalaisinta
sähköä**



Laite lukee sisäistä puhetta

Teksti **ELINA VIRONEN** Kuva **LORRIE LEJEUNE**

NIIN KUTSUTUT puettavat tietokoneet, kuten kännykät ja älykellot, ovat jo arkinen osa elämäämme. Teknologiaa kehitetään kuitenkin koko ajan siihen suuntaan, että kädet vapautuisivat älylaitteista ja internetistä tulisi entistä huomaamattomampi osa ihmistä.

Esimerkkejä tästä ovat kännyköissä yleistynyt ääniohjaus ja älylasit, joita suuret teknologia-yritykset ovat kehittäneet jo vuosia. Älylaseja ohjataan usein puheella, ja niillä voi hoitaa samat asiat kuin kännykällä: muun muassa soittaa puheluita, navigoida ja ottaa kuvia. Myös älypiilolinssien mahdollisuuksia tutkitaan jatkuvasti. Lisäksi erilaiset kehon signaaleja, kuten hikoilua tai sykettä, mittaavat vaatteet ovat osa samaa kehitystä.

Ihmisen ja koneen saumatonta yhdistämistä tutkitaan yhdysvaltalaisessa huippuyliopistossa

MIT:ssa. MIT Media Labissa kehitetään ihmisen sisäistä puhetta ymmärtävää laitetta, AlterEgoa. Se tunnistaa signaaleja, joita aivosi lähettävät puhe-elimistöillesi, ja ymmärtää mitä sanot, vaikket sano sanaakaan ääneen. Se myös vastaa niin, että vain sinä kuulet puheen suoraan sisäkorvassasi.

AlterEgosta voi olla hyötyä paitsi puhekyvyttömille, myös kaikille muille. Se voi hakea pyytämiäsi tietoja internetistä huomaamattomasti ja näin laajentaa oman mielesi mahdollisuuksia. Laite voi myös esimerkiksi suorittaa laskutehtäviä tai auttaa sinua tekemään shakkipelissä parhaan mahdollisen siirron ilman että pelikaverisi huomaa mitään. AlterEgon prototyyppi muistuttaa isoa handsfree-laitetta, mutta lopullisesta laitteesta on tarkoitus tehdä pieni tarramainen siru.

Työ muuttaa muotoaan

Maailma muuttuu ja työmaailma sen mukana. Digitalisaatio, automatisaatio ja globalisaatio muokkaavat töiden sisältöjä ja tekemisen tapoja. Työn murros synnyttää uusia toimenkuvia ja tarvetta uusille taidoille läpi uran – ja usein se ura jatkuu eläkkeelläkin. Merkityksellisyys on työssä entistäkin tärkeämpi motivaattori.

Teksti **TERHI HAUTAMÄKI**
Kuvat **MAIJA ASTIKAINEN, MATTI RÄTY**

Espoolaisen Omnia Education Partnershipsin likka Upanne, Tiina Jaatinen ja Mikko Sallinen vievät suomalaista ammatillista koulutusta maailmalle. Kaupankäynti osaamisella on yksi uudenlaisen työn muoto: oman alansa ammattilaisten työnkuva laajenee kansainväliseksi vientitoiminnaksi.





Tiina Jaatinen oli aiemmin luokanopettaja, nyt hän on head of learning solutions. Kuvataide- ja mediaopettajana sekä yrittäjänä työskennellyt **Mikko Sallinen** taas

on head of learning experience. He toimivat ammatillisen koulutuksen viennin parissa Omnia Education Partnershipsissa Espoossa.

Vuonna 2019 Jaatinen ja Sallinen vierailivat useita kertoja Saudi-Arabiassa, jossa toteutettiin lukiolaisille yrittäjyyskurssi.

”Oppilaat kasvattavat yrittäjämäistä ajattelutapaa ja laativat liiketoimintasuunnitelman”, Jaatinen kertoo.

Yrittäjyyskurssi on saanut lukiolaiset miettimään, mitä he haluaisivat tulevaisuudeltaan.

”Ensin eräs opiskelija sanoi, että hänestä tulee lääkäri kuten isästään. Parin viikon päästä opiskelija totesi, että ehkä hän opiskelee jotain muuta ja perustaa yrityksen. Isäkin oli sanonut, että mahtavaa, tee niin”, Sallinen kertoo.

Suomalaisella koululla on hyvä maine. Yhteistyöllä suomalaisten kanssa ja suomalaisella tutkintotodistuksella on ulkomaisille kumppaneille itseisarvoa.

Saudi-Arabiassa projektin toteutukseen on vaikuttanut se, että naisten ja miesten elämänpääpiirit on eroteltu. Jaatinen on työskennellyt tyttökoulussa, Sallinen poikakoulussa.

”Opetusministeriön tapaamisessa olin valmistautunut siihen, että istumme ringissä ja keskustelemme, mutta mies- ja naisopettajien välillä olikin sermi. Sermien takana naiset voivat vapaammin syödä aamupalan ja riisua kasvohunnun. Tähän tottui nopeasti, ja Suomen vierailulla olimme kaikki yhdessä”, Jaatinen kertoo.

Opettajan roolissa edelleen

Jaatinen hakeutui luokanopettajan työstä koulutusvientiin, kun alkoi kaivata vaihtelua. Opettajan identiteetti hänellä on yhä.

”Kun koulutan opettajia, koen olevani vertaisopettaja, ja kouluvierailuilla olen opettajan roolissa.”

Julkiset oppilaitokset eivät saa tehdä viennillä liiketoimintaa, minkä vuoksi Omnia Education Partnerships on erotettu osakeyhtiöksi. Sen omistavat Espoon seudun koulutuskuntayhtymä Omnia, Savon koulutuskuntayhtymä, Suomen Yrittäjäopisto ja Kirkon Ulkomaanapu.

Koulutusvientiyhtiöltä kysytään eniten yrittäjyysopintoja, joita on toteutettu myös ugandalaisella pakolaisten asutusalueella.

”Muualla huomaa, miten moni asia meillä toimii todella hyvin ja miten äärettömän ammattitaitoisia suomalaiset opettajat ovat, vaikka usein työskentelevät jaksamisensa rajoilla”, Jaatinen pohtii.

Suomalaisen koulun erityispiirre on opettajan vapaus suunnitella opetuksensa. Intiassa Jaatinen oli mukana opettajien täydennyskoulutusprojektissa.

”Emme halua viedä suomalaista koulua kolonialistisella tavalla, vaan tarjota mahdollisuutta niille, jotka haluavat kehittää opettajan ammattitaitoa. Intiassa koulujen ryhmäkokoja on ruvettu pienentämään, mikä avaa mahdollisuuksia muuhun opetukseen kuin luennointiin.”

Monissa maissa opettajien työtä valvotaan ja suunnitellaan ylhäältäpäin. Moni on vasta näissä projekteissa saanut mahdollisuuden kokeilla esimerkiksi ryhmitöitä.

Suomalaisille opettajille kansainväliset projektit antavat mahdollisuuksia kehittää omaa ammattitaitoa uudessa ympäristössä.

”Ulkomaalaistaustaisten opiskelijoiden määrä kasvaa Suomessakin, ja ulkomailla työskentely lisää opettajien ymmärrystä”, Sallinen sanoo.

Kaikkea ei voi viedä muualle

Suomalainen koulutusvienti on vasta lapsenkengissä, mutta se on kiinnostava esimerkki työn murroksesta, johon ovat vaikuttaneet niin globalisaatio kuin digitalisaatiokin. Koulutusvienti voi olla myös esimerkiksi digitaalisten oppimisympäristöjen ja oppimateriaalien tarjoamista.

Suomi tarvitsee työperäistä maahanmuuttoa, ja vientiprojekteilla voidaan kouluttaa osajia jo lähtömaissa suomalaisiin tutkintoihin.

Koulutusviennillä voidaan myös edistää paikasta riippumatonta työtä. Omnia Education Partnerships käy Palestiinassa keskusteluja pelialan koulutuksesta, jolla voisivat työllistyä palestiinalaiset, joille ei ole työtä kotimaassa eikä mahdollisuutta lähteä pois.

Monia kumppaneita kiinnostaisi koko suomalainen koulu kopioituna ”ovineen kaikkineen”.

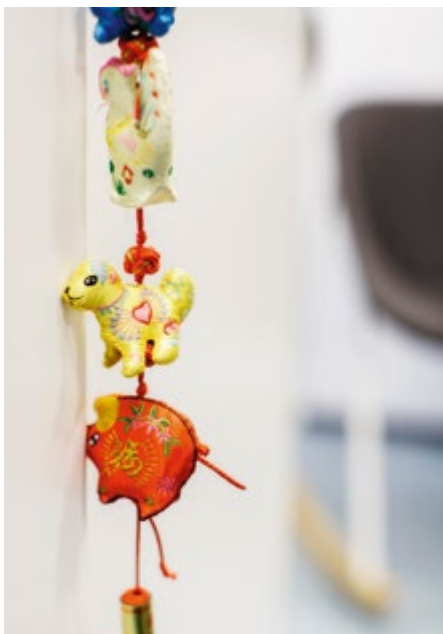
”Emme usko siihen. Lähdemme opettajien ammattitaidon kehittämisestä ja autonomian vahvistamisesta”, Jaatinen sanoo.

Joitakin asioita ei voi viedä. Yksi suomalaisen koulun valtti on opettajan epämuodollinen suhde oppilaisiin.

”Meillä on täysin ok halata pieniä oppilaita, ja opettajilla on heihin tosi läheiset välit. Tähän en lähtisi ratkaisua viemään. Joka kulttuurissa pitää itse miettiä, mikä on sopivaa”, Jaatinen sanoo. ■



Mikko Sallisen ja kollegoiden työtiloissa Espoossa, ammatillista koulutusta järjestävän Omnian kyljessä, on matkamuistoja ulkomaiden työmatkoilta.



Viime vuonna Omnia Education Partnerships toteutti yrittäjyyskurssin Saudi-Arabiassa, jossa suomalainen koulutus kiinnosti kovasti.



Tiina Jaatinen kaipasi vaihtelua luokanopettajan työhönsä. Nyt hän pystyy hyödyntämään koulu- maailman osaamistaan kansainvälisissä koulutus- vientitehtävissä.



4 tapaa, joilla työ muuttuu

1 Työnkuvat laajenevat

Viiime vuosina on ollut tapana arvuutella säilyviä ja katoavia ammatteja tai listata kuvitteellisia tulevaisuuden ammatteja, kuten alustalokalisaattori tai elämänhelpottaja.

Ajatushautomo Demos Helsingin teemajohtaja **Johannes Koponen** on sitä mieltä, että ammattien sijaan kannattaisi puhua työn sisällöistä. Työnteko perustuu ehkä tuttuihin ammatteihin, mutta työnkuvat muuttuvat.

”Postinkantajat tekevät vaikka mitä: leikkaavat nurmikkoa ja tekevät hoivatyötä”, Koponen mainitsee.

Kaikissa ammateissa tehtävänkuvat tупpaavat laajenemaan. Olemme kyvykkäämpiä kuin edeltävät sukupolvet, eikä tämä riipu vain koulutuksesta vaan erityisesti työvälineistä, joita meille on tarjolla.

”Aikaisemmin taksikuskin ammatissa tarvittiin erityistä osaamista, mutta nyt kun on gps-paikantimet, kuka tahansa voi ryhtyä kuljettamaan ihmisiä”, Koponen kuvaa.



2 Työtä ei voi opettaa ennalta

Kaikki se, mikä on helposti opetettavissa, voidaan opettaa myös koneille ja automatisoida.

Ihmiset taas kohtaavat työssä tehtäviä, joita ei opi ratkaisemaan koulun penkillä. Tämä koskee niin kovapalkkaista konsulttityötä kuin vaikka keikkatyötä ruokalähetinä, jossa siinäkin parhaat jipot työn suorittamiseksi syntyvät vasta kokemuksesta.

Sitran johtava asiantuntija **Milma Arola** sanoo, että iso trendi on itseohjautuvuus: perinteisestä johtamisesta siirrytään tiimeihin, joissa tekijät etsivät parhaat tavat toimia. Peli- ja ohjelmistoyrityksistä lähtenyt malli

on laajentunut muun muassa hoivaan työhön.

”On alettu huomata, että fiksuihin, osaaviin ja koulutettuihin ihmisiin kannattaa luottaa. Kokeilevuus ja ihmislähtöinen ajattelu ovat nousseet hyvin erilaisilla toimialoilla.”

Tunnettu esimerkki on hollantilaisen hoivaorganisaatio Buurtzorg, jossa hoitajatiimeille annettiin valta päättää aikatauluistaan ja työnsä johtamisesta ilman esimiehiä. Mallia kopioidaan innokkaasti myös Suomeen. Muun muassa Helsingin, Tampereen, Sipoon ja Järvenpään kotihoidossa on ollut itseohjautuvan tiimityön kokeiluja.

3 Työsuhteet muuttuvat

Kokopäivätyö on tänä päivänä yhä normi, niin paljon kuin silppu- ja pätäkätöistä puhutaankin.

”Työelämäskenaarioissa on turhan voimakkaasti puhuttu, että kaikki työ pirstoutuu. Varmasti työn tekemisen tavat monimuotoistuvat, mutta se ei tarkoita, ettei vakituista palkkatyötä enää olisi. Ehkä on enemmän ihmisiä, joilla on useita tulonlähteitä”, Arola sanoo.

Vaikka välitöntä muutosta ei olisi näköpiirissä, sellainen voi tapahtua nopeastikin, kun esimerkiksi alustataloudessa syntyy uusia malleja, sanoo Johannes Koponen. ”Ulkoinen sokki”, kuten laaja finanssikriisi, saattaa muuttaa työmarkkinoita rajusti.

Ammatteja saattaa mullistaa myös jokin teknologinen kehityskulku. Ajatellaan Googlea, joka kerää valtavia määriä dataa ja kehittää sen avulla vaikkapa terveystalvuluia ja robottiautoja. Yksittäinen iso toimija saattaa yhtäkkiä muuttaa vaikka hoiva- tai kuljetusalaa dramaattisesti.

4 Uteliaisuutta pitää ruokkia

Miten ihmeessä voi tietää, mikä työllistää tulevaisuudessa?

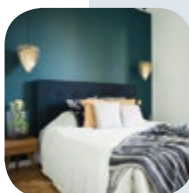
Koponen ei korosta yksittäisten taitojen roolia, eli että kaikkien pitäisi osata vaikka koodata. Yksittäisiä taitoja voi opiskella myös uran varrella.

”Tärkeimmät asiat opitaan ala-asteella: uteliaisuus uusia asioita kohtaan, innostuminen sekä luku- ja kirjoitustaito. Uteliaisuus ei ole myötäsyttyistä, vaan se ruokkii itse itseään ja vie aika pitkälle.”

Arola arvioi, että tärkeintä työelämässä on halu oppia uutta, kyky hahmottaa omaa osaamistaan ja johtaa itseään. Tämä ei tarkoita, ettei kannattaisi opiskella mitään asiasisältöjä.

”Tämän hetken koulutus tuo tietopohjan uuden oppimiselle. Kannattaa kuunnella itseään: mille asioille syttyy. Sitä osaamista kannattaa hankkia, vaikka tehtävät ja ammatit muuttuisivatkin.” ■

KUVAT: ISTOCKPHOTO



Uuden työn trendejä

Modernissa työelämässä moni luo itse ammattinsa tai saa tuloja myös oheishommista.

KOKO ELÄMÄ TÖISSÄ | ”Tuskin me koskaan päästään eläkkeelle”, moni huokaa. Usko eläkejärjestelmään ei ole vahvoilla, ja jos ura on pätkittäinen, on tarvetta jatkaa tienaamista pitkään. Monet nykypäivän seniorit ovat niin hyväkuntoisia ja innostuneita töistään, että voi tuntua hullultakin vetäytyä kotiin 65-vuotiaana. Vuokratyöfirmat ovat välittäneet osa-aikatoivia eläkeläisille jo vuosikymmenen ajan. Asiantuntijoiden on mahdollista jatkaa erilaisia projekteja, vaikka kokoaikainen työ ei innostaisi.

OMAN TYÖN KEKSIMINEN | Kun palkkatyötä ei ole kaikille tarjolla, työn voi joutua luomaan itse. Ihmiset myös haluavat tehdä omannäköistään uraa. Moni yritys syntyy tekijän omasta intohimosta, harrastuksesta tai oman elämän ongelmasta, jonka hän pyrkii ratkomaan. Tällaisista lähtökohdista syntyi muun muassa joogatunteja verkossa tarjoava Yogaia, jonka perusti lapsiperheellinen, ruuhkavuotia elävä suomalaispariskunta.

VÄHEMMÄN TAVARANTUOTANTOA | Materiaalinen talouskasvu ei voi jatkua entiseen tapaan. Ilmastonmuutos vaikuttaa kaikkiin töihin. Myös niillä aloilla, joilla nykyisin tuotetaan tavaraa, painopiste muuttuu palveluihin. Jopa pikamuotijätti H&M on alkanut myös vuokrata vaatteita. Autovalmistaja Toyota on ostanut osan Uberista ja tarjoaa leasing-autoja kuljettajille.

UUEDET TAVAT OSOITTAA OSAAMISTA | Elinikäinen oppiminen tarkoittaa yhä enemmän sitä, että ihmiset kouluttautuvat epämuodollisesti: lukevat, kuuntelevat podcasteja, opiskelevat vapaa-ajallaan ja hankkivat osaamista harrastuksissa. On huomattu tarve tunnistaa epävirallista osaamista. Esimerkiksi partio myöntää jo sähköisiä osaamismerkkejä, joiden avulla harrastaja voi osoittaa vaikka johtamistaitoja työnsaussa.

JAKAMIS- JA OMAVARAISTALOUS | Moni tienaa tulevaisuudessa osan tuloista muualta kuin palkkatyöstä, vaikkapa kimpapakyydeillä tai vuokraamalla kotia Airbnb:ssä. Saatamme jopa siirtyä kohti uutta vaihtotai omavaraistaloutta, jossa osan toimeentulosta voi korvata tekemällä itse tai vaihtamalla palveluksia. Voi viljellä kaupungeissa ruokaosuuskunnissa, jakaa harrastus- ja työvälineitä tai tarjota naapuriapua digitaalustojen kautta.



Solvedin Janne Hietaniemi uskoo, että alustojen kautta tehtävä työ yleistyy rajusti lähivuosina.

Unelmatiimi joka projektiin

Alustatyöstä tulevat ensimmäisenä mieleen Uber-kuskit ja ruokalähetit, mutta myös asiantuntijoiden työt toimivat alustoilla. Hyvä esimerkki tästä on suomalainen Solved.

Nykyisin alustoilla, kuten nettipalveluissa ja työnvälityssovelluksissa, tarjotaan vaikkapa lakipalveluita tai konsulttityötä. Suomalainen Solved on erikoistunut kestävä kehityksen kysymyksiin.

”Kestävään kehitykseen, energiaan ja ympäristöön liittyvät ongelmat ovat monimutkaisia, eikä niihin usein ole yksittäistä teknologista ratkaisua”, sanoo **Janne Hietaniemi**, Solvedin hal-

lituksen jäsen ja yksi perustajista.

Siksi asiakas voi koota Solvedilta monialaisen tiimin esimerkiksi energia-alan ja liiketoiminnan asiantuntijoista. Asiakkaan projekti voi olla käytännöllinen, kuten rakennus, tai suunnitelma, kuten kiertotalouden strategia.

Itävaltalaiselle energiayhtiölle kehitettiin kestävä kehityksen tiekartta. Nesteen kanssa muutettiin ruotsalainen Lidön saari hiilineutraaliksi vuodessa.

Solvedin kautta on tehty nyt noin 600 projektia eri maissa, ja näistä puolet on ollut maksullista liiketoimintaa, puolet non profit -työtä. Asiakkaat ovat yrityksiä tai esimerkiksi kaupunkia.

Hietaniemi on toiminut pitkään konsulttitehtävissä. Vuonna 2010 hän alkoi miettiä **Santtu Hulkkosen** ja **Radoslav Mizeran** kanssa ratkaisua, jossa voitaisiin kaivaa paras osaaminen joka hankkeeseen isosta verkostosta.

Solvedilla, kuten alustoilla yleensä, vain pieni osa ihmisistä on aktiivisia, Hietaniemen mukaan noin kymmenen prosenttia 5 000 asiantuntijasta.

He ovat yleensä töissä muualla: konsulttitoimistoissa, yrittäjinä tai tutkijoina. He voivat tarttua projekteihin, mutta eivät joudu elantonsa eteen odottelemaan irtokeikkoja kuten Uber-kuljettaja.

Solved ei ole pelkkä välittäjä vaan sopimusosapuoli. Tekijät ja tilaajat neuvottelevat hinnan. Jos asiantuntija osallistuu työnantajan edustajana, sopimus tehdään työnantajan ja Solvedin välille. Solved ottaa välityspalkkiona 20 prosenttia.

Asiantuntijatyötä välittäviä alustoja on kehitetty eniten Yhdysvalloissa: esimerkkeinä asiantuntijoita yhdistävä GLG Research, freelancetyön markkinapaikka Upwork ja konsulttipalveluiden Go Catalant.

”Työn murros syntyy paljolti siitä, että ihmiset toimivat useilla alustoilla ja pystyvät käyttämään asiantuntemustaan eri projekteihin ympäri maailmaa”, Hietaniemi sanoo.

Solvedia kehitetään myös kuukausimaksulliseksi neuvontapalveluksi, ja se myy myös ohjelmistotuotetta eli itse alustaa työkaluksi verkostomaiseen työhön.

”Tulevaisuudessa työskentely yhden työnantajalle on paljon harvinaisempaa kuin nyt. Parhaimmillaan ihmiset pystyvät alustatyössä kanavoimaan ydinosaamistaan yhä mielekkäämpiin töihin. Pahimmillaan työstä tulee silpua”, Hietaniemi pohtii. ■

Miksi nykytöissä on vaikea jaksaa?

ORGANISAATIOITA kehitetään enemmän kuin koskaan. Esimiehille opetetaan johtamistaitoja, tiimeille annetaan vapautta. Tästä huolimatta nykyinen työelämä näyttää monille kuormittavana. Työ valuu vapaa-ajalle, juostaan palaverissa. Freelancereiden ja yksinyrittäjien työhyvinvoinnista huolehtivat vain he itse.

Työn pirstaleisuus on herättänyt vastareaktioita. Ranskassa säädettiin jo laki, joka takaa työntekijöille oikeuden olla tavoittamattomissa.

Epävarmuus koskettaa melkein kaikkia alasta riippumatta. Vaikka isossa mittakaavassa töitä riittää ja uutta syntyy, välivaihe voi olla hankala. Kysyntä ja tarjonta eivät kohta. Jos työuran katkokset yleistyvät nykyisestään, on pidettävä huolta, että ne eivät ole hukka-aikaa, vaan silloin hankitaan uutta osaamista ilman pelkoa toimeentulon menetyksestä.



ISTOCKPHOTO



ISTOCKPHOTO

Mistä syntyy merkityksellinen työ?

Monille ei enää riitä se, että käy töissä ja saa palkkaa.

TYÖTERVEYSLAITOS ja Ilmarinen tutkivat Nuoret onnistuneesti työelämään -hankkeessaan vuonna 2019, että nuorten keskeinen tavoite on kehittää itseä ja omaa työtä, mutta ajatukset eivät aina kohtaa työelämän todellisuutta.

DEMOS HELSINGIN Työ 2040 -skenaarioraportti viittaa 2011–2012 toteutettuun tutkimukseen, jonka mukaan globaalisti vain 13 prosenttia työntekijöistä kokee olevansa innoissaan työstään ja sitoutunut siihen myönteisellä tavalla. Suomessa innostuneita on 35 prosenttia.

TYÖN MERKITYKSELLISYYTEEN aletaan kiinnittää huomiota viimeistään, kun sille osataan laittaa hintalappu. Isossa-Britanniassa on arvioitu, että välinpitämättömyyden aiheuttama tuottavuuden lasku maksaa 50–70 miljardia vuodessa.

TULEVAISUUDESSA työn vaikutus esimerkiksi ilmastoon ja ympäristöön tulee entistä tärkeämmäksi. Joka alalla joudutaan miettimään järkevää resurssien käyttöä, ja merkitystä syntyy siitä, että asioita tehdään fiksummin ja paremmin kuin ennen.

TUTKIJAT FRANK MARTELA ja **Anne Birgitta Pessi** kirjoittivat viime vuonna julkaistussa artikkelissaan, mistä työn merkityksellisyys syntyy. Se voi liittyä hyvää tuottavaan päämäärään tai itsensä toteuttamiseen. Ihminen nauttii työstä, koska hänen työnsä antaa lisäarvoa: hän esimerkiksi hoivaa tai opettaa, tuo yhteiskunnan hyödyksi uutta teknologiaa tai auttaa ihmisiä puolustamaan oikeuksiaan. Toisille merkityksellisyyttä tulee siitä, että pääsee antamaan maailmaan jotain itsestä kumpuavaa.

DEMOS HELSINGIN Johannes Koponen sanoo, että ihmiset tarvitsevat merkityksellistä tekemistä, vaikka se ei olisi aina perinteistä palkkatyötä. Pelkkä perustulo ei riitä, vaan ihmisten pitää liittyä yhteiskuntaan mielekkäällä tavalla. Merkitystä voi tulla monenlaisesta hyödyllisestä tekemisestä. ”On tutkittu, että työttömyys tuntuu ihmisestä jatkuvasti pahalta, vaikka melkein kaikkiin muihin elämänmuutoksiin tottuu. Merkityksen tunne ei kuitenkaan välttämättä tule siitä, että on työpaikalla, vaan itse tekemisen kautta”, Koponen sanoo. ■

Mittarit opettavat, mitä keho kaipaa

Oman kehon digitaalinen mittaaminen auttaa tekemään arjessa valintoja, jotka lisäävät hyvinvointia, uskoo tekniikan tohtori Pekko Vehviläinen. Hyvä olo taas auttaa jaksamaan elämän kiireissä ja mullistuksissa.

Teksti **ELINA VIRONEN** Kuva **MARJAANA MALKAMÄKI**

Käynnistykö viikko töissä tahmeasti, vaikka takana on mukava viikonloppu? Eikö treeni suju, vaikka olet syönyt ja nukkunut hyvin?

Hyvinvoinnin digitaaliset mittarit voivat auttaa selittämään, mistä on kyse. Unta mittaava sormus voi paljastaa, että lasillinen viiniä ja myöhään valvominen ovat heikentäneet unenlaatuasi viikonloppuna, ja siksi maanantaina väsyttää. Vapaapäivät ovat ehkä olleet hauskoja, mutta samalla kehoa kuormittavia, eivät palauttavia.

Stressiä mittaava aktiivisuussormus tai älykello voi kertoa, että keho kaipaa palautumista treenin sijaan.

Täyden hyvinvoinnin voi saavuttaa, jos elää arvojensa mukaan.

”Jos olet töissä henkisesti todella kuormittunut, se vastaa sitä, että olisit jo käynyt urheilemassa. Jos vielä työpäivän päälle treenaat rankasti, saatat ylikuormittua”, digitaalisten terveyspalveluiden asiantuntija, tekniikan tohtori **Pekko Vehviläinen** sanoo.

Venyttely tai kevyt lenkki, mieluiten luontopolulla, ovat tällöin parempia palauttajia. Kun mittaridataa seuraa jonkin aikaa, oppii tulkitsemaan, mitä oma keho kaipaa.

”Ideaalitilanne on, että kun itsetuntemus lisääntyy, ei mittareita tarvita enää.”

Ensin itseään mittasivat ammattiurheilijat, sitten teknologiainventarilijat. Kymmenen viime vuoden aikana hyvinvoinnin mittaaminen on yleistynyt: sitä on kokeillut jo yli kolmannes suomalaisista (*My Data* -selvitys, 2018).

Markkinoilla on valtavasti erilaisia älyrannekkeita ja -laitteita, mutta itsensä mittaamiseen ei tarvitse edes hankkia erillistä laitetta, sillä älypuhelinsovelluksilla voi jo tarkkailla esimerkiksi askeleita ja unta. Jotkin sovellukset osaavat jopa kertoa suuntaa-antavia tuloksia sykkeestä, kun laitat sormen puhelimen kameran päälle.

Vehviläinen muistuttaa, että ihmisen on kokonaisuus, eikä pelkkä mitaustulosten seuraaminen ja parantaminen ole avain onnelliseen ja tasapainoiseen elämään. Kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin voi saavuttaa vasta, kun

elää linjassa omien arvojensa kanssa.

”Ehkä painonpudotus tai puolimaraton eivät olekaan elämän tärkeimpiä tavoitteita, vaan niitä ovat parisuhteen ongelmien ratkaiseminen tai uran vaihtaminen. Silloin fysiologisen puolen kehittäminen kääntyykin voimavaraksi tehdä jokin suurempi muutos elämässä.”

Vehviläinen uskoo, että hyvinvoinnin mittareita on tulevaisuudessa joka puolella.

”Mittarit tulevat olemaan vaatteissa yhtä yleisiä kuin vetoketju.”

Japanissa on kehitetty älyvessanpönttöjä, jotka saavat käyttäjästään selville samoja asioita kuin labrakäynnillä.

”Suolistobakteerien vaikutukset ulottuvat aivoihin asti. Sillä, miten vatsa voi, on vaikutusta mielialaan.”

Vehviläinen visioi, että erilaisista mittareista kertyvää dataa voitaisiin hyödyntää tulevaisuudessa terveydenhuollossa. Kun lääkäri näkisi pitkän aikavälin dataa potilaan stressitasosta, unesta ja liikunnasta, hän voisi puuttua ongelman aiheuttajaan ja ihmisen elintapoihin pelkän oireen, esimerkiksi flunssakierteen tai uupumuksen, hoitamisen sijaan. ■

Pekko Vehviläinen

Tekniikan tohtori ja digitaalisten terveyspalveluiden asiantuntija.

Tunnettu puhuja muun muassa Suomi Areenassa ja Speakers Forumissa. Toiminut Helsingin Sanomien kolumnistina.

Yrittäjä Digiterveys-hyvinvointipalvelussa yhdessä vaimonsa, liikuntatieteiden tohtorin **Minna Tervon** kanssa. Parin vihkisormus on Oura-älysormus.

Hankki ensimmäisen sykemittarinsa vuonna 1997. Pääsi sen avulla maratonkuntoon ja innostui itsensä mittaamisen mahdollisuuksista.

Ennen yrittäjäksi ryhtymistä ollut töissä muun muassa tutkijana, tuotekehitysjohdajana Nokialla ja digitaalisten palveluiden konsulttina Accenturella.



Luvassa hyvää sisäilmaa

Teksti JOHANNA TILUS

Kun kodin sisäilma on kunnossa, asukkaat voivat hyvin. Kiinnitä huomiota muutamiin tärkeisiin seikkoihin, niin asunnon ilma pysyy terveellisenä ja miellyttävänä.

KUVAT ISTOCKPHOTO

5
vinkkiä
hengit-
tävään
kotiin

1 Huolehdi ilman- vaihdosta

TARKISTA, että kotisi ilmanvaihtoventtiilit ovat auki ja puhtaat eikä ilman kiertoa estä mikään. Jos tuloilmaventtiili on asennettu ikkunan päälle verholaudan taakse, viileä ilma ohjautuu katon sijaan suoraan lattialle, mikä tuntuu vetona. Vaihda ilmanvaihtosuodattimet vähintään kaksi kertaa vuodessa.

TÖISTÄ LÄHTIESSÄ olo oli energinen, mutta kotona alkaa heti väsyttää. Pitäisikö huolestua kodin sisäilmasta?

”Ei välttämättä, mutta jos yhdelläkin perheenjäsenellä alkaa ilmetä kotona toistuvia oireita, kuten sitkeä yskää, kuumeilua tai ihon ja silmien ärsytystä, voi olla syytä pyytää rakennusterveysasiantuntija tarkistamaan, ettei rakenteissa piile ongelmia. Pelkkä sisäilman mittaus ei anna tarpeeksi tietoa”, Sisäilmayhdistyksen asiakkuuspäällikkö **Aila Laine-Sarkkinen** sanoo.

Yleisin syy tokkuraiselle ololle on kuitenkin huono ilmanvaihto: joko sitä

ei ole ollenkaan, tai ilmanvaihtosuodattimet ovat niin täynnä pölyä ja likaa, että niiden läpi ei pääse virtaamaan puhdasta ilmaa.

Ilmanvaihdon lisäksi on hyvä tarkistaa, ovatko katto ja ikkunanpielet kunnossa, rännit puhtaat ja kylpyhuoneen silikonisaumat ehjät, jotta rakenteisiin ei pääse salakavalasti kertymään kosteutta ja homekasvua.

”Siivoamisesta ei kannata ottaa stressiä. Oman kodin hajuun tottuu, mutta kyllä sen yleensä huomaa, jos ilma on oikeasti huono”, Laine-Sarkkinen sanoo. ■

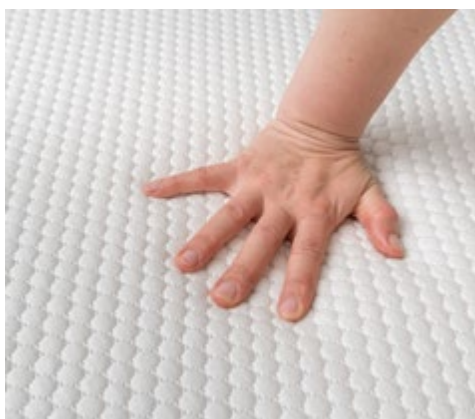
2 Laske lämpötilaa

YLEENSÄ 20–21 astetta riittää. Kuivan pakkasilman ja keskuslämmityksen aiheuttamaan kutisevaan ihoon ja kuiviin hengitysteihin voi saada apua ilmankostuttimista tai jopa tuolinselkämyksellä olevasta kosteasta froteepyyhkeestä. Jos kosteus alkaa tiivistyä ikkunoiden sisäpinnalle, tarkista, toimiiko ilmanvaihto kunnolla. Kylpyhuoneen kosteuden poistamiseksi tarvitaan patteri tai lattialämmitys.



3 Pese vaatteet ennen käyttöä

UUSISTA materiaaleista, kuten tekstiileistä, haihtuu ilmaan esimerkiksi pintakäsittelyaineita. Anna myös uuden sängyn tuulettua rauhassa ennen kuin nuket siinä. Suosi Rakennussäätiön M1-päästöluokituksen saaneita rakennusmateriaaleja ja kiintokalusteita, joista haihtuu erittäin vähän kemiallisia päästöjä sisäilmaan. Tarkista materiaali osoitteessa m1.rts.fi.



4 Sytytä tuli harkitusti

TAKKAPUIDEN mukana kotiin tulee hajuja ja mikrobeja, joten kannaa sisälle vain sen verran puhtaita ja kuivia polttopuita kuin käytät kerralla. Muista säännöllinen nuohous. Myös kynttilöiden palamisesta syntyy terveydelle haitallisia pienhiukkasia ja kaasua. Älä polta kynttilöitä koko ajan tai harkitse niiden vaihtamista sähköllä tai paristoilla toimiviin.

5 Tuuleta ja siivoa

VAHVAT, desinfioidut pesuaineet heikentävät sisäilman laatua etenkin, jos niitä jää pinnoille. Keittolevyn teräsreunus tai kattila puhdistuu luonnollisesti sokeripalalla hankaamalla. Ehkäise parkettilattian alle hiipivät kosteusvauriot puhdistamalla lattia sille sopivalla pesuaineella vettä lotraamatta. Kokoa pikkutavarat kaappeihin pölyä keräämästä. Pese pyykki tuoksuttomilla pesuaineilla, tuuletuskin voi riittää. Tuuleta myös koti päivittäin. Vie pakkasella petivaatteet, matot ja verhot ulos raikastumaan ja pyyhi sillä aikaa seinät sekä hyllyt.



Sylvie Fraboulet-Jussila laittaa joka päivä 50-luvun tyylin mukaisesti. Kampaus on ollut sama jo 30 vuotta.

Teksti **ELLA PESONEN** Kuvat **HELI BLÅFIELD**

"Vintage-elämä on pukeutumista, leikkiä ja aarteidenmetsäystä"

Sylvie Fraboulet-Jussilalle 50-luku on elämäntapa. Se näkyy pukeutumisessa, kodin sisustuksessa ja ystäväpiirissä. Aviomieskin löytyi aikanaan vintagehäistä.



Näitä puhelimia valmistettiin aikanaan 18 eri värissä.



Kodin toinen wc on turkoosi, toinen vaaleankeltainen. Tavarat ovat sekoitus uutta ja vanhaa.



Keittiössä on aidot 50-luvun amerikkalaiset kaapit. Lattia on omaa designia ja marmorilaatoista koottu. Eteisessä on samanlainen, mutta punainen. "Unelmani olisi, että kaikki kodin lattiat laitettaisiin uusiksi."



Sylviellä on niin paljon käsilaukkuja, ettei hän pysy enää laskuissa. Hänen suosikkejaan ovat laatikkomalliset käsilaukut.

"Olen kotoisin Pariisiin lähettyvillä sijaitsevasta kaupungista nimeltä Melun. Pukeuduin jo teini-iässä eri tavalla kuin muut. Ensimmäisen kerran yhdistin vintagevaatteita nykyvaatteisiin 15-vuotiaana.

Viimeinen niitti oli, kun bestikseni muutti vanhempineen Ranskasta Lontooseen. Ystäväni alkoi käydä Lontoossa rock 'n' roll -klubeilla. 50-luku oli muodissa vuonna 1988. Vietin kaikki lomani ystäväni luona ja tajusin, että jes, tämä on minun juttuni. Musiikki, pukeutuminen, tunnelma – kaikki tuntui niin omalta.

Minulle harrastus on esteettisyyttä, pukeutumista, leikkiä ja keräilyä. Arvomaailmani on kuitenkin nykymaailman mukainen.

Myöhemmin tapasin Lontoossa ystäväni häissä ihanan suomalaisen miehen, **Jounin**. En silloin tiennyt Suomesta paljoakaan, mutta Jounin kanssa olimme heti samalla aaltopituudella. Kiinnostus 50-lukuun yhdisti meitä.

"Ainoastaan alusvaatteet ostan uusina, vanhojen mallien mukaan tehtyinä."

Asuimme vuoden eri maissa, kunnes päätin muuttaa Suomeen. Otin pari kurssia suomea ja ajattelin, että kyllä se siitä. No eihän se ihan niin helposti käynyt. Nyt olen kuitenkin asunut Suomessa 25 vuotta. Enää en oikeastaan edes ajattele ranskaksi.

Asumme kerrostalossa Helsingin kantakaupungissa. Olemme remontoineet ja sisustaneet kodin yhdessä 50-luvun tyyliin. Tykkään kodistamme, se on mielestäni makee. Autotallissamme on myös pari vanhaa jenkkiautoa, joita Jouni tykkää entisöidä.

Kodin tavarat ovat kertyneet milloin mistäkin – olemmehan kiertäneet maailmalla vintagekaupoissa ja kirpputoreilla jo 30 vuotta.

Keräily on osa elämäntapaa. Tämä on tietynlaista aarteensyntä, kuin

etsisi aina palapeliin puuttuvaa palaa. Se hetki on hauska, kun löytää täydellisen jutun täydentämään asua tai kotia.

Myös yhteisöllisyys on tärkeää.

Käymme monta kertaa vuodessa vintage tapahtumissa ja -festareilla Suomessa ja ulkomailla. Tapahtumissa myydään vaatteita ja levyjä, kuunnellaan bändien ja tiskijukkien musiikkia, tanssitaan ja tavataan ystäviä ympäri maailmaa.

Noin 95 prosenttia ystäväistäni on vintageharrastajia. Välillä tanssimme yhdessä jiveä ja joskus pidämme kotikirpputoreja, joissa pohdimme, mikä vaate sopisi kellekin, autamme vetoketujen kanssa ja annamme mielipiteitä asuista. Se on ihanaa.

Kaikki vaatteeni ovat vintagea. Ainoastaan alusvaatteet ostan uutena, mutta nekin vanhojen mallien mukaan tehtyinä.

Rakastan suunnitella erilaisia asuja. Kuusi vuotta sitten minulla oli blogi nimeltä 365 Vintage Days. Blogin oli tarkoitus tuoda näkyvyyttä suomalaiselle vintageyhdistys Fintagelle, ja sen idea oli, että keksin vuoden ajan jokaiselle päivälle erilaisen asun.

Blogi levisi yllättäen laajasti maailmalle. Kerran chicagolaisessa vintagekaupassa eräs nainen tuli sanomaan, että oletko sinä se sieltä blogista.

Saan asuihini inspiraatiota 50-luvun vaatemyyntiluetteloista, leffoista, lehdistä ja ystäväistäni. Tyylini kulmakiviä ovat mekot tai hameet, joissa on jokin hauska printti, sekä rannekorut ja vyöt. Yritän suunnitella asut aina niin, että käsilaukku, vyö ja kengät ovat samanväriset.

Ostan vaatteeni pääosin netistä. Aivan kotini nurkilla on myös Frida Marina -vintageliike, josta olen tehnyt superhyviä löytöjä.

Pukeudun joka päivä 50-luvun tyyliin, mutta töihin hillitymmin. Se on oma valintani. Työskentelen Finnfundilla ympäristö- ja yhteiskuntavastuuasiantuntijana. Töihin en esimerkiksi laita isoja rannekoruja, sillä niiden kanssa on vaikea kirjoittaa tietokoneella.

Jotkut työkaverini saattavat ihastella vaatteitani, mutta on todella harvi-

Sylvien vinkit vintageharrastukseen

TUTUSTU 50-LUKUUN. "Selaa netistä, kuten Pinterestistä, valokuvia ja asuja, lainaa kirjastosta kirjoja ja katso 50-luvun elokuvia. Kannattaa liittyä myös Facebook-ryhmiin. Itse olen Ooh La La! 1920-1962 Vintage Hive Mind -ryhmässä."

KÄY VINTAGE-LIIKKEISSÄ. "Kauppiaita kannattaa jututtaa, sillä he ovat itse harrastajia, joilla on paljon hyvää tietoa. Helsingissä hyviä kauppiaita ovat esimerkiksi Play it Again Sam, Penny Lane ja Hoochie Mama Jane, Turussa VintagEija's ja Tampereella Yesterdays. Sisustustavaroita etsivälle Helsingissä hyviä ovat Fargo, Tuusulassa Weird Antiques ja Tattarisuon antiikki."

MENE TAPAHTUMIIN. "Niissä pääsee aistimaan 50-lukua sekä tekemään ostoksia. Esimerkiksi Tampereen Tallipihalla on kesäkuussa Suvi-Vintage, ja Kansallismuseo järjestää pari kertaa kesässä myyntitapahtumia. Jos haluaa suunnata ulkomaille, Belgian ja Saksan kirpputorit ovat parhaita. Amerikka on vintagemaana erinomainen."

naista, että joku tuntematon sanoisi vaatteistani jotakin. Kaduilla yleisesti vain tuijotetaan – sellaisiahan suomalaiset ovat.

Ulkomailla saatetaan pyytää kuvia. Se on vähän pöljää, että kun pukeutuu niin kuin haluaa, joku käyttäytyy kuin oltaisiin eläintarhassa. Katsokaa panda, katsokaa vintagepukeutuja!

Kolmekymppisenä en ollut vielä tarpeeksi rohkea. Pukeuduin silloin vielä töihin modernimpiin vaatteisiin. Nyt 50-vuotiaana uskallan olla täysin tätä kaikkea. Vintage on vahva osa identiteettiäni, tämä minä olen." ■

Hyvä asiakaspalvelija kuuntelee

Heli Tuori ottaa asiakkaat vastaan Vaasan Sähkön uudella infotiskillä. Hänelle asiakaspalvelussa tärkeintä on aito kohtaaminen. Se johtaa välillä syvällisiin keskusteluihin sähköasioiden rinnalla.

Teksti **ELINA VIRONEN**
Kuva **MIKKO LEHTIMÄKI**



Nimi: **Heli Tuori**
Työ: palveluasiantuntija
Koulutus: yo-merkonomi
Perhe: kaksi aikuista lasta ja kolme lastenlasta
Harrastukset: kreikkalaiset kansantanssit, matkustaminen sekä tanssiesiintymiset Kreikassa ja Suomessa

1 Miksi Vaasan Sähkö sai infopisteen?

”Infotiski ja aulapalvelija ovat asioita, joita asiakkaat ovat meiltä toivoneet. Infotiskin ansiosta pystymmekin palvelemaan entistä paremmin toimipisteeseen saapuvia asiakkaita ja myös muita vieraita. On mahtavaa päästä kohtaamaan ihmisiä myös kasvokkain. Aiemmin palvelin asiakkaita puhelimesta ja sähköisten kanavien kautta.

Asiakkaat voivat tulla asiakaspalveluun hoitamaan sähköasioita henkilökohtaisesti. Se on mielestäni hyvä – eihän kaikilla ole kotona tietokoneita. Ohjaan asiakkaat tarvittaessa vastaanotosta asiakaspalvelijoille.”

2 Millaista on hyvä asiakaspalvelu?

”Minulle on tärkeintä, että palvelu on aitoa ja ystävällistä, ja että pidetään se, mitä luvataan. Asiakaspalautteesta paistaa läpi, että Vaasan Sähköön luotetaan ja että täällä tehdään asiakkaan puolesta enemmän kuin mitä asiakas odottaa saavansa. Usein on tilanteita, joissa voimme helpottaa asiakkaan arkea tekemällä asioita hänen puolestaan.

Joskus asiakas haluaa puhua muustakin kuin sähkösopimuksesta, ja silloin minä kuuntelen. Asiointi saattaa liittyä vaikkapa johonkin elämäntilanteeseen, josta asiakas haluaa kertoa. On kiva, että on mahdollisuus tuoda iloa asiakkaan päivään, vaikkapa sitten juttelemalla hetken jostain muusta kuin sähköstä.”

3 Mikä on parasta työstä saamaasi palautetta?

”Kerran eräs asiakas oli tekemässä sähkösopimusta loma-asuntoonsa Lappiin. Puhelun päätteeksi asiakas sanoi, että oli kiva jutella ja tulla käymään Lapissa! Kun asiakas on tyytyväinen, se saa omankin olon iloiseksi.”

KESÄDUUNIA TARJOLLA!

OPISKELIJA, tartu alkuvuoden odotetuihin makupaloihin – Vaasan Sähkön kesätyöt 2020 on nyt julkaistu! Hae heti, sillä näille herkuille riittää kysyntää. Haku päättyy 29.2., ja työpaikat löytyvät osoitteesta vaasansahko.fi/kesatyo.



PYSY KARTALLA SÄHKÖNKULUTUKSESTA

TALVELLA SÄHKÖLASKUN koko saattaa yllättää etenkin sähkölämmitteisessä kodissa asuvan, kun kylmät kelit kasvattavat sähkönkulutusta. Vältä yllätyksiltä, kun seuraat sähkönkulutustasi Online-palvelutamme. Pääset rekisteröitymään ja kirjautumaan palveluun osoitteesta online.vaasansahko.fi. Sieltä näet sähkönkulutuksesi jopa tunnin tarkkuudella ja voit verrata sitä vaikkapa vuoden takaiseen tilanteeseen.

Kehitämme paraikaa myös Vaasan Sähkön omaa kännykkäsovellusta, josta kodin sähkönkulutuksen pääsee tulevaisuudessa tarkistamaan näppärästi missä ja milloin vain.

NÄIN PIDÄT HUOLTA

Uunista

Uuni on pitkäikäinen laite, jonka tärkein huolto on puhdistus.

1 | Pidä uuni puhtaana, sillä lika haittaa lämmönsiirtoa uunissa. Se heikentää paistotulosta ja lisää hieman uunin sähkönkulutusta. Lika myös käryää ja voi pahimmassa tapauksessa syttyä palamaan. Puhdista likaantunut uuni heti, niin lika irtoaa helpommin. Käytä puhdistukseen mietoa käsiastianpesuliuosta ja sienipyyhettä tai mikrokuituliinaa. Pese näin myös uunipelti ja ritilä.

2 | Pese pinnitnyt lika esimerkiksi mäntysuopaliuksella, ruokasoodasta, suolasta ja kuumasta vedestä tehdyllä tahnulla tai uunipesuaineella. Kun lämmität uunin 50 asteeseen ja annat sen jäähtyä hetken ennen puhdistusta, pinnitnyt lika pehmenee ja irtoaa helpommin. Älä käytä uunin tai pellin puhdistukseen karhunkieltä tai mitään terävää, koska ne voivat naarmuttaa pintoja, ja lika tarttuu jatkossa naarmuihin helpommin.

3 | Ehkäise ruoan roiskumista uuniin valmistamalla ruokaa riittävän kokoisissa astioissa ja käyttämällä kansia tai paistopussia. Valmista ruoat sopivissa lämpötiloissa, koska liian kuumassa ruoka räiskyy helpommin sotkien



ISTOCKPHOTO

Toiminnoiltaan simppelellä uunin on helppo pitää kunnossa.

uunin. Suojaa uunipeltiä ja ritilä aina leivinpaperilla.

4 | Vaihda lamppu sen rikkoutuessa. Tarkista tarkat vaihto-ohjeet ja lampumalli laitteen käyttöohjeesta.

5 | Käytä uunia fiksusti valmistamalla ruokaa mahdollisimman paljon kerralla. Lämmitä uunia harvemmin mutta pidempään kerralla sen sijaan, että lämmittäisit uunia tiuhaan lyhyiksi ajoiksi. Näin uunin osat kuluvat vähemmän, ja laite palvelee kauemmin.

6 | Kutsu kodinkonekorjaaja paikalle, jos uuniin tulee vika. Yleensä uunin viat ovat pieniä, ja niiden korjaaminen on edullisempaa kuin uuden laitteen ostaminen.

Lähteet: Motivan asiantuntija Päivi Suur-Uski ja martat.fi

Valitse vihreä kaukolämpö

KAUKOLÄMPÖVALIKOIMAMME kasvoi vuoden alussa, ja nyt jokainen kaukolämpöasiakkaamme voi valita kotiinsa tai yrityksiinsä täysin hiilidioksidivapaan lämpötuotteen. Ilmastotakuu-lisäpalvelu on helppo tapa pienentää hiilijalanjälkeä, sillä sen myötä kaukolämmön hiilidioksidipäästöt ovat 0 g.

Ilmastotakuu on valinta, josta voit yrityksenä kertoa myös asiakkaillesi. Saat sertifikaatin, jonka avulla osoitat, että olet mukana Suomen ilmastotalkoissa.

Ilmastotakuun liittäminen osaksi kaukolämpösopimusta on helppoa. Lue lisää ja tilaa palvelu osoitteesta vaasansahko.fi/ilmastotakuu. Voit myös ottaa yhteyttä asiakaspalveluumme 06 324 5340 tai kaukolampo@vaasansahko.fi.

ISTOCKPHOTO



**MIKÄ FIILIS
JÄI LEHDESTÄ?**

Vastaa ja voita!
[vaasansahko.fi/
filismittari](http://vaasansahko.fi/filismittari)



ISTOCKPHOTO

MITTAA INTOHIMOSI ENERGYWEEKILLÄ

UUDEN TÄRKEIN energia-alan tapahtuma, Vaasa EnergyWeek, tulee taas. Tapahtuma järjestetään 16.–19.3. Vaasan kaupungintalolla. Meidät löydät paikalta kolmena ensimmäisenä tapahtumapäivänä. Toimipisteellämme pääset mittaamaan todellisen intohimosi tieteellisin keinoin suoraan iholta. Tule testaamaan! Lisätietoja tapahtumasta saat osoitteesta energyweek.fi.

Sähköt raksalle nopeasti

ILOUUTINEN RAKENTAJILLE! Pilotoimme sähköverkkoalueellamme nopeaa sähköjen kytkentää rakennustyömaille. Sähköverkkoyhtiön ei tarvitse käydä työmaalla enää useita kertoja, vaan uudenlainen mittauskeskus voidaan asentaa tontille yhdellä käynnillä, jo ennen kuin sähköurakoitsijan tekemä sähköasennus on valmis. Kun asiakas haluaa sähköt päälle, asiakaspalvelumme voi kytkeä ne etänä, ilman odotusaikaa.

Tavoite on, että nopeaa kytkentää voidaan tarjota kaikille Vaasan Sähköverkon alueen omakotitalo- ja mökkirakentajille tämän vuoden aikana.



Hyvää tuulta hymiöistä

VAASAN SÄHKÖ on talven tultua jatkanut someileisensä ilahduttamista, omaan vaasalaiseen tyyliinsä tietenkin. Tällä kerralla iloista energiaa luodaan lupsakoiden hymiöiden avulla – kuinka paljon hupia syntyykään, kun emoji herätetään eloon ja pystyy pistetään veikeä arvausleikki! Nappaahan siis itsellesi hyväntuulinen hetki ja käy arvauksissa viikon emojiimme Instagramissa 😊.

#suomenvaasalaisintasähköä

Seuraa
meitä
somes-
sessa!



Kohti säävarmaa sähköverkkoa

VAASAN SÄHKÖVERKKO kehittää verkostaan entistäkin toimintavarmempaa lisäämällä maakaapeloidun sähköverkon osuutta. Kun sähköverkko kulkee maan alla, myrskyt ja muut luonnonilmiöt eivät pääse aiheuttamaan häiriöitä sähkönjakeluun.

Tänä vuonna sähköverkkoa kaapeloidaan esimerkiksi Laihialla, Mustasaassa, Korsnäsissa ja Vaasassa. Tällä hetkellä keskijänniteverkostamme on kaapeloitu 41 prosenttia ja pienjänniteverkosta 71 prosenttia.

MEILTÄ SAAT VASTI- NETTA RAHALLESI

SÄHKÖN myyntiyhtiöiden asiakas-tyytyväisyyttä koskevasta tutkimuksesta käy ilmi, että asiakkaamme kokevat saavansa Vaasan Sähköltä vastinetta rahalle – tässä kategoriassa sijoituimme ensimmäisiksi. Kokonaistuloksessa ylsimme kakkossijalle. Meillä on vähiten tyytymättömiä asiakkaita ja toiseksi eniten erittäin tyytyväisiä asiakkaita. Vaasan Sähkö on myös parantanut joka mittarilla viime vuodesta toimialan keskiarvoon nähden, ja me myös päihitimme alan keskiarvon kaikilla mittareilla. Kiitos kaikille asiakkaillemme arvokkaasta palautteesta!

Lähde: EPSI Ratingin Sähkön vähittäismyynti 2019 -tutkimus

JOUSTOA SÄHKÖ- JÄRJESTELMÄÄN

VAASAN YLIOPISTO on yhteistyössä VTT:n kanssa käynnistänyt FLEXIMAR-hankkeen, jossa kehitetään uutta reaaliaikaista markkinapaikkaa sähköjen kulutusjoustolle. Uusiutuvan energian, kuten tuulivoiman ja aurinkoenergian, yhä laajempi käyttö vaatii myös enemmän joustoa sähköjärjestelmältä. Hankkeessa tutkitaan muun muassa, kuinka kuluttajat saataisiin osaksi tätä joustoa. Vaasan Sähkö on mukana mahdollistamassa hanketta.

"Puhdistamme suomalaista energiantuotantoa"

*Vaasan Sähkö investoi jälleen tuulivoimaan. Toimitusjohtaja **Stefan Damlin** näkee, että päästöttömän energiantuotannon lisääminen on energiayhtiön velvollisuus.*

Mistä on kyse?

Vaasan Sähkö investoi lähes 20 miljoonaa euroa Teuvan Paskoonharjun tuulipuistoon, jonka odotetaan valmistuvan vuonna 2022. Alueelle nousee 21 uutta tuulivoimalaa, joista kymmenen tuottaa sähköä Vaasan Sähkölle.

Uusi tuulipuisto tuottaa vuodessa noin 400 000 megawattituntia sähköä. Tästä Vaasan Sähkön osuus on lähes puolet, mikä vastaa noin 10 000 sähkölämmitteisen omakotitalon vuosikulutusta ja suunnilleen kymmentä prosenttia yhtiön vuonna 2019 myymästä sähköstä.

Tuulipuiston rakennuttaa EPV Tuulivoima Oy, joka on EPV Energian tytäryhtiö. Vaasan Sähkö omistaa EPV Energiasta noin 40 prosenttia. Vaasan Sähköllä on jo ennestään osuuksia 82 tuulivoimalassa Suomessa EPV Energian kautta.

Uudet voimalat ovat Suomessa ensimmäisiä, jotka rakennetaan ilman yhteiskunnan maksamaa tukea.

"Teknologia on kehittynyt, ja olemme nyt päässeet markkinoilla siihen tilanteeseen, että tuulivoiman rakentaminen markkinaehtoisesti on kannattavaa", kertoo Vaasan Sähkön toimitusjohtaja Stefan Damlin.

Miksi panostus tuulivoimaan?

"Meillä on energiantuottajana vastuu tehdä ilmastonäkökulmasta kestäviä päätöksiä, ja samalla pienennämme asiakaidemme hiilijalanjälkeä", Damlin sanoo.

Hän muistuttaa, että tuulivoima on täysin päästötön sähkön tuotantomuoto.

"Olemme päättäneet lähteä hyvin voimakkaasti puhdistamaan suomalaista energiantuotantoa, ja siksi tämänlaiset investoinnit ovat tärkeitä."

Millä muilla keinoin energiantuotantoa puhdistetaan?

Kaukolämmön puolella esimerkkejä ovat Vaasan Sähkön hiljattain lanseeraama vihreä kaukolämpötuote, Ilmastotakuu, sekä Vaasan Vaskiluotoon tuleva lämpöenergiavarasto, joka muun muassa mahdollistaa aurinko- ja tuulienergian joustavamman hyödyntämisen tulevaisuudessa myös lämmityksessä.

"Tuulisina päivinä tuotettu ylijäämäenergia johdetaan lämpöenergiavarastossa olevaan veteen, johon lämpö varastoituu. Sieltä lämpö johdetaan kaukolämpöverkkoon. Näin saadaan puhdasta kaukolämpöä."

Lisäksi Vaasan Sähkö tekee kulutusjoustopilotteja sekä kaukolämpö- että sähköpuolella.

"Etsimme tapoja, joilla voimme asiakkaan kanssa joustaa energiankäytössä ja välttää kulutuspiikkejä. Näin vähemmän ympäristöystävällisten tuotantolähteiden käyttöä voidaan vähentää."

Vaasan Sähkö myös ostaa Vaasan alueella syntyvää hukkalämpöä ja syöttaa sen kaukolämpöverkkoon. Tämän ansioista esimerkiksi teollisuudessa syntynyt ylijäämälämpö voi lämmittää sinun kotiasi, jos asut Vaasassa.

Beata Rodas tekee
viikoittain 14 pelivideota.
Hänen suosikkejaan ovat
seikkailu- ja kauhupelit.

Jopa tuhat faniviestiä päivässä

Beata Rodas eli Paqpa tekee pelivideoita Youtubeen kotonaan Vaasassa. Hänen tärkeä viestinsä on, että tietokonepelit eivät ole pelkästään poikien juttu.

Teksti **ELLA PESONEN**
Kuvat **LINUS LINDHOLM**

Lapsuudessaan **Beata Rodas**, 24, tykkäsi katsella, kun hänen isänsä ja isoveljensä pelasivat tietokonepelejä. Kun tyttö sai itse kokeilla, hän hurautti pelimaailmaan.

Rodas katsoi Youtubesta pelivideoita ja ihaili PewDiePie-pelikanavaa. Kanavaa pitää ruotsalainen **Felix Kjellberg**, joka on ensimmäisten joukossa tehnyt Youtube-videoista itselleen ammatin.

”Ajattelin, että mitäpä jos minäkin tekisin pelivideoita, mutta naisen näkökulmasta”, Rodas sanoo.

Hän perusti Youtube-kanavan ja antoi sille nimeksi Paqpa isänsä vanhan pelinimen mukaan. Kanavan pääidea oli alusta alkaen se, että videoilla pelataan monipuolisesti kaikkea sotapeleistä lähtien.

Nyt Rodas on tehnyt pelivideoita ammatikseen nelisen vuotta. Hänen Paqpa-kanavallaan on 230 000 tilaajaa

ja videoilla yli 200 miljoonaa näyttökertaa.

Täysi päivä videotehtailua

Rodaksen työpäivä alkaa aamuyhdeksältä. Työmatka ei ole pitkä, sillä työpaikka on hänen kotinsa. Tärkeimmät työvälineet ovat tietokone, mikki ja web-kamera.

Päivän aikana Rodas videoi kahta eri peliä. Hän ei harjoittele etukäteen, vaan videolle päätyy se hetki, kun hän kokeilee peliä ensimmäistä kertaa. Se on homman juu.

Heti perään Rodas editoi ja julkaisee videot. Joka päivä kanavalle ilmestyy kaksi uutta videota. Julkaisutahti on kova – monet muut julkaisevat saman määrän viikossa.

”Tykkään vain pelaamisesta niin paljon. Nautin siitä, että saan tehdä sitä työkseni.”

Julkaisun jälkeen Rodas etsii pelit seuraavalle päivälle ja vastailee seuraajiensa kommentteihin. Niitä tulee yhteen videoon päivittäin jopa tuhat. Rodas pyrkii vastaamaan kaikkiin.

”Saan viestejä, että videoni ovat piristäneet vakavan sairauden keskellä tai auttaneet koulukiusattuja jaksamaan. Sellaisen kuuleminen piristää minua.”

Työpäivä on yleensä purkissa kahdeksassa tunnissa. Sen jälkeen Rodas ulkoilee kolmen koiransa kanssa. Jos hän haluaa pitää vapaapäivän, videoita pitää tehtailla ennakoon.

Youtube työllistää Rodaksen koko-aikaisesti. Tulot koostuvat pääosin mainostuloista, jotka tulevat hänen videoihinsa lisätyistä mainosvideoista.

Monet tubettajat tekevät lisäksi kaupallisia yhteistöitä eri yritysten kanssa. Usein tubettajat kuuluvat jonkinlaiseen verkostoon, jonka kautta heille tarjotaan yhteistöitä. Rodas liittyi

itse vastikään Demi-lehden tubettajaverkostoon.

”Suunnitelmissa on laajentaa kanavani sisältöä omaa elämää kuvaaviin vlogeihin.”

Tubettaja on nuoren idoli

Olet poikamainen, kun pelaat. Tällaisia kommentteja Rodas on kuullut lapsesta asti.

”Sain Youtube-urani alussakin paljon vihakommentteja, että ei nainen saa pelata. Naispelaajat ovat harvinaisempia, etenkin Suomessa, mutta haluan kanavallani näyttää, että pelit eivät ole vain poikien juttu.”

Paqpa-kanavan seuraajista noin puolet ovat poikia, puolet tyttöjä. Etenkin tytöiltä Rodas saa jatkuvasti palautetta.

”Monet kertovat, että ovat saaneet minulta rohkeutta kertoa olevansa pelaavia tyttöjä. Usein nettipeleissä käy edelleen niin, että jos selviää, että yksi joukkueen pelaajista on tyttö, häntä saatetaan syyttää koko joukkueen häviöstä.”

Jos Rodas lähtee käymään Vaasan keskustassa, kymmenkunta nuorta tulee pyytämään yhteiskuvaa.

Seuraajat lähettävät myös kirjeitä ja piirustuksia. Niitä on pitänyt viedä vanhempien luokse säilöön, koska kaikki eivät mahdu asuntoon.

”Kun on tottunut puhumaan yksin kotona kameralle, unohtaa sen ihmismäärän, joka videoita katsoo.”

Rodaksen isoin haave on, että hän saisi jatkaa työtään vielä vuosia. Sen jälkeen suunnitelmissa on tavoitella lapsuuden unelma-ammattia ja opiskella eläinlääkäriksi.

Rodaksen perhe on suhtautunut Youtube-uravalintaan hyvin.

”Isästä ja veljestä se on ollut tosi siistiä. He ovat kertoneet olevansa minusta ylpeitä.” ■

BEATA RODAS ELI PAQPA on 24-vuotias ammattitubettaja. Hän on kotoisin Seinäjoelta, mutta asuu Vaasassa. Hänen Youtube-kanavallaan on 230 000 tilaajaa. Rodas on tehnyt pelivideoita työksensä neljä vuotta.



TÄHTIPÖLYÄ | Joskus innokkaimmat fanit ovat tulleet koputtelemaan kodin ikkunoita ja ovea. Tämä ei Rodasta ahdist, mutta verhot hän pitää mielellään ikkunan edessä. Kaupungilla hänestä on kuitenkin kiva tavata seuraajiaan ja vaihtaa kuulumisia.



Korvaa chorizo
muulla mausteisella
makkaralla tai
vegemakkaralla.

Shakshuka nousi veneeseen

Lähi-idän ja Pohjois-Afrikan keittiöistä tuttu shakshuka on mukavasti lämmittävä talviruoka. Tarjoa se modernisti tortilla-veneissä valmiina annoksina.

Resepti **HANNA HURTTA**
Kuva **KIRSI-MARJA SAVOLA**



Aloita sipuleista:

Kuori ja hienonna sipuli ja valkosipulinkynnet.

Kuumenna öljy pannussa ja kuullota sipulia viitisen minuuttia. Lisää valkosipuli, sokeri, paprikajauhe ja chilijauhe. Jatka kuullottamista pari minuuttia.



Etene kastikkeeseen:

Lisää pannulle tomaattimurska ja noin desilitra vettä. Anna kastikkeen muhia miedolla lämmöllä vähintään 15 minuuttia. Mausta kastike suolalla ja mustapippurilla.



Täytä tortillaveneet:

Asettele tortillaveneet leivinpaperin päälle uunipellille. Jaa chorizosiivut kuppien pohjille ja kaada tomaattikastike päälle. Tee tomaattikastikkeeseen kolo ja riko siihen kananmuna. Mausta kananmuna suolalla ja mustapippurilla. Murustele päälle feta ja aseta pinnalle kirsikkatomaatti. Täytä kaikki tortillat samalla tavalla.



Kypsennä ja koristele:

Paista veneitä 200 asteissa noin 10 minuuttia, kunnes valkuainen on hyytynyt. Viimestele veneet tuoreella oreganolla.

Tuhtia sapuskaa!

Shakshuka on alun perin aamiairuoka, mutta sopii hyvin brunssille tai lounaaksi.

6 hengen annokseen tarvitset:

1 sipulin
2 valkosipulinkynttä
2 rkl öljyä
½ rkl sokeria
1 tl paprikajauhetta
1 tl chilijauhetta
1 tlk tomaattimurskaa (400 g)
suolaa ja mustapippuria
6 tortillavenettä/tortillakuppia
100 g chorizoleikkelettä
6 kananmunaa
50 g fetaa
6 kirsikkatomaattia
tuoretta oreganoa



Suomen vaasalaisinta sähköä.

**ARVONTA
ASIAKKAIL-
LEMME**

**Palkinnon
arvo yli
800 €**

Voita romanttinen festariviikonloppu Vaasassa

Arvomme 7 kpl kahden hengen viikonloppupaketteja Vaasassa 7.–9.8.2020

Hotelli pe–su

Tasokkaat hotelliyöt aamupalalla
Sokos Hotel Vaakunassa.

2 päivän VIP-liput Vaasa Festivaliin

Vaasan Sähkö Deluxe VIP -lippuihin
sisältyy mm. molempina päivinä
kolmen ruokalajin illalliset ja lasilliset
kuohuvaa saapuessanne.



Lue lisää vaasansahko.fi/asiakasedut

Säännöt: Arvontaan voivat osallistua Vaasan Sähkön asiakkaat 6.2.–30.6.2020. Osallistu Vaasan Sähkön Online-palvelussa online.vaasansahko.fi rastittamalla osallistumisesi. Palkinto sisältää kaksi Vaasan Sähkö Deluxe VIP -lippua Vaasa Festival -tapahtumaan 7.–8.8.2020 sekä hotelliyöpymisen kahdelle Original Sokos Hotel Vaakunassa 7.–9.8.2020. Palkinnon arvo: 821 €. Voittajille ilmoitetaan henkilökohtaisesti. Voittajien nimet voidaan ilmoittaa Vaasan Sähkön kanavissa. Kilpailun säännöt: vaasansahko.fi/saannot.