

ACTION!

SAKU RY:N TIEDOTUSLEHTI 4 / 2011



**Tour de SAKU liikutti
300 tiimiä** 4

Esittelyssä SAKU ry:n uusi strategia 8

Hyvinvointi virtasi ammattipistoissa 12

sakur

Sisällysluettelo

PÄÄKIRJOITUS	3
TOUR DE SAKU.....	4
SAKU RY:N UUSI STRATEGIA.....	8
SAKU-ETIKETTI	10
HYVINVOIVA OPPIMISYMPÄRISTÖ	12
HYVINVOINTIVIRTA	14
AMISHOMMAN PALKITUT	17
VIERASKYNÄ	18
KOHDATUT	19
KUERKIEVARI	20
TERVEYSTIEDON OPETUSPAKETTI JA HUOLTOKIRJAT	21
TOIMINTAKALENTERI	22
YHTEYSTIEDOT	23

ACTION!

SAKU ry:n tiedotuslehti

Julkaisija: Suomen ammatillisen koulutuksen kulttuuri- ja urheiluliitto, SAKU ry
Ilmestyminen: Neljä kertaa lukuvuodessa.

Seuraava numero: Helmikuussa 2012.

Aineisto: sari.mantila-savolainen@sakury.net.

Kannen kuva: ValinNaisetAineet bongasivat upean kohteen
kävelykampanjan etappikisassa. Kuva: ValinNaisetAineet/Keuda

Toimitus: Sari Mantila-Savolainen

Taitto: Finnmainos Oy – Pasimatti/VSP

Painopaikka: Offset Ulonen Oy, Tampere



Tour de
SAKU

Tour de SAKU
s. 4



SAKU-etiketti
s. 10



Hyvinvoiva oppimisympäristö
s. 12



Hyvinvointivirtaa
s. 14



Kohdatut
s. 19

Joko tykkäät?

SAKU ry ja SAKUstars löytyvät nyt myös Facebookista.

Sivuilla voit päivittää tietosi ajankohtaisista tapahtumista, kurkata kuvagallerioihin, pysyä ajan hermolla tulevasta ja vaikuttaa keskustelemalla ja kommentoimalla.

Kaveripyyntö juuri sinulle on nyt lähetetty!



Harmiton hassuttelu tuo iloa arkeen

Ammatillisen koulutuksen henkilöstölle suunnattu liikuntakampanja järjestettiin ensimmäisen kerran SAKU ry:n 60-vuotisjuhluvuonna, syksyllä 2009. Kampanja lähti liikkeelle halusta tehdä juhluvuoden aikana jotain sellaista, joka näkyisi oppilaitosten arjessa ja johon suuri joukko ihmisiä voisi osallistua helposti erilliseen juhlatapahtumaan lähtemättä. Marssi Marsiin -kampanja veti mukaan 2 000 liikkujaa ja osoitti samalla järjestölle, että tätä täytyy tehdä lisää!

Tänä syksynä järjestimme netin kautta toteutetun liikuntakampanjan jo kolmannen kerran, ja mukaan lähti jälleen entistä suurempi määrä ammatillisen koulutuksen henkilöstöä. Kampanjan perustavoite oli tälläkin kerralla sama kuin kahtena edellisvuotena: nostaa esille arkisen aktiivisuuden merkitys osana liikuntatottumuksia ja hyvinvointia. Siksi kampanjan päälajina oli jälleen kävely, vaikka vuoden teeman (Tour de France) mukaisesti lisälajiksi otettiin myös pyöräily.

Ja kyllä sitä kahden kuukauden aikana taas taivallettiin – yhteensä kävelimme maapallon 15 kertaa ympäri ja ajoimme sen päälle vielä 5 kierrosta pyörällä!

Arkiliikunnan lisääminen on hyvä ja riittävä tavoite hyvinvointia edistävälle nettikampanjalle. Tänä vuonna halusimme kokeilla lisäksi jotain muutakin: virkistävää, innostavaa ja porukkahenkeä nostattavaa hassuttelua, johon kampanjan osallistujat saattoivat halutessaan osallistua osana peruskampanjaa.

Kampanjan aikana etappikisoissa mm. bongailtiin porukalla, perehdyttiin ranskalaisuuden ytimeen, kärrättiin töihin nallevahvistuksia ja hersyteltiin huumoria persoonallisilla tiimiasuilla. SAKU ry:n toimiston porukan raastavaksi rooliksi jäi valita kullekin etapille voittaja monista hyvistä ja hauskoista vaihtoehdoista.

Etappikisoihin mukaan lähteneet olivat oivaltaneet etappien idean loistavasti: pieni hassuttelu, virkaroolista luopuminen, yhdessä tekeminen ja arjen rutiineista poikkeaminen piristää kum-masti. Tiimien kekseliäisyys ja heittäytyminen ilahduttivat viikosta toiseen. Ja sosiaalisen median kautta hauskat jutut pääsi jakamaan kuvien ja juttujen muodossa helposti.

Hassuteltu on syksyn mittaan muullakin kuin ammatillisessa koulutuksessa. Ylen Nenäpäivä keräsi höpsötellen rahaa sitä kipeästi tarvitseville. Tiukalla menokuurilla olleen Finnairin lentoemännät puolestaan piristivät työkavereidensa arkea järjestämällä tanssiesityksen yllätyksenä kesken tavallisen arkisen aherruksen.

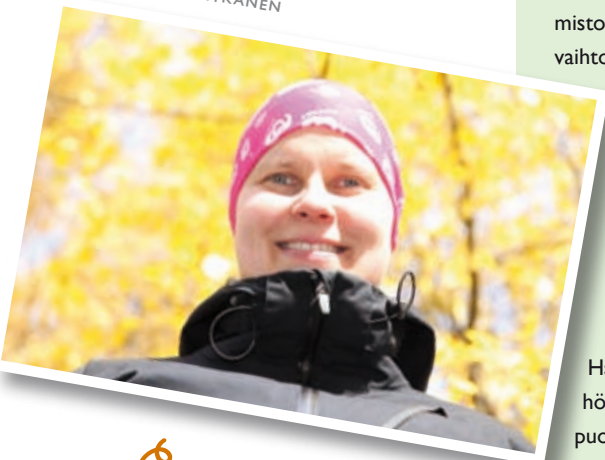
Finnairin flash mob -tempaus sai netissä mukavasti julkisuutta ja positiivista palautetta. Finnairin lentoemäntä Helena Kaartinen tiivisti tempauksen idean blogissaan mainiolla tavalla: ”Harmiton hassuttelu ja yllättäminen vaikuttavat positiivisesti hyvinvointiin!” Tour de SAKU -kampanjan kokemusten perusteella on helppo olla samaa mieltä!

Arkisen aktiivisuuden lisääminen ja liikunnan ilon levittäminen ovat SAKU ry:lle luontaisia tehtäviä, joihin vuosittaiset liikuntakampanjat ovat hyvä väline. Jatkossa taidamme lisätä tehtävälistalle myös harmittoman hassuttelun – pienistä jutuista kun tulee usein ne parhaat naurut!

Saija

Saija Sippola
toiminnanjohtaja

KUVA: KIMMO PITKÄNEN



Päi

Tässä lehdessä on tarjolla mielenkiintoinen lukupaketti, jossa kootaan yhteen vuoden lopussa päättyvän Ammatillisen koulutuksen hyvinvointiverkosto -hankkeemme aikaansaannokset. Esittelemme myös lyhyesti syyskokouksen hyväksymän SAKU ry:n uuden strategian, joka ulottuu vuoteen 2016 asti. Strategia tiivistyy neljään ydinverbiin/-ilmaukseen: SAKU ry yhdistää, on läsnä arjessa, tarjoaa elämyksiä ja muuttaa maailmaa. Avaamme strategiaa lisää vielä ensi vuoden ensimmäisessä lehdessä.

Mielenkiintoisia lukuhetkiä!

Tour de SAKU

Koko porukan
saldona maapallo
kierrettiin ympäri:
kävelen 15 kertaa
pyöräillen 5 kertaa



Tour de SAKU liikutti 300 tiimiä

Tour de SAKU -kuntoliikuntakampanja toi arkiliikuntaan lisäsykettä kaikkiaan 2 690 osallistujalle. Kolmatta kertaa järjestetty amatillisen koulutuksen oma liikuntakampanja lisäsi edelleen osallistujamääräänsä. Kahdeksan viikkoa kestäneeseen kampanjaan osallistui 300 tiimiä 39 koulutuksen järjestäjältä. Tärkeimpänä tavoitteena kampanjassa on lisätä arkiliikunnan määrää. Kampanjan etappikisat osoittivat, että yhteisestä liikkumisesta syntyi sekä iloista puhetta että roppakaupalla hyvää mieltä.

Tour de SAKU -kampanjaa varten tiimit kokosivat enintään kymmenen hengen joukkueet, joiden tavoitteena oli kerätä yhdessä mahdollisimman suuri askelmäärä. Tämän vuoden teemana oli legendaarinen Ranskan ympäriajo, joka nosti kävelyn ja juoksemisen lisäksi lajiksi pyöräilyä. Pyöräillyt kilometrit muutettiin kampanjassa askeliksi kaavalla, jossa 18 kilometriä pyöräilyä vastasi 10 000 askelta.

10 000 askeleen tavoite päivässä

Ranskan ympäriajon teema näkyi kampanjasivuilla kisailtavina paitojen väreinä. Vauhdikkaimmin kärjessä edennyt tiimi kantoi tunnuksestaan keltaista paitaa, vuorten valtiapunapilkkuista ja pistekilpailun ykkösen vihreää paitaa. Mäkikisoissa tiimit pärjäisivät yhdessä liikkumalla, tehtäviä suorittamalla sekä iloisella pilkkeellä silmäkulmassa. Pistekilpailussa pisteitä tiimeille kertyi monipuolisesta liikunnasta.

Tour de SAKU -kampanjareitillä oman joukkueen etenemistä pystyi vertaamaan myös pääjoukon askellukseen. Pääjoukko eteni taipaleella terveysliikunnan suositusta vastaavalla

vauhdilla. Terveysliikunnan suosituksen mukaan meistä jokaiselle tulisi askelmittariin kerätyä päivän aikana vähintään 10 000 askelta. Pääjoukon tahdissa maali läheni, kun joukkueessa oli vähintään kahdeksan askeleiden suositusmäärän tavoittanutta osallistujaa.

Keuda askelmäärien ykkönen

Kampanjan aikana ahkerimmin askeleita kerättiin Keski-Uudenmaan koulutuskuntayhtymässä, jossa 33 tiimissä mukana oli 281 osallistujaa. Tiimien kokonaisaskelmäärä oli 117 762 500. Osallistumisprosentti Keudan henkilökunnalla oli myös komea 50. Koulutuksen järjestäjien osallistumisprosenttien välisessä vertailussa Keuda sijoittui jaetulle toiselle sijalle yhdessä Maalariammattikoulun Kannatusyhdistys ry:n kanssa.

Toiseksi koulutuksen järjestäjien välisessä askelmäärien vertailussa sijoittui Päijät-Hämeen koulutus konserni, jonka 28 tiimiä ja 245 osallistujaa keräsivät 109 658 601 askelta. Kolmanneksi kiirehti Espoon koulutuskuntayhtymä Omnia 28 tiimillä ja 224 osallistujalla. Omnian kokonaisaskelmäärä oli 94 344 316.

Aktiivisimmin kampanjan aikana henkilöstönsä sai liikkeelle Siika-Pyhäjokialueen koulutuskuntayhtymä, jossa henkilöstön osallistumisprosentti oli 58.

Tiimeistä kiri ykköseksi KAOheat

Tour de SAKU:n kokonaiskilpailussa kovimman askelmäärän keräsi Kainuun ammattiopiston

tiimi KAOheat, jonka askelsaaliksi oli 14 678 672. Seuraaviksi eniten askeleita keräsivät WinNovan Wintiöt ja Oulun seudun ammattiopiston Kempeleen voimatytöt ja sähköjänkset.

Lisämaustetta kampanjaan saatiin etappikisoista. Pistekisoissa suorituksia kerättiin lihasliikunnan, pallopelien ja kehonhuollon etapeilla, joilla voittoon kirittiin monipuolisella liikunnalla. Vuorten valtiapunapilkkuisesta paidasta kisattiin kohteita bongaten, ranskalaisesta kulttuurista nauttien, nallevoimaa hyödyntäen sekä tiimiasuissa koreillen. Etappikisoissa palkintopallille nousivat Ami-Säätiön AmiSpurtit, Keudan ValinNaisetAineet, Koulutuskeskus Tavastian Le détour Tavastia, Ylä-Savon ammattiopiston Liito-oravat ja Omnian Beettasalpaajat. SAKU ry:n Facebook-sivustolla kannattaa käydä kurkkaamassa etappikisojen innoittamia liikuntaideoita sekä hauskoja valokuvia matkan varrelta.

Tour de SAKU päättyi 31.10., mutta järjestelmä pidetään auki vuodenvaihteeseen asti. Jos maalilinja on tiimillä vielä tavoittamatta, niin ympäriajoa ehtii siis vielä hyvin jatkaa. Kokonaiskilpailun lopputulokset, etappikisojen voittajat, kunniamaininnat sekä koulutuksen järjestäjien parhaat tiimit löytyvät tuloksista osoitteesta www.liikkeelle.net. Kiitämme kaikkia ympäriajoon osallistuneita tiimejä aktiivisuudesta sekä etappikisoihin osallistuneita iloisten tunnelmien jakamisesta!

Teksti: Sari Mantila-Savolainen

Paras päivä on dagen efter!

Voittoisassa KAOheat-tiimissämme askelsi kuusi kulttuurialan opettajaa sekä vahvistukset hallinnosta, hankinnoista, it-tuesta ja aulatoimalta. Osa meistä panosti kisaan täysillä, osa kevyemmin, mutta voittomme kovin takuumies oli joka tapauksessa hankintojen Matti kahden miljoonan askeleineen ja puhki käveltyine lenkkareineen!

Tavoitteemme oli yksinkertainen: voittaa kisa ja näyttää lopultakin kaunualueet närhenmunat kaikenmaailman riksuille ja sähköjäniksille! Tämä sanottuna kaikella rakkaudella ja kunnioituksella, koska tiedossa nimittäin on, missä päin maata kovimmat vastukset lymyävät! Salute, sähköjänikset!

Etenimme kohti maalia määrätietoisesti ja vähäeleisesti tuhlaamatta ruutia FB:n nallepäiviin tai muihin oheisaktiviteetteihin. Kivoja, mutta eivät tällä kertaa meidän juttu. Kaula takana tuleviin kasvoi matkan varrella sen verran reiluksi, että maaliin liruteltiin vailla suurta jännitystä tai viimeistä rypistystä. Kukaan ei tainnut riisua paitaansaakaan. Seurasimmekin vähän vihreinä raivokasta hopeataistelua. Mahtoi siellä olla hauskaa!

KAOheat oli ykkönen, mutta koulutuksen järjestäjämme, menneitten syksyjen kovaluu omassa sarjassaan, ei yltänyt edes kymppin kärkeen. Mistä mahtoi johtua tiimikato kahdeksan edelliseen syksyyn verrattuna? Henki on tietysti jokaisella liikkuva ja altis, mutta aika moni hyötyisi kaverista saadakseen sen lihanikin liikkeelle. Kampanja kantaa, kilpailu kirittäää ja oma tiimi innostaa ja pakottaakin liikkumaan nykyistä tai entistä enemmän. Moni liikkuu hullun lailla ilman kävelykampanjoitakin, mutta osallistamalla kampanjaan altistuu samalla paljolle hauskalle!

Kävelykampanja muuttaa käsitystä siitä, paljonko on ”paljon liikuntaa päivässä”. Nyt tuntuu siltä, että on ihan normaalia kävellä vapaapäivänä kaksi 20 km:n lenkkiä ja pyöräillä siinä välissä, lepäillessä, muutamia kymmeniä kilometrejä. On ihan ok työntyä lenkille, vaikka sataa ja tuulee tai pururadalla on vielä niin aamupimeää, ettei näe itseäänkään. On ihan ok kolistella muutaman kerran omia rajojaan ja katsoa, kuinka monta askelta jaksaa ottaa vuorokaudessa tai kuinka kauas pääsee, jos kävelee melkein koko päivän.

Tällä kertaa oli mahdollisuus myös pyöräillä, mikä helpotti huonojalkaisten ja kiireisten urakkaa. Jos keräsi kaikki askeleensa kävelemällä, niin kuin meistä moni, aikaa todella kului tien päällä! Mutta kyllähän sen ajan voi käyttää huonomminkin kuin lenkkeilemällä ja suihkussa seisomalla, ja onhan pois muusta pahanteosta senkin ajan. Kampanja kestää vain 2 kk, minkä jälkeen voi taas halutessaan jatkaa turmioelämää sohvaperunana. Kaikki eivät tosin halua, koska jo 2 kk voi muuttaa ihmistä.

Kampanjaan kannattaa osallistua jo yhden illan takia. Ja se yksi ilta on kampanjan päättymistä seuraava ilta, jolloin yhtäkkiä valaistuksenomaisesti tajuaa, ETTEI OLE PAKKO LÄHTEÄ LENKILLE! Se humauttava onnentunne ansaitaan kävelemällä kaksi kuukautta.

Mittarit, buranat ja kylmägeelit saivat kyytiä maanantai-iltana, ja moni kaohea vannoi, ettei enää ikinä tätä hullutusta! Mutta. Ei syksyä ilman kävelykampanjaa. Luulenkin, että KAOheat kävelee taas ensi syksynä - ja yrittää taas kerran panna kampoihin niille pahuksen riksuille ja jäniksille...

KAOheat-tiimin puolesta, ylpeänä,
mustikkasopat-pyöräillä rinnuksilla
Leena Turpeinen
Laherma-sur-Lac-du-Sable



Tour de SAKU



Vko 38: Lihaskunnon etappi
ValinNaisetAineet, Keuda



Vko 37: Bongataan yhdessä
AmiSpurtit, Ami-säätiö

Tuokiokuva viikon 37 etapilta

”Tiimi Kiitäjät onnistui bongamaan viikon aikana kaikki kohteet, urakkaan osallistuivat myös tiimiläisten lapset, puoliset ja koirat. Bongatun räppärin taidoista emme täysin vakuuttuneet. Teimme myös yhteisretken Fellmaninpuiston kävelyseuran kanssa torstaina kauheassa kaatosateessa, bongasimme 2 tunnin kävelyllä 43 listan kohdetta ja lisäksi 7 hyppymäkeä, 100 asuntovuonua ja kymmenittäin veneitä. Bonuksena retkeltä saimme myös lisää kielitaitoa, kun opetimme espanjalaiselle apuopettajallemme suomea ja käänsimme listan englanniksi asian helpottamiseksi.”

Kiitäjät, Koulutuskeskus Salpaus



Vko 41: Nallevahvistus-etappi
AmiSpurtit, Ami-säätiö

Tuokiokuvat viikon 41 etapilta

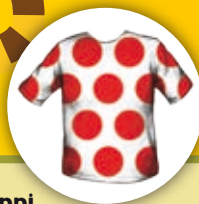
AmiSpurtit innostuivat nalleteemasta toden teolla ja halusivat tuottaa nalleiloa myös muille. Sponsori- ja nalle metsästyksen tuloksena 25 iloista nallea pääsi odottamaan uutta kaveria ja kotia Lastenklinikan syöpä- ja veritautiosaston osastonhoitajan huomaan. AmiSpurttilaisille koskettavin hetki oli osastolla hoidossa käyneen pikku-prinsessin tapaaminen nalle kainalossaan. Tytön ja nallen halaus sekä ihastunut ilme kertoivat tiimiläisille kaiken tarvittavan!

Yön Timo ja Les Miserables joukkueen jäsenet Le Monde ja Pasi vastasivat lehtien yleisönosastoissa velloneisiin kirjoituksiin koulutusyhtymien julkisten varojen tuhlaamisesta ylettömään ja kalliiseen matkusteluun kävelylenkillä Kokkolasta Pietarsaaren. Matkaa Yön Timon kotipihasta Pietarsaaren keskelle kertyi 46 680 askelta ja 39 km. Paluumatkan patikoijat tulivat linja-autolla ja tietysti omalla kustannuksella.

Yön Timo ja Les Miserables, Kokkolan ammattiopisto



Start



Vko 39: Ranskalaisen kulttuurin etappi
Le détour Tavastia, Koulutuskeskus Tavastia

Tuokiokuva viikon 39 etapilta

”ValinNaisetAineet valmistautuivat ranskalaiseen päivään huolellisesti. Aamu-suihkussa käytettiin ranskalaista shampoota L’occitane en provence, ja luonnollisesti saman sarjan hoitoainetta. Suihkunraikkaalle varatalolle pirskoiteltiin Chanel 5:sta ja päälle puettiin pikkubutiikkien löydöksiä, ei kuitenkaan Haute Couturea.

Tavattaessa ranskalaiset tervehdykset sinkoilivat ilmassa, poskisuudelmia vaihdeltiin ja kaikki oli aivan sukrè. Toki iltapäivä kuuluu aloittaa champagnella ja kahvit tarjoiitiin chocolatgâteaun kanssa. Ihastelimme yhdessä madame Palsion ranskalaista manikyriä, mademoiselle Kopran ja madame Jordanin uutuuksia bas nylon. Mademoiselle Pykäri kertoili meille sujuvalla ranskallaan päivänsä tapahtumista. Oi, hän on niin excellent. Erosimme hyräillen hiljaa Andréeta...”

ValinNaisetAineet, Keuda



Maali

Viikko 38

Viikko 37

Viikko 44

Vko 38: Winnovan vintiöt
katkaisevat maalinauhan

Viikko 39

Viikko 40

Viikko 41

Vko 40: Pallopelien etappi
Le détour Tavastia,
Koulutuskeskus Tavastia



KUVAKOLLAASI:
KOULUTUSKESKUS
TAVASTIA/ELLA ELD



- 1. sija KAOheat, Kainuun ammattiopisto
14 678 672 kampanja-askelta**
- 2. sija WinNovan Wintiöt, Winnova
12 980 092 kampanja-askelta**
- 3. sija Kempeleen voimatytöt ja sähköjänikset,
Oulun seudun ammattiopisto
12 762 186 kampanja-askelta**



**Vko 43: Paras tiimiasu
Beettasalpaajat2, Omnia**

Tuokiokuva viikon 43 etapilta

"Liito-oravien tiimiasuun kuuluvat Liito-oravien omalla tunnuksella varustettu metsänvärinen t-paita ja tumma sadeviitta sekä Ylä-Savon ammattiopiston logolla varustettu asuun sopiva myssy." Liito-orava liittää taas, juoksee ja lähtee yhä uudestaan, liitämään kauas kotoaan! Odotamme jo innolla seuraavan vuoden kampanjaa!

Liito-oravat,
Yläsavon ammattiopisto



KUVA: YSAO/
RAUNI JUUTINEN

Viikko 43

Viikko 42



**Vko 42: Kehonhuollon etappi
Liito-oravat, Ylä-Savon ammattiopisto**

Tuokiokuva viikon 42 etapilta

Diskonttaajat panostivat viikko 42 sekä ulkoiseen että sisäiseen keuhonhuoltoon. Seitsemän diskonttaajaa ja viisi cheerleadereä kiiruhtivat KAO:n kulttuurialan yksikköön stailattavaksi ja hemmoteltavaksi.

"Tilaisuuden aluksi saimme tietoisuuden tyylikkäästä työpukeutumisesta. Kaikkien osallistujien vartalo, tyyli ja väri analysoitiin ja halukkaat saivat myös tyylikkään meikin. Luonnolliset, klassiset ja businesstyyppiset päärynä-, omena- ym. -vartaloiset kevät-, kesä-, syksy- ja talvi-ihmiset tuunattiin myös sisäisesti herkullisella aura-juustopiirakalla ja suklaamoussekakulla."

Diskonttaajat, Kainuun ammattiopisto

CULTURELLE
A LA CULTSTEP
KUVA: JANNE KOSKELA
/LAPPIA



KUVA: KAO/RIITTA MATERO

SAKU ry:n strategia 2012–2016: TAVOITTEENA HYVINVOINNIN EDISTÄMISEN KUMPPANUUS

MIHIN SUUNTAAN MENNÄÄN? MITÄ TOIMINTAA LISÄTÄÄN JA MISTÄ OLISI VARA VÄHENTÄÄ? TEEMMEKÖ OIKEITA ASIOITA JA HYÖDYNNÄMMEKÖ KÄYTETTÄVISSÄ OLEVAT RESURSSIT PARHAALLA MAHDOLLISELLA TAVALLA? NÄIHIN KYSYMYKSIIN JOKAINEN ORGANISAATIO PYRKII SÄÄNNÖLLISESTI VASTAAMAAN. SAKU RY:SSÄ VASTAUKSIA ETSITTIIN HALLITUKSEN, TOIMISTON JA KEHITTÄMISRYHMIEN YHTEISESSÄ STRATEGIATYÖSKENTELYSÄ, JONKA LOPPUTULOKSENA LINJATTIIN SAKU RY:N REITTI HYVINVOINNIN EDISTÄMISEN TÄRKEÄKSI KUMPPANIKSI AMMATILISESSA KOULUTUKSESSA. SAKU RY:N JÄSENISTÖ HYVÄKSYI STRATEGIAESITYKSEN SYYSKOKOUKSESSAAN.

Teksti: Saija Sippola

SAKU ry:n toiminta on ollut 2000-luvulla voimakkaassa muutoksessa, kun aiemmin lähinnä kilpailutoimintaan keskittynyt järjestö on laajentanut toimintaansa hyvinvoinnin laaja-alaiseen edistämiseen. Monipuolinen toiminta on tuntunut palvelevan jäsenistöä, mutta toisaalta toiminnan kokonaisuus on pirstoutunut ja sen hahmottaminen on käynyt vaikeaksi.

Strategiatyössä haluttiin selvittää, mitkä toiminnan osa-alueet ovat tärkeimpiä ja mihin jatkossa pitäisi keskittyä.

– Yhteisen suunnan ydinasiat kirkastuivat strategiatyöskentelyssä aika nopeasti. SAKU ry:n on keskityttävä vaikuttavaan toimintaan ja tuotava se osaksi oppilaitosten arkea. Toiminta edistää hyvinvointia ja pyrkii tuottamaan iloa ja positiivisia elämyksiä, puheenjohtaja **Antti Lahti** kuvailee.

Nämä ydinasiat kiteytyvät hyvin myös järjestön uudelleenmuotoillussa toiminta-ajatuskäsityksessä: **”SAKU ry edistää työ- ja toimintakykyisyyttä, hyvinvointia, yhdessä tekemistä sekä elämäniloa ammatillisessa koulutuksessa liikunnan ja kulttuurin keinoin.”**

Vaikuttavuus ja kumppanuus tärkeää

Strategiatyössä nousi vahvasti esille kysymys toiminnan vaikuttavuudesta. Järjestön toiminnan on oltava sellaista, että sillä on aidosti vaikutusta jäsenyhteisöissä. Uudeksi toimintaperiaatteeksi valittiinkin vaikuttavuus, joka

määriteltiin siten, että toiminnan tavoitteena on todellinen, konkreettinen ja mitattavissa oleva vaikutus hyvinvointiin ammatillisessa koulutuksessa.

– Tämä voi näkyä koulutuksen järjestäjien organisaatioissa, henkilöstön toiminnassa ja työhyvinvoinnissa tai opiskelijoiden työ- ja toimintakykyisyydessä. Lisäksi meidän on muistettava, että onnistunut vaikuttavuus on sekä iso vaikutus yhden yksilön tekemiin valintoihin että pieni vaikutus suureen ihmisjoukkoon, Antti Lahti luettelee.

Muiksi toimintaperiaatteiksi valittiin muutostalutus, jäsenlähtöisyys sekä kumppanuus. Muutostalutusta tarvitaan jatkossa yhä enemmän, kun ympäröivän maailman muutokset edellyttävät ketterää reagoitakykyä sekä asenteellista valmiutta muutoksiin. Jäsenlähtöisyys on puolestaan ollut yksi SAKU ry:n toiminnan kulmakivistä aiemminkin, ja tästä halutaan pitää kiinni myös jatkossa.

Läheinen yhdessä tekeminen jäsenten kanssa on ollut SAKU ry:lle luontevaa, mutta sen lisäksi kumppanuuden toimintaperiaatteella halutaan vahvistaa SAKU ry:n asemaa ammatillisen koulutuksen edustajana hyvinvointia edistävien organisaatioiden joukossa.

– SAKU ry on ammatillisen koulutuksen asiantuntija ja parhaimmillaan varsin läheinen toimija jäsenyhteisöilleen. Tätä vahvuutta on jatkossa hyödynnettävä paremmin myös ympäröivän yhteiskunnan suuntaan, Antti Lahti sanoo.

Kuva: Kimmo Pitkänen



SAKU RY:N PUHEENJOHTAJA ANTTI LAHTI KIITTÄÄ KAUKAIA LUOTTAMUSHENKILÖITÄ JA KEHITTÄMISRYHMIEN JÄSENIÄ, JOTKA OLIVAT MUKANA UUDEN STRATEGIAN POHDINNOISSA. SASTAMALAN KOULUTUSKUNTAYHTYMÄN KUNTAYHTYMÄJOHTAJA / REHTORI ANTTI LAHTI VALITTIIN JATKAMAAN JÄRJESTÖN PUHEENJOHTAJANA MYÖS KAUDELLA 2012-2013.



PAIKALLISTASOILLA IHMISIÄ LIIKUTTAVAT KAMPANJAT OVAT HYVÄ ESIMERKKI SAKU RY:N UUDEN STRATEGIAN MUKAISESTA TOIMINNASTA. SYKSYN KUNTOLIIKUNTAKAMPANJA INNOSTI 300 TIIMIÄ ERI PUOLILLA SUOMEA LIIKKEELLE.
KUVA: YSAO/RAUNI JUUTINEN

Iloa ja arjen juhlaa

Uuden strategiakauden ensiaskeleet otetaan tulevana vuonna. Vuoden 2012 toimintasuunnitelmassa keskeisiä painopisteitä ovat SAKU-toiminnan elämyksellisyyden ja vaikuttavuuden mittariston luominen ja toiminnan arviointi, yhteishenkilöverkoston aktivointi ja opiskelijoille suunnatun paikallistason toiminnan määrän lisääminen.

– SAKU ry:llä on oma vahva paikkansa ammatillisen koulutuksen kentällä. Tulevalla strategiakaudella halumme entisestään vahvistaa asemaamme myös hyvinvoinnin edistämisen kumppanina. Tämä tavoite saavutetaan vaikuttavaan toimintaan satsaamalla, osaamista koostamalla ja levittämällä, arjessa näkymällä sekä iloa ja arjen juhlaa tarjoamalla, Antti Lahti tiivistää.

– SAKU ry:n vision päämäärinä on yhdistää, olla läsnä arjessa, tarjota elämyksiä ja tällä keinovalikoimalla muuttaa maailmaa, mikä SAKU ry:n tapauksessa tarkoittaa työ- ja toimintakykyisempiä nuoria ammattiosaajia, työhyvinvoinnin lisääntymistä ja hyvinvointityön kehittymistä ammatillisessa koulutuksessa, Antti Lahti kertoo.

– Näillä verbeillä ja niihin liittyvillä ydinlauseilla kuvaamme toiminnan henkeä ja tavoitteita, joita lupaamme lähteä toteuttamaan, Lahti lupaa.

Visio 2016: hyvinvoinnin edistämisen tärkeä kumppani

SAKU ry:n vuoden 2016 visioksi määriteltiin se, että järjestö on hyvinvoinnin edistämisen tärkeä kumppani ammatillisessa koulutuksessa. Vision toteutuminen edellyttää kattavaa jäsenpeittoa, läheistä yhteistyötä jäsenistön ja yhteistyökumppaneiden kanssa sekä oikein suunnattua toimintaa.

Visiota avaamaan määriteltiin toiminnan päämäärät vuoteen 2016 saakka. Määrittelyt tehtiin lyhyesti muutamin verbein ja niitä täydentävin ydinlausein. Lisäksi kullekin päämäärälle kirjattiin tarkemmat tavoitteet ja tavoitteiden edellyttämät menestystekijät.

Visio 2016:
SAKU ry on hyvinvoinnin edistämisen tärkeä kumppani ammatillisessa koulutuksessa.

SAKU ry...

...yhdistää
Ihmiset ovat järjestöme tärkein voimavara ja toimimme sen mukaisesti.

...on läsnä arjessa
Toimintamme on osa oppilaitoksen arkipäivää ja siellä tehtyä hyvinvointityötä.

...tarjoaa elämyksiä
SAKU-henki on voiman lähde, fiilistä, onnistumisia ja yhdessä tekemistä.

...muuttaa maailmaa
Toiminnallamme on konkreettinen vaikutus hyvinvointiin ammatillisessa koulutuksessa.

UUSI

SAKU-ETIKETTI

OHJAA SÄÄNTÖJEN

NOUDATTAMISEEN

JA TOISTEN

KUNNIOITTAMISEEN

SAKU RY:N SYYSKOKOUS HYVÄKSYI SAKU-TAPAHTUMIEN REILUN PELIN OHJEISTUKSEKSI UUDEN PÄIVITETYN SAKU-ETIKETIN. ETIKETISSÄ HALUTAAN POSITIIVISESSA HENGESSÄ MUISTUTAA ASIOISTA, JOTKA HUOMIOIMALLA TAPAHTUMISTA JÄÄ MUKAVA MAKU SUUHUN NIIN OSALLISTUJILLE KUIN JÄRJESTÄJILLEKIN. OHJEISTUS TULEE KÄYTTÖÖN SAKU RY:N TAPAHTUMISSA VÄLITTÖMÄSTI.

SAKU-tapahtumissa on ollut käyntössä reilun pelin henkeen ohjaava SAKU-etiketti jo useamman vuoden ajan. Yhteinen ohjeistus on todettu hyväksi työkaluksi ja keskustelunherättäjäksi nuorten kanssa. Etikettiä onkin käyty läpi monessa linja-autossa eri puolilla Suomea matkalla johonkin SAKU-tapahtumaan.

Kentältä saadussa palautteessa opiskelijaryhmien huoltajat ovat kokeneet vanhan SAKU-etiketin kuitenkin sisällöltään liian yksityiskohtaiseksi ja säilyttään turhan negatiiviseksi. Näiden palautteiden perusteella aloitettiin SAKU-etiketin päivittäminen. Toisen hyvän lähtölaukauksen päivitetyille antoi suomalaisen liikunnan ja urheilun kattojärjestö SLU ry, joka uusi omat Reilun Pelin periaatteensa viime vuonna.

Oman oppilaitoksen edustaminen oleellista

Uusi SAKU-etiketti työstettiin kehittämissyhmien ja toimiston yhteistyönä. Tavoitteina oli-

vat etiketin tiivistäminen, negatiivisen sävyn korvaaminen myönteisillä ilmauksilla sekä liiallisen liikuntanäkökulman muuttaminen laajemmaksi näkökulmaksi.

Sisällöllisesti keskeisinä asioina uudistustyössä pidettiin reilun pelin henkeä ja kannustamista, järjestäjän kunnioittamista, päiheteettömyyttä sekä oppilaitoksen edustamista. Oppilaitoksen edustaminen tarkoittaa toisaalta sitä, että SAKU-tapahtumissa ovat voimassa normaalit oppilaitosten järjestyssäännöt ja näitä sääntöjä on noudatettava. Toisaalta halutaan nostaa esille myös se näkökulma, että on etuoikeus päästä edustamaan omaa oppilaitosta. Tämän aiheellisen ylpeyden soisi näkyvän myös kisatapahtumissa osallistujien toiminnassa.

Haussa hyvät käytännön esimerkit

SAKU-etiketistä on tehty tulostettava A4-versio liikuntasalin seinälle teipattavaksi, ilmoitustaululle laitettavaksi tai kisamatkalla tutkittavaksi. Tulostettava etiketti löytyy SAKU ry:n

nettisivuilta (www.sakury.net > **Materiaalit** > **Säännöt** > **SAKU-etiketti**).

SAKU-etiketin viestinnän tueksi etsimme nyt elävän elämän esimerkkejä siitä, miten SAKU-etikettiä on käytännössä toteutettu, miten sitä on käyty läpi opiskelijoiden kanssa ja millaisia hienoja SAKU-etiketin mukaisia hetkiä SAKU-tapahtumista vuosien varrelta on jäänyt mieleen. Koostamme käytännön esimerkeistä SAKU-etiketin laajennetun version, jonka toivomme olevan mielenkiintoinen, ajatuksia herättävä ja reilun pelin henkeen kannustava lukupaketti esimerkiksi kisamatkoille.

Tositarinat SAKU-etiketin takaa ja hyvät toimintatavat muille kerrottavaksi voi vinkata tiedottaja

Sari Mantila-Savolaiselle
(puh. 0207 55 10 15,
sari.mantila-savolainen@sakury.net).

Teksti: Saija Sippola

SAKU-etiketti



SAKU-TOIMINNASSA

**LUODaan YHDESSÄ ELÄMYKSIÄ
ITSEÄ JA TOISIA KUNNIOITTAEN
OMAA OPPILAITOSTA EDUSTAEN
REILUN PELIN HENKEÄ NOUDATTAEN.**

LUODaan YHDESSÄ ELÄMYKSIÄ

- ON ETUOIKEUS OLLA MUKANA.
- USKON ITSEENI JA OSAAMISEENI, LUOTAN PORUKKAAN.
- ANNAN KAIKILLE MAHDOLLISUUDEN JA PYSTYN KANNUSTAMAAN KAIKKIA.

ITSEÄ JA TOISIA KUNNIOITTAEN

- KUNNIOITTAMALLA YHTEISIÄ SÄÄNTÖJÄ KUNNIOITAN TOISIA.
- KAIKKI YHDESSÄ TEKEVÄT TAPAHTUMAN, AUTAN JÄRJESTÄJÄÄ ONNISTUMAAN.

OMAA OPPILAITOSTA EDUSTAEN

- EDUSTAN OMAA OPPILAITOSTANI JA NOUDATAN OPPILAITOKSEN SÄÄNTÖJÄ.
- SAAN OLLA MUKANA, KUN HOIDAN HOMMANI MYÖS KOULUSSA.
- PÄIHTEETÖN JA SAVUTON SAKU!

REILUN PELIN HENKEÄ NOUDATTAEN

- REILU PELI ON REILUA PELIÄ NIIN KENTÄLLÄ, ESTRADILLA KUIN KATSOMOSSAKIN.

SAKU-ETIKETTIIN LIITTYVISTÄ RIKKOMUKSISTA
ON SÄÄDETTY SAKU RY:N KILPAILUSÄÄNNÖISSÄ.

saku

EKAMON RYHMÄYTYMISPÄIVÄ
JÄRJESTETTIIN TÄNÄ SYKSYNÄ
HAAPASAARESSA.



HYVINVOINTIPÄIVILLÄ ON KISAILTU
MYÖS TASAPAINON HALLINNASSA.



Hyvinvoiva oppimisympäristö tarjoaa opiskelijoille mahdollisuuksia ja välittämistä

Etelä-Karjalan ammattiopiston opinto-ohjauksen koordinaattori **Riitta Moilanen** on tyytyväinen ammattiopiston hyvinvointia edistävän toiminnan mahdollisuuksiin ja tarjontaan. Ammattiopistolla suhtaudutaan pääosin myönteisesti hyvinvointia edistäviin suunnitelmiin ja toimenpiteisiin.

-Meillä on paljon hyvinvointia edistäviä hankkeita ja niihin suhtaudutaan myönteisesti, ei niitä muuten saisi eteenpäin vietyä. Resurssikysymys on tietysti aina ikuisuus-kysymys, mutta monet opettajat ja ohjaushenkilöstö käyttävät paljon aikaa opiskelijoiden hyvinvointityöhön.

Tänä syksynä ammattiopiston eri yksiköissä on järjestetty Hyvinvointivirtaa ammatilliseen koulutukseen -teemapäiviä. Lokakuun lopulla päihteiden käytöstä ja nuorten elämän valinnoista puhuttiin osallistavan teatterin keinoin.

-On tärkeää ohjata nuorta oman elämänhallinnassa. Jos elämänhallinta ei ole kunnossa, niin ei silloin mene oppikaan perille. Suurin osa henkilöstöstä suhtautuu myönteisesti hyvinvoinnin tueksi järjestettyihin juttuihin. On tietysti olemassa monenlaista asennetta, osa ryhmistä ei aina saavu paikalle, vaikka on kutsuttu, toteaa Moilanen.

Räätälöityjä vertaiskursseja

Ammattiopistossa pyörii opiskelijoille sekä ammatillisia kerhoja että harrastekerhoja. Harrastekerhojen tarjottimella on erilaisia liikuntakerhoja ja kulttuuripuolella treenaa bändikerho. Ammatillisia kerhoja on järjestetty esimerkiksi kokkauksesta sekä autojen huoltamisesta kiinnostuneille.

-Kerhot alkavat kouluajan päättyttyä. Amatilliset kerhot ovat meillä vetäneet paremmin väkeä. Yleensä kerhoissakin ovat juuri aktiivisimmat opiskelijat mukana. Passiivisimpien opiskelijoiden mukaan saaminen onkin vaikeampi juttu.

-Opiskelijaterveys järjestää opiskelijoille vertaisryhmätoimintaa. Tarjolla on esimerkiksi painonhallintaan, tupakoinnin lopettamiseen ja elämänhallintaan liittyviä kursseja. Opiskelijaterveys on saanut vähän enemmän resurssia kurssien järjestämiseen, ja niitä voidaan räätälöidä tarpeen mukaan. Kurssit tulevat tarpeeseen. Kun ne vaan alulle saadaan, niin ne ovat myös tehokkaita.

Kerhoissa ja vapaa-ajalla hankittua osaamista ja hyvää ammattitaitoa opiskelijat pääsevät osoittamaan osallistumalla ja valmentautumalla



KERHOJA HARRASTAVILLE. VERTAISRYHMIÄ ELÄMÄNTAPAMUUTOKSEN TUEKSI. LIIKUNNAN, KULTTUURIN JA AMMATTITAITOON OSAAMISEN TUKEMISTA AINA KILPATASOLLE SAAKKA. TUKENA OPISKELIJAHUOLLON RESURSSIT. NÄISTÄ ON ETELÄ-KARJALAN AMMATTIOPISTON ENNALTAEHKÄISEVÄ HYVINVOINTITYÖ OPISKELIJOILLE TEHTY.

Teksti: Sari Mantila-Savolainen • Kuvat: KAO:n arkisto, Sari Mantila-Savolainen

saku

Vipuvoimaa
EU:lta
2007-2013



Euroopan unioni
Euroopan sosiaalirahasto

SAKU ry:n liikunnan ja kulttuurin kilpailutoimintaan sekä Taitaja-kisoihin.

Apukäsiä työsaliopetukseen

Riitta Moilanen kiittelee ammattiopiston viime vuosien panostamista opiskelijahuoltoon. Työhön on saatu muun muassa palkattua yksi kuraattori lisää.

-Tärkeä satsaus on ollut myös ammattihenkilöiden palkkaaminen apukäsiksi opetukseen. Nämä ammattihenkilöt toimivat opettajien apuna työsalissa ryhmän mukana.

-Erialaisten hankkeiden suunnitteluun on saatu innokkaita opettajia mukaan. Hienoa oli esimerkiksi Koukkuja ja konvehteja -hanke, jossa opiskelijat pääsivät alusta alkaen kehittämään omia konvehteja. Yrittäjyyteen kasvattavia hankkeita on myös menossa.

Välittäminen on tärkeintä

Henkilöstön työhyvinvoinnin edistämiseen Ekamossa on satsattu palkkaamalla toista vuotta sitten taloon henkilöstöpäällikkö. Kun oppilaitoksesta tehtiin savuton, niin henkilöstöäkin kannustettiin savuttomuuteen erilaisin tukitoimin. Käytössä on myös liikunta- ja kulttuurisetelit sekä valittavana erilaisia harrasteryhmiä.

-Henkilöstölle yhteisiä tapahtumia on ollut lukuvuoden alussa ja pikkujoulujen aikaan. Lisäksi eri osastoilla on omia työ- ja virkistyspäiviä. Henkilöstön jaksamisen tukeminen on hyvin tärkeää. Opettaja joutuu ammatillisessa koulutuksessa moneksi, monet opiskelijat ovat haastavia.

-Olen tyytyväinen verkostotoimintaan. Meillä on hyvät yhteydet muun muassa etsi-

vään nuorisotyöhön, peruskoulujen opoihin, sosiaalipuolelle ja opiskelijaterveyteen. Opin- to-ohjaukseen keskittymiseen ja kehittämiseen toivoisin löytyvän enemmän aikaa. Työ menee monesti tulipalojen sammuttamiseksi.

Riitta Moilanen on toiminut opinto-ohjauksen koordinaattorina vasta vähän yli vuoden. Työ ammattiopistossa on tuntunut mielekkäältä.

-Harrastukset ovat tärkeitä sekä omasta kunnosta huolen pitäminen. On tärkeää, että ympärillä on ihmisiä, joiden kanssa asioita voi jakaa.

-Mahdollisuuksia hyvinvoinnin tukemiseen on tarjolla hyvin. Työssä täytyy vaan hyväksyä sekin, että kaikkia ei voi aina auttaa. Silloin täytyy etsiä väyliä ohjata heitä eteenpäin. Tärkeätä tässä työssä on nuoresta välittäminen, kiteyttää Riitta Moilanen.

Hyvinvointi virtasi 52 ammatillisessa oppilaitoksessa

HAAPAVEDEN OPISTOLLA TANSSIKURS-
SILAISET JÄRJESTIVÄT YHTEISTANS-
SIA KAMPUKSEN PIHALLA. JO MUUTAMAN
LIIKKEEN OPETTELULLA SAATIIN NÄYT-
TÄVIÄ TANSSESITYKSIÄ AIKAAN.

JOS HAMMASTA LIOTTAAN VIIKON URHEILU- TAI VIRVOITUSJUOMASSA, NIIN HAMPAIN KIILTEESÄ EI OLE ENÄÄ PALJON HURRATTAVAA. PIENEN SUKLAAPATUKAN SYÖNTI VOI VASTATA 14 SOKERIPALAN SYÖMISTÄ. TUPOKOITSIJAN ULOSHENGITYKSESTÄ VOIDAAN MITATA ARVOJA, JOILLA HENKILÖAUTO EI LÄPÄISI KATSASTUSTA. 58 ON LUKU, JOKA KERTOO, KUINKA MONTA RATTIJUOPPOA JÄÄ POLIISIN HAAVIIN PÄIVÄSSÄ. HYVINVOINTIVIRTAA TEEMAPÄIVISSÄ ESILLÄ OLI MONIA NUORIA KIINNOSTAVIA, KOSKETTAVIA TAI HERÄTTELEVIÄ AIHEITA.

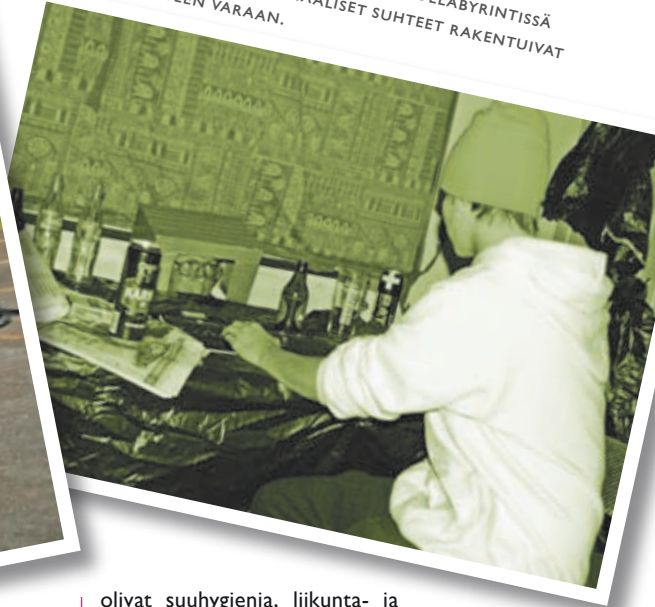
KUVAT: MARKUS ROJOLA/HAAPAVEDEN OPISTO,
SARI MANTILA-SAVOLAINEN, KIMMO PITKÄNEN

Hyvinvointivirtaa ammatilliseen
koulutukseen -teemapäivät 2011:
52 ammatillista oppilaitosta,
18 000 ammattiin opiskelevaa





OPISKELIJOIDEN SUUNNITTELEMASSA PÄIHDELABYRINTISSÄ PELIRIIPPUVAISEN POJAN SOSIAALISET SUHTEET RAKENTUIVAT NÄYTTÖPÄÄTTEEN VARAAN.



Toista kertaa järjestettyyn Hyvinvointivirtaa ammatilliseen koulutukseen -teemaviikkoon osallistui yli 18 000 ammattiin opiskelevaa 52 ammatillisessa oppilaitoksessa eri puolilla Suomea. Teemapäivien tavoitteena on nostaa terveyden, turvallisuuden ja viihtyvyyden teemoja nuoria kiinnostavalla ja toiminnallisella tavalla esille. Toimintapisteillä ei heristely sormea, vaan haluttiin innostaa nuoria itse miettimään omia, hyvinvointiin ja jaksamiseen, kohdistuvia valintoja.

-Opiskelukyky on opiskelijoiden työkykyä, johon ammatillisessa koulutuksessa halutaan satsata. Jos opiskelijat innostuvat hyvinvointiinsa liittyvistä asioista ja opiskellessaan, niin sillä on iso vaikutus myös työelämässä jaksamiseen. Hyvinvoinnin teemapäivät voivat herätellä opiskelijoita, lisätä ryhmään kiinnittymistä ja

vahvistaa siten opinnoissa jaksamista, muistuttaa SAKU ry:n toiminnanjohtaja **Saija Sippola**.

Puheeksi päivän polttavat aiheet

Haapaveden Opistolla teemapäivään osallistumisesta tehtiin suunnitelma jo keväällä. Teemapäivästä kopin ottanut opettaja **Kirsti Panula** kokosi suunnitteluun työryhmän, jossa mukana olivat asuntolanohtaja, terveydenhoitaja ja oppilaskunta.

-Oppilaskunnan kutsuin mukaan miettimään, mitkä aiheet olisivat juuri meidän opiskelijoillemme kiinnostavia. Mukaan haluttiin ottaa nuorille päivän polttavia aiheita kuten esimerkiksi päihteet ja vähäisen nukkumisen vaikutukset.

Päihteisiin liittyvät kysymykset olivat esillä nuoriso- ja vapaa-ajan opiskelijoiden suunnittelemassa päihdelabyrintissä, jossa teemoina olivat huumeiden käyttö, seksuaalisuus ja peliriippuvuus. Ryhmien liikuttamisesta huolehtivat tanssialan opiskelijat. Muita päivän aiheita

olivat suuhygieniä, liikunta- ja harrastustoiminta sekä terveystutkimukset. Teemapäivä huipennettiin opiskelijoiden ja henkilöstön väliseen sähkötteluun, jonka kulua pystyi puimaan vielä porukalle lämmitetyssä jälkilöylyssä.

-Opiskelijoilta tuli päivästä hyvää palautetta. Päivästä haluttiin rakentaa monipuolinen paketti, jonka suunnittelussa kuunneltiin oikeasti opiskelijoita, arvioi Kirsti Panula.

Teksti: Sari Mantila-Savolainen

Näin onnistuttiin:

"Tunnelma oli hyvä, opiskelijat kuulolla hyvin. Arvostavat tapahtumaa. Päivässä paljon osallistujia, ei tarvitse olla tyhjän panttina."

"Idea hyvinvointiviikosta loistava ja toivottavasti myös tuo tuloksia opiskelijoiden hyvinvointiin ja jaksamiseen."

"Innostuneita olisi hyvä henkilökunnassa olla useampia. Jos kukaan ei ota vastuulleen, niin tapahtumat jäävät toteutumatta."

- Hyvinvointivirtaa ammatilliseen koulutukseen –teemapäivissä koulutuksen järjestäjien yhteistyökumppaneina:
- SAKU ry
 - Evankelisen kirkon oppilaitosyhteistyö
 - Nuorten Akatemia
 - Terveys ry
 - Syöpäjärjestöt
 - Väestöliitto ry
 - Elämä on parasta huumetta ry
 - OSKU ry

KATSE KAMPAUKSISSA.

Hiusseminaari hyvinvoinnin asialla

TULEVAT PARTURIKAMPAAJAT SAIVAT RAUTAISANNOKSEN AMMATTIALAKOHTAISTA TIETOA HIUSSEMINAARISSA TAMPEREEN AMMATTIOPISTOLLA. OPETTAJA TUULA RAJAMAA HALUSI PÄIVÄN TEEMOISSA NOSTAA HYVINVOINTIIN LIITTYVIÄ ASIOITA ALAKOHTAISESTI ESILLE.

OPPILAITOKSEN KAMPAAMOSSA
PÄÄSEE HARJOITTELEMAAN OPITTUJA
TAITOJA KÄYTÄNNÖSSÄ.

Hiusseminaarin aikana tulevat parturikampaajat saivat rautaisannoksen tietoa työhyvinvoinnista, alalla aloittelevan ja pitkän linjan konkarin kokemuksista alalta, työkykyassista, työehtosopimuksista sekä hyvän ilman kampaamotuotteista. Päivän järjestelyistä vastasi Hiusalalan ammatillinen neuvottelukunta.

-Ammatillinen hyvinvointipäivä toimi tosi tehokkaasti. Kun kiersin pisteitä, niin opiskelijat kuuntelivat puhujia kiinnostuneina. Jonkin verran tuntui myös opiskelijoiden kysymyksistä vuoropuhelua syntyvän, kertoo päivää organisoanut hiusalalan opettaja Tuula Rajamaa.

-Koulutuksessa tähdätään työelämän ja koulun lähentymiseen. Tällaiset oppimistilanteet vievät ammattiin oppimista ja hyvinvointia eteenpäin tehokkaasti. On ihan eri juttu kuulla näistä asioista vieraalta kuin omalta opettajalta. Opettajan sanomiset vähitellen arkistuvat opiskelijoille.

Jaksamista ja siihen vaikuttavia tekijöitä nostetaan vahvasti esille hiusalalan opinnoissa. Suureen osaan jaksamisessaan opiskelija pystyy

vaikuttamaan omilla valinnoillaan, mutta jaksamiseen työssä vaikuttaa paljon myös työympäristö.

-Työsaissa meillä on huono ilmastointi ja usein kuuma, mikä aiheuttaa väsymystä työssä. Moni opiskelija syö aika epäterveellisesti. Parturikampaajan pitäisi pitää huolta myös liikunnastaan ja lihahuollosta. Venyttelyt ovat tosi tärkeitä.

-Harrastuksista pitää löytyä jotain työstä palauttavaa, siksi suosittelen opiskelijoille myös kulttuuriharrastuksia. Asiakkaat ovat työssä usein erittäin vaativia. Tuolissa kannetaan oman elämän huolia kampaajalle. Työhuolet olisi osattava jättää työooven taakse, muistuttaa Tuula Rajamaa.

Oppimisen pitkä tie

Keväällä parturikampaajaksi valmistuva **Jasmin Kinnunen** olisi kierroksella kaivannut esittelijöiltä asioiden tiivistämistä. Opiskelijat kiersivät parin tunnin aikana viisi rastia, joissa aikaa teemaa kohden oli vajaat parikymmentä

minuuttia. Seminaari toimi Kinnusesta hyvänä pohjustuksena erityisesti niille, joilla alalta ei ole paljon kokemusta.

Opintojen ohella Kinnunen tekee oman alan töitä iltaisin ja viikonloppuisin. Oppimista alalle hän kuvailee pitkäksi tieksi.

-Oma oppimiseni alalle on tapahtunut suurten ponnistelujen ja kantapään kautta. Sille tasolle, missä haluan osaamisessa olla, on vielä matkaa. Valmistumisen jälkeenkin haluan jatkaa oppimista.

Päivän aiheista Kinnunen nosti esille ergonomian merkityksen. Alan opinnoissa ergonomia tulee hyvin esille ja myös työtilanteissa ergonomiaan kiinnitetään huomiota.

-Oikeat työtavat pitäisi opinnoissa saada taottua alitajuntaan. Käyttää esimerkiksi tunteja siihen, että katsotaan, kuinka jokainen töitä tehdessään istuu. Työasunnoissa olevat virheet on tärkeä hoitaa heti pois, sillä myöhemmin se on vaikeampaa, muistuttaa Jasmin Kinnunen.

Teksti ja kuvat: Sari Mantila-Savolainen

AmisHOMMA

HYVINVOINTIVIRTTAA AMMATILLISEEN KOULUTUKSEEN - TEEMAVIIKON KISSA HAETTIIN IDEOITA VIIHTYVYYDEN PARANTAMISEEN KOULUSSA. PARHAAT TUUNAUUS-, STAILAUS- JA JÄRKKÄYSIDEAT LÖYTYIVÄT HÄMEEN AMMATTI-INSTITUUTISTA, JÄRVENPÄÄN SEURAKUNTAOPISTOLTA JA OMNIASTA.

Hyvinvointivirtaa ammatilliseen koulutukseen -teemaviikon kisassa tavoitteenä oli lisätä viihtyvyyttä koulussa. Kisassa haettiin konkreettisia ehdotuksia, joilla koulusta voi tuunata, stailata tai järkkätä paremman paikan. Kisan kolmen parhaan ehdotuksen toteutukseen on luvassa 100 - 200 euroa Homma-rahaa. Voittajia muistettiin myös hienoilla palkintorepuilla.

AmisHOMMA-kisan kolme parasta ideaa kehitettiin Hämeen ammatti-instituutissa, Seurakuntaopistolla ja Omniassa.

Kiipeilyseinä liikuntahalliin

Hämeen ammatti-instituutin vanha liikuntahalli tulee projektin myötä löytämään uuden ilmeen. Joukkuepeleihin hieman liian pienelle hallille haetaan projektissa aivan uutta käyttöä.

-Ideana on itse ja oppilasvoimin rakentaa hallin toiselle peräseinälle kiipeilyseinä, vapaata kiipeilyä varten. Seinä toisi uutta ilmettä urheiluhalliin sekä lisäisi sen käyttöä huomattavasti. Projekti tehdään täysin oppilastyönä.

-Olemme aikaisemmin harrastaneet kiipeilyä Hämeenlinnassa ja se on ollut oikein mahtimenesitys. Sen myötä monet ovat kiinnostuneet lajista ja toivovat sen harrastamisen olevan mahdollista myös koulussa, kertovat projektia puuhavat Sini Tamminen ja Oskari Lindstén.

Palkitut: Sini Tamminen ja Oskari Lindstén, Hämeen ammatti-instituutti

Vapaa-ajan tilan tuunaus

Seurakuntaopistolla HOMMA-raha kohdistetaan opiskelija-asuntolan vapaa-ajan tilan tuunaukseen ja stailaukseen. "Peliluolana" toiminut tila uudistuu asuntolatorien ideoimana yhteiseksi olohuoneeksi, jossa aikaa voi viettää yhdessä lautapelejä pelaillen ja musiikkia kuunnellen.

Palkitut: Sara Huhtala, Juulia Laakso ja Jenna Juuti, Järvenpään Seurakuntaopisto

Unelma viihtyisämmästä kouluympäristöstä

Omnia Jakob Fakehin kisaideassa peräänkuulutetaan tekoja, joilla voidaan rakentaa viihtyisämpää kouluympäristöä. Fakehin ideoinnissa koulu murtaa oman roolinsa ja rakentaa imagon, missä nuori näkee koulun "mallikotina". Suunnitteilla on juhlasalin käyttöä näihin tapahtumiin esimerkiksi elokuvailtojen näyttämönä. Koulun pihan ilmettä Fakeh uudistaisi graffitiseinällä.

Palkittu: Jacob Fakeh, Omnia

KUVA: KIMMO PITKÄENEN

-kisan
parhaat
on
valittu

AmisHOMMA-kisa järjestettiin SAKU ry:n ja Nuorten Akatemian yhteistyönä.



Teksti: Maija Gellin

Yhdessä oppien rakentuu sosiaalinen turvallisuus



Minkälaisia ihmisiä meistä opiskeluvuosiemme aikana tulisi kasvaa? Mitä taitoja pidämme tärkeinä tietojen lisäksi? Olen kysynyt tätä eräänkin kerran opettaja sovittelu-toimintaan kouluttaessani. Vastauksena saan poikkeuksetta upean vision työelämään siirtävistä nuorista: Nuoret olisivat työelämään siirtyessään rohkeita ottamaan elämänsä omiin käsiinsä, kärsivällisiä eteenpäin pyrkiessään ja kyvykkäitä puhumaan ja keskustelemaan omista näkemyksistään, ajatuksistaan ja tunteistaan. Ennen kaikkea heillä olisi empatiakykyä ymmärtää toisia ihmisiä, suvaitsevaisuutta ja talonpoikaisjärkeä sekä uskallusta vaikuttaa lähiympäristönsä hyvinvointiin

Näitä taitoja ei meille oppitunneilla erikseen opeteta vaan niihin harjaantuu kaikissa niissä sosiaalisissa tilanteissa, joissa opiskeluyhteisön jäsenenä tietoisesti tai tiedostamattamme toimimme. Nyt on korkea aika havahtua siihen, että koulu tai oppilaitos on areena, jossa sosiaalisten taitojen oppimista voidaan tietoisesti tukea. Enkä tässä tarkoita vain oppilaskunnan omaa toimintaa tai tapahtumien ja juhlien järjestelyjä vaan arkipäivän kohtaamista.

Suomen maabrändi -työryhmä antoi raportissaan kouluille tehtäväksi sovittelun edistämisen (www.tehtavasuumelle.fi). Merkittävää ei niinkään ole yksittäisten tilanteiden määrittely kuin se, että tuetaan opiskelijoiden kasvua ja kehitystä asiantuntijuuteen toiminnassa. On todettu, että yhteiskunnan ja yksilön, eli rakenteen ja toimijan, vuorovaikutuksessa rakenne luo toimintaa, mutta toiminta samalla uusintaa rakenteita. Yhteisöllisyyden ja osallisuuden vahvistaminen syntyy juuri tässä vuorovaikutuksessa. Tälle keskeiselle teemalle vain ei edelleenkään ole raivattu kylliksi tilaa oppilaitoksen arjessa eikä liioin opettajien koulutusohjelmissa.

Viimeisimmän koulujen ja oppilaitosten sovittelutoimintaan liittyvän tutkimuksen mukaan oppilaat ovat yhteisönsä merkittäviä toimijoita ja asiantuntijoita (Gellin 2011). Kun nuoret ymmärretään yhteisönsä hyvinvoinnin tärkeinä

rakentajina, annetaan heille se arvostus ja asema, joka heille kuuluu ja jota meidän tulee kaikissa yhteisöissä, myös työyhteisöissä, vahvistaa. Oppilaat kertovat sovittelutoiminnassa oppivansa elämää varten. Tutkimuksen tuloksena syntyneitä taulukkoja soveltaen laajennan oppilaiden näkemykset koskemaan sosiaalisten taitojen oppimista näin:

Sosiaalisten taitojen oppimisen, esim. sovittelun, edellytykset	Tietoisessa kohtaamisessa, kuten sovittelussa, toteutuva toiminta	Sovittelussa tapahtuvan oppimisen tuottamat tulokset
Osallisuus	Kuunteleminen	Empatia
Kohtaaminen	Kunnioitus	Sosiaaliset taidot
Yhteistyö	Keskustelu / Dialogi	Vastuunotto
Ratkaiseminen	Vuorovaikutus	Pystyvyys
	Reflektio	Aktiivinen kansalaisuus
	Ymmärrys	
	Ajatukset, tunteet, tarpeet, teot	

Tiedämme, että nuoret ovat kyvykkäitä ja innokkaita yhteisönsä sosiaalisen pääoman luoja. Tiedämme, että opettajat, vanhemmat, työnantajat, päättäjät ja koko yhteiskunta pitävät sosiaalisten taitojen oppimista merkittävänä. Nyt tulee ottaa sosiaalisten taitojen vahvistamisen menetelmät oppilaitosten opetussuunnitelmiin ja saattaa ne käyttöön opiskeluyhteisön arjessa. Sovittelu ja sovitteleva työote taustalla olevien restoratiivisten lähtökohtien kautta antaa tutkitusti meille näitä menetelmiä. On aika kohdata, kuunnella ja toimia yhdessä.

Kirjoittaja, Maija Gellin, on Koulusovittelu -hankkeen johtaja ja hän kerää parhaillaan tutkimusaineistoa väitöstyöhönsä Sovittelevasta ja restoratiivisesta koulukulttuurista. Hänen tuore kirjansa Sovittelu koulussa (PS-Kustannus) julkaistiin 16.11.11.

Lisätietoja:
<http://www.sovittelu.com/>
 vertaissovittelu tai
maija.gellin@sovittelu.com

OPISKELIJAT

ETELÄ-KARJALAN AMMATTIOPISTOSSA DATANOMIKSI ENSIMMÄISTÄ VUOTTAAN OPISKELEVA JOONA PARVAINEN OSALLISTUI SALIBANDYN ALKUTURNAUKSEEN IMATRALLA. TURNAUKSESSA JATKOPAIKKAA HAVITTELI ITSELLEEN NELJÄ JOUKKUETTA.

Mistä täällä on kysymys?

Täällä pelattiin salibandyn alkusarjoja, josta kahdelle parhaalle oli luvassa jatkopaikka välieräpeleihin. Tällä kertaa peleissä jäätiin kolmanneksi tai neljänneksi, en ole ihan varma.

Millaisella porukalla tulitte paikalle?

Meidän joukkueessa kaikki pelaavat salibandya myös vapaa-aikalla. Opiskelijoita joukkueessa on kaikilta aloilta. Turnausta ennen harjoiteltiin yhdessä kolme kertaa. Aika hyvin siinä ajassa selvisi muiden pelaajien tapa pelata.

Mikä sai teidät lähtemään mukaan?

Halu pelata. Omalla koululla oli ensin kaikkien linjojen välinen salibandyturnaus. Siellä tarjottiin mahdollisuutta turnaukseen niille, jotka salibandya pelaavat vapaa-aikanaan.

Mitä kerrot tapahtumasta parhaalle kaverillesi?

Varmaan, että monenneksiko turnauksessa sijoituttiin. Vastustajat olivat suhteellisen kovia. Joukkueet turnaukseen tulivat Varkaudesta, Joensuusta ja Lappeenrannasta. Omassa pelissä ei kaikista paikoista saatu maalia sisään. Turnauksessa oli rentoa menemistä, mutta silti tietynlainen asenne. Ei kentällä pelattu selkeä suorana ja takki auki.

Millaisen tapahtuman kehittelisit itse opiskelijoille?

En ole vielä kovin paljon tutkinut tarjolla olevia lajeja. Salibandy, jääkiekko ja kaukalopallo kiinnostavat itseä.

Miksi kannattaa lähteä?

On mukava päästä näkemään muita joukkueita. Turnauksessa oli hyvä ja mukava pelata.

Päivän fiilistähdet * * * * * / * * * * *

Millainen on, kuvaa yhdellä sanalla:

Tapahtuman meininki: Hyvä
Osallistujat: Pelimiehiä
Päivän fiilis: Loistava

Kohdatut

HENKILÖSTÖ

SAKU ry:n TOIMINNALLE SUUNTAVIIVOJA JA SUUNNITELMIA LUODAAN KUUESSA KEHITTÄMISRYHMÄSSÄ. VIIMEKSI HYVIÄ IDEOITA TUOTETTIIN KEHITTÄMISRYHMIEN YHTEISESSÄ TAPAAMISESSA KARKUSSA SYYSJÄSENEKSI TYÖNSÄ ALOITTI VIESTINTÄSUUNNITTELIJA JOHANNA VIRTANEN SATAEDUSTA.

Mistä täällä on kysymys?

SAKU-seminaari 2011, jossa SAKU ry:n kehittämisryhmät koontuivat. Aamupäivällä kuulumme kehittämisryhmätöiminnan tavoitteista ja käytännöistä. Tutustuimme myös uuteen SAKU ry:n strategiaan, jolla mennään vuodelle 2016. Hyvältä näytti! Tilaisuus oli ensimmäinen SAKU ry:n tilaisuus, johon osallistuin.

Millaisella porukalla tulitte paikalle?

Tulin yksin tällä kertaa osallistuakseni viestinnän kehittämisryhmään sen uutena jäsenenä.

Mikä sai teidät lähtemään mukaan?

Minut sai mukaan halu osallistua, verkostoitua ja olla mukana hyvän asian puolesta.

Mitä SAKU ry:n tapahtumat antavat sinulle?

Kehittämisryhmässä työskentely ja päiviin osallistuminen oman työn kannalta on ehdottoman tärkeää. Päiviin osallistuminen merkitsee verkostoitumista, yhdessä tekemistä ja yhteisten asioiden eteenpäin viemistä.

Mihin suuntaan SAKU ry:n tapahtumia tulisi kehittää?

Toivon, että saan mahdollisuuden vastata kysymykseen vuoden kuluttua!

Päivän fiilistähdet * * * * * / * * * * *

Millainen on, kuvaa yhdellä sanalla:

Saku ry: Yhdistävä
Tapahtuman meininki: Tekeminen
Osallistujat: Innostuneita
Fiilikseni: Odottava



Kuerkievari.SAKU

Talven taikaa koko perheelle

-seitsemän tunturin maisemassa

Ylläs ja Kuerkievari kutsuvat perheitä nauttimaan hiihtolomasta seitsemän tunturin maisemaan. Varaa lomasi Koulutuskeskus Kuerkievariin, josta hiihtoladuille pääsee suoraan kotiovelta! Ylläksellä löytyy latuja 330 kilometrin matkalle, laskettelurinteitä on 61 ja hissejäkin 29. Korkeutta ja pituutta on enemmän kuin missään muussa suomalaisessa hiihtokeskuksessa!

Kuerkievarin hiihtolomapakettiin kuuluu räätälöity lumikenkäretki. Tulopäivänä järjestetään tervetuloinfo, jossa tietoa on tarjolla koko Ylläksen talvisesta tarjonnasta. Innostuisitteko esimerkiksi husky- tai porosafarista, moottorikelkkailusta, puuhapäivästä Konijänkän kotteläinpihalla tai aidosta Lapin kasteesta? Savusauna lempeine löylyineen odottaa kylpijiä Kuerkievarin omassa pihassa.

Kuerkievariin pääset oman auton lisäksi lentäen tai junalla. Hiihtosesongilla Finnair lentää Kittilään päivittäin. Autojuna Helsinki – Kolari kulkee myös joka päivä. Sekä lentokentältä että asemalta on bussiyhteys Äkäslompoloon.

Lisätiedot ja varaukset SAKU ry:n toimistolta p. 0207 55 1010

Hiihtolomapaketti (sisältäen majoituksen, aamiaiset, lumikenkäretken ja tervetuloinfo)

Seitassa 350 euroa/7 yön majoituspaketti/hlö

Saagassa 400 euroa/7 yön majoituspaketti/hlö
alle 12-vuotiaat puoleen hintaan

Tarjous koskee hiihtolomaviikkoja 8 ja 10.
Majoituspaketti on mahdollista räätälöidä
myös viikkoa lyhyemmälle ajanjaksolle.

Ammatillisen koulutuksen terveystiedon opetukseen

Terveystiedon opetuspaketti

- faktatietoa terveydestä ja hyvinvoinnista
- keskusteluun sytytteitä
- laaja lähdevinkkiaineisto

Uudistetun terveystiedon opetuspaketin on suunnitellut ja koonnut Koulutuskeskus Tavastian liikunnan ja terveystiedon lehtori Sanna Heino. SAKU ry:n tuottaman sähköisen opetusmateriaalin kohderyhmänä ovat toisen asteen ammatillisen koulutuksen terveystiedon opettajat.

Muistitikulle tallennetun opetuspaketin hinta on 20 euroa sisältäen laskutus- ja postituskulut. Opetuspaketti on tilattavissa osoitteesta sakury@sakury.net.

Työkykypassin työkaluksi

Ammattiosaajan huoltokirja

Joko opiskelija voi teillä suorittaa ammattiosaajan työkykypassin? Ammattiosaajan työkykypassiin liittyviä suorituksia voi tallentaa joko sähköisesti osoitteessa www.alpo.fi tai paperiseen huoltokirjaan.

Huoltokirjaan opiskelija voi tallentaa:

- terveydentilaa kuvaavat tärkeimmät arvot
- toiminta- ja työkykyä kuvaavat testitulokset
- harrastukset päiväkirjaan
- liikuntatottumukset harjoittelupäiväkirjaan
- Ammattiosaajan työkykypassin opinnot

Ammattiosaajan työkykypassi motivoi opiskelijaa toiminta- ja työkyvystä ja hyvinvoinnista huolehtimiseen jo opintojen aikana. Työnhaussa opiskelija voi työkykypassilla osoittaa kiinnostuksena ja toimensa omasta työkyvystä huolehtimisessa.

Huoltokirjoja voi tilata osoitteesta sakury@sakury.net. Huoltokirjan hinta on 1 €/kpl sisältäen laskutus- ja postituskulut.



Napapiirillä hiihdetään jo!

Palaako mielesi jo valkoisille hangille hiihtämään?

Onko sukseen voiteluhuoneesi jo valmiina, voitelupurkit rivissä ja sukset pyyhitty kesän pölyistä? SAKU ry:n talvikisat järjestetään 23. - 24.3.2012 Rovaniemellä.

SAKU ry:n tulevien talvikisojen näyttämöllä Ounasvaaralla hiihtoharjoittelu on jo aloitettu viiden kilometrin mittaisella ensilumenladulla. Jos lumille ei omassa kotiympäristössä vielä pääse, niin eipä hätää, sillä talvikisoista löytyy tuttuun tapaan useampia lajeja harjoiteltaviksi.

– Hiihtäjien lisäksi Rovaniemellä mittaa toisistaan ottavat sähköjoukkueet, uimarit ja keilaajat. Ohjelmaan on tulossa myös talvinen yllätyslaji, kertaa talvikisojen lajeja liikuntakoordinaattori Tiina Kemppi.

Talvikisojen kisaisäntänä toimii Rovaniemen koulutuskuntayhtymä/Lapin Urheiluopisto. Kisojen järjestelyiden onnistumiseen tulevat opiskelijat vaikuttamaan isolla panoksella: Urheiluopiston liikuntaneuvojaopiskelijat tekevät lajeissa omia ammattiosaamisen näyttöjään. Ammattiopiston opiskelijat ovat taas mukana kisojen markkinoinnissa, kuljetuksissa, ensiavussa sekä ruokailupalveluissa.

– Kisoissa opiskelijat ovat toiminnan keskiössä. Henkilöstön tehtävänä on olla heitä kisojen onnistumisessa tukemassa. Opiskelijoille oikeat ja isot kisat tarjoavat todellista käytännön kokemusta. Kun järjestimme vuonna 2008 edelliset kisat, niin niistä kokemukset jäivät opiskelijoille opintojen kohokohtana mieleen. Työelämälähtöinen opiskelu toteutuu kisoissa parhaimmillaan, kuvaa tapahtuman merkitystä opiskelijoille kurssisuunnittelija Markus Memonen Lapin Urheiluopistosta.

Talvikisojen kilpailukutsu ja ilmoittautuminen ovat jo avoinna osoitteessa www.sakury.net.

TAPAHTUMAKALENTERI 2011-12

OPISKELIJOIDEN TAPAHTUMAKALENTERI

Tapahtuma	Ajankohta	Paikkakunta
MESTARUUSKILPAILUT JA LOPPUTURNAUKSET		
Kaukalopallo	19.1	Raisio
Salibandyn lopputurnaus	2.2.	Tampere
Tansanialainen jalkapallo	9.2	Jämsä
Futsalin lopputurnaus	15.3.	Tampere
Talvikisat (hiihto)	23.-24.3.	Rovaniemi
Lentopallo	huhtikuu	Rovaniemi
SAKUstars-kulttuurikilpailut	17.-19.4.	Järvenpää
Sulkapallo	20.-21.4.	Vierumäki
SAKU-sählyn lopputurnaukset	8.-9.5.	Pajulahti
Karting	15.5.	Alahärmä
SAKUsports	8.-9.5.	Pajulahti

PALLOILUSARJAT

Salibandy	syys-helmikuu
Pesäpallo (KLL)	syyskuu-
SAKU-sähly:	
oppilaitosten sisäiset sarjat	syys-helmikuu
valtakunnallinen sarja	maalis-huhtikuu
Futsal	tammi-maaliskuu

KOTIRATAKISAT

Penkkipunnerrus	1.9.-31.3.
Kotiratakeilailu	1.9.-31.3.

JÄSENETUTAPAHTUMAT

Finlandia-hiihto	25.-26.2.	Lahti
Tervahiihto	10.3.	Oulu
SAKU-puolimaraton	5.5.	Helsinki

HARRASTETUTORKOULUTUKSET

Harrastetutorkoulutuksia tilauksesta eri puolilla Suomea.

LISÄTIETOA KAIKESTA TOIMINNASTA: WWW.SAKURY.NET

HENKILÖSTÖN TAPAHTUMAKALENTERI

Tapahtuma	Ajankohta	Paikkakunta
MESTARUUSKILPAILUT		
Lentopallo, sekajoukkueet	26.-27.11.	Peräseinäjoki
Talvikisat	23.-24.3.	Rovaniemi
(hiihto, sähly, uinti, keilailu)		
Sulkapallo	20.-21.4.	Vierumäki
Lentopallo, alemmat + ylempät	21.-22.4.	Vierumäki
SAKU-puolimaraton	5.5.	Helsinki

KOTIRATAKISAT

Ammunta, ilma-aseet	marraskuu	kotirata
---------------------	-----------	----------

MUUT LIIKUNTATAPAHTUMAT

Naisten liikuntatreffit	4.-6.5.	Tampere
Kulttuurivaellus	heinäkuu	Pori

JÄSENETUTAPAHTUMAT

Finlandia-hiihto	25.-26.2.	Lahti
Tervahiihto	10.3.	Oulu

KOULUTUKSET JA KOLLEGAKOHTAAMISET

Ammatillisen koulutuksen hyvinvointipäivät	23.-24.11.	Tampere
---	------------	---------

LISÄTIETOA KAIKESTA TOIMINNASTA: WWW.SAKURY.NET



SAKU ry ammatillisen koulutuksen hyvinvoinnin asialla

Suomen ammatillisen koulutuksen kulttuuri- ja urheiluliitto, SAKU ry on ammatillisen koulutuksen oma liikunta- ja kulttuurijärjestö sekä hyvinvoinnin edistämisen yhteistyöorganisaatio, jonka jäsenenä on 69 ammatillisen koulutuksen järjestäjää.

Toimintaa henkilöstölle ja opiskelijoille

- opiskelijoita toiminnan piirissä yli 123 000
- henkilöstöä toiminnan piirissä yli 20 000
- kattaa yli 80 % ammatillisen koulutuksen kentästä

Tehtävät

- edistää opiskelijoiden ja henkilöstön hyvinvointia
- rakentaa yhteisöllisyyttä ammatilliseen koulutukseen
- järjestää matalan kynnyksen liikunta- ja kulttuuritapahtumia ammattiin opiskeleville
- järjestää työkykyä edistävää toimintaa ammatillisen koulutuksen henkilöstölle
- järjestää koulutuksia ja kollegakohtaamisia
- ylläpitää oman toiminta-alueensa yhteistyöverkostoja
- levittää hyviä käytäntöjä

Joko olet ollut toiminnassa mukana? Tunnetko jo esimerkiksi ammattiin opiskelevien liikunnan mestaruuskilpailut, henkilöstön mestaruuskilpailut, SAKUstars-kulttuurikilpailut, ammattiosaajan työkykyassin, hyvinvointiverkoston tai tutorkoulutukset? Infoa tapahtumista ja koulutuksista, uutisia ja tuloksia löydät osoitteesta www.sakury.net.

Ammatillisen koulutuksen oma
kohtaamispaikka Äkäslompolossa

Kuerkievari

57 vuodepaikkaa, luentotilat, savusauna
Lapin taikaa, omaa rauhaa, ladut ja
vaellusreitit kotiovelta, upeat laskettelurinteet
kokouksiin, seminaareihin, leirikouluihin ja
omaan vapaa-aikaan
varaas Terhiltä p. 0207 55 10 11

ota yhteyttä!

SAKU RY:N TOIMISTO

SUOMEN AMMATILLISEN KOULUTUKSEN
KULTTUURI- JA URHEILULIITTO, SAKU RY
KUNINKAANKATU 39, 33200 TAMPERE
PUH. 0207 55 10 10, FAX 0207 55 10 18
WWW.SAKURY.NET

TOIMISTO

Toiminnanjohtaja

Saija Sippola
puh. 0207 55 10 14
saija.sippola@sakury.net

Järjestösihteeri

Terhi Lehmuksaari
puh. 0207 55 10 11
terhi.lehmussaari@sakury.net

Liikuntakoordinaattori

Tiina Kemppi
puh. 0207 55 10 12
tiina.kemppi@sakury.net

Tiedottaja, työkykyassistentti

Sari Mantila-Savolainen
puh. 0207 55 10 15
sari.mantila-savolainen@sakury.net

Ammattiosaajan työkyky -hanke

Projektityöntekijä

Sampsa Stenström
puh. 0207 55 10 13
sampsa.stenstrom@sakury.net

Ammatillisen koulutuksen hyvinvointiverkosto -hanke

Projektipäällikkö

Ville Virtanen
puh. 0207 55 10 16
ville.virtanen@sakury.net

Projektiassistentti

Pasi Honkala
puh. 0207 55 10 10
pasi.honkala@sakury.net

HALLITUKSEN JÄSENET

Puheenjohtaja

Antti Lahti
Sastamalan koulutuskuntayhtymä
puh. (03) 5212 3501, @sasky.fi

Juhani Aaltonen
Satakunnan ammattiopisto
puh. (02) 550 4102, @sataedu.fi

Artti Antila
Kainuun maakuntakuntayhtymä
puh. 044 038 1930, @kao.fi

Hannu Immonen
Turun ammatti-instituutti
puh. (02) 2633 4300, @turkuai.fi

Esa Juvonen
Savon ammatti- ja aikuisopisto
puh. 044 785 3035, @sakky.fi

Sirpa Leinonen
Ammattiopisto Lappia
puh. 010 383 4320, @lappia.fi

Marita Modenius (vpj.)
Koulutuskeskus Salpaus
(03) 828 2001, @salpaus.fi

Merja Puolakka
Ammattiopisto Omnia
puh. (09) 2319 8902, @omnia.fi

Matti Yli-Lahti
Koulutuskeskus Sedu
puh. 040 868 0600, @sedu.fi

HALLITUKSEN VARAJÄSENET

Jukka Kosunen
Savon ammatti- ja aikuisopisto
etunimi.sukunimi@sakky.fi

Voitto Kukkonen
Valkeakosken ammatti- ja aikuisopisto
etunimi.sukunimi@vsky.fi

Pia Lagercrantz
Turun ammatti-instituutti
etunimi.sukunimi@turkuai.fi

Keijo Makkonen
Koulutuskeskus Salpaus
etunimi.sukunimi@salpaus.fi

Vesa Piriä
Ammattiopisto Lappia
etunimi.sukunimi@lappia.fi

Ilkka Putkonen
Etelä-Savon Koulutus Oy
etunimi.sukunimi@esedu.fi

Raimo Sivonen
Kainuun ammattiopisto
etunimi.sukunimi@kao.fi

Kristiina Takaneva
Koulutuskeskus Sedu
etunimi.sukunimi@sedu.fi

SAKU sports

liikettä, taikaa, elämyksiä

SAKU sports ON

- OPISKELIJOIDEN YHDESSÄ TEKEMISTÄ
- ELÄMYKSIÄ
- TUOTETTU OPISKELIJALTA OPISKELIJALLE

PAJULAHDESSA

8.5.2012 klo 13.00 - 9.5.2012 klo 13.00

PALKITSE

HUIPPUTUTORIT, OPPILAS-KUNNAN AKTIIVISET TAI MUU KORVAAMATON APU

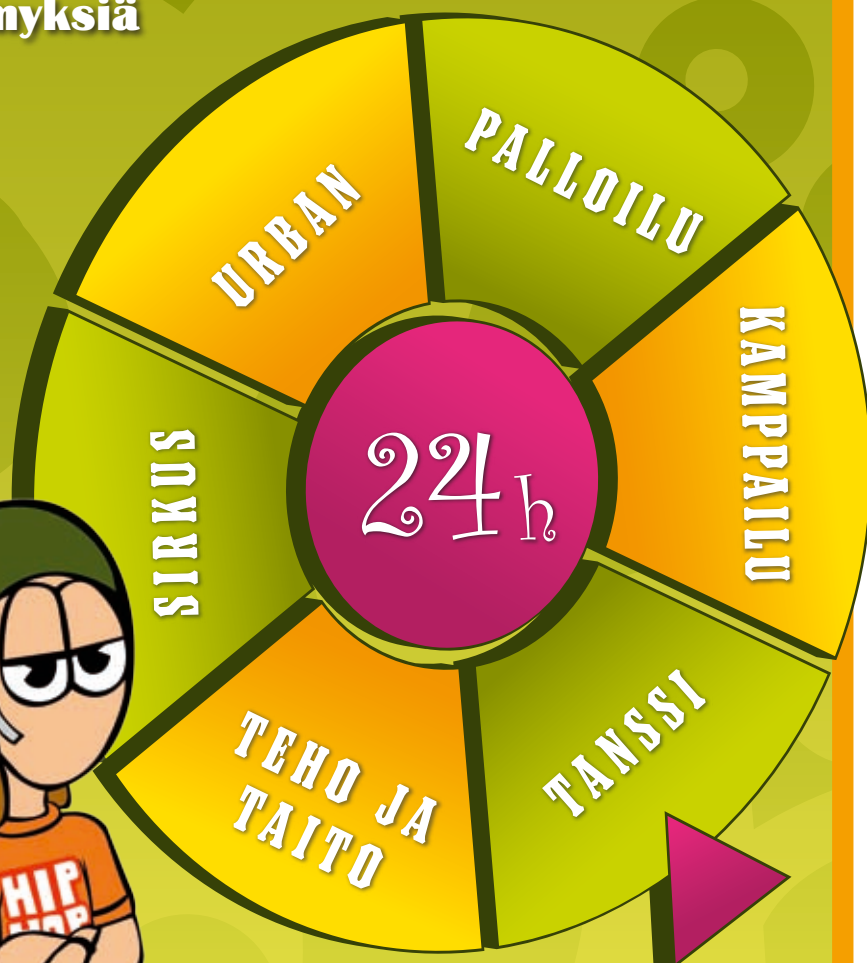
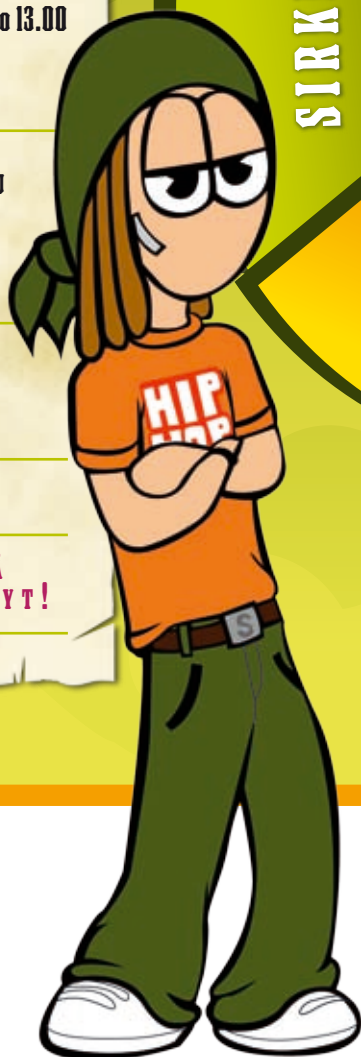
RAKENNA

DYNAMIIKKAA RYHMÄÄN

KOE

LUKUVUODEN HUIPENNUS

VARAA PÄIVÄMÄÄRÄ
KALENTERIISI JO NYT!



saku

TULOSSA LISÄTIETOA JOULUKUUSSA
OSOITTESSA WWW.SAKURY.NET