



PASILLI 2/2025

PAU
OSASTO NO 151

PASILAN OSASTON JÄSENLEHTI

**UUSI TOIMIKUNTA JA
VUOSIKOKOUS**

TOTUUS VAPAAPÄIVISTÄ JA VUOSILOMASTA

PAUn talvipäivät laivalla

**IKÄÄNTYVILLE LÖYTYY
TSEMPPIÄ!**



POKISSA HYVIN VARUSTELLUT KUNTOILUVÄLINEET

Pasilli 2/2025

PAU Pasilan Osasto ry:n
jäsenlehti

ISSN 0785-532X

Painos 1500 kpl

Osoitteen muutokset:
Jäsenrekisterin hoitaja
Ilkka Silo ilkka.silo@posti.com

Toimituksen osoite:
Pasilli/
Pasilan Osasto ry
PL 925
00231 HELSINKI

Sähköposti
pasilli.lehti@outlook.com

Painopaikka
Savion Kirjapaino Oy, Kerava

Julkaisuaikataulu

nro	aineisto	ilmestyy
1	10.1	vko 7
2	15.4.	vko 20
3	31.8.	vko 40
4	1.11.	loppu- vuosi

Päätoimittaja ja taittaja
Helena Aarnio
pasilli.lehti@outlook.com

Toimitussihteeri
Ilkka Silo

Toimituskunta

puheenjohtaja
Helena Aarnio

Jari Havunen
jari.havunen@posti.com
Aleksi Andesson
aleksi.andesson@posti.com
Eija Heikkilä
eija.i.heikkila@posti.com
Filip Djordjevic
filip.djordjevic@posti.com

**Kannen kuva: Pyörällukausi
on täällä**
Lähde: IStock

Pääkirjoitus

Tervehdys arvon jäsenet!

Kevät tuli kuin tulikin oikeasti pitkän ja oikullisen talven jälkeen. Tuntui kuin joka kuussa olisi vuorotellut vuodenajat kevät-syksy-talvi. Takatalvikin piti kokea pariin kertaan. Eiköhän kelit ja olosuhteet anna jo kelpaa pyöräilyyn, ainakin lehden ilmestymisen aikoihin.

Alkuvuoden työmarkkinakierros on ollut raskas, eikä lakoilta ole voitu välttyä. Sen seuraukset on voinut todeta kaupan hyllyiltä, luvut Finnairin perutuissa lennoissa ja jopa virka-asioiden hoitamisessa, kun poliisitkin ryhtyivät lakkoon. Hatunosto heille kaikille, jotka pyrkivät pitämään puolensa työehtojen neuvotteluissa. On se ihmeteltävää, kuinka kovin duunarin on taisteltava yhä 2020-luvulla toimeentulonsa ja työehtojen puolesta. Toimeentulo on käynyt kovemaksi sinnittelyksi hallituksen leikkausten vuoksi jo ihan tarpeeksi.

Lehti ilmestyy nyt alkuperäisestä aikataulusta myöhässä mm. yleisesti työmarkkinatilanteiden pitkittymisen takia. Tässä vaiheessa voidaan jo ilmoittaa, että joulunumerolla ei ole tarkkaa julkaisupäivää, koska ensi syksynä oma tes-kierroksemme voi venähtää syystä tai toisesta. Sen verran katsotaan nyt taaksepäin, mitä osaston vuosikokouksessa tapahtui, ketä toimikuntaan valittiin ja miten PAU:n jäsenristeily sujui?

Korjaus edelliseen numerossa olleeseen virheeseen: Merja Rauhaniemi on yhä Rauhaniemi, eikä kukaan muu, anteeksi. Annetaan kesän tulla ja otetaan se niinkuin sitä olemme koko talven odottaneet: Nautitaan koko kaudesta, ennenkuin syksyn pimeys ja koleus tulee taas! Toivottavasti kesä on ihana!

Hyvää kesää kaikille!

Helena Aarnio, päätoimittaja

SISÄLTÖ tässä lehdessä:

Puheenjohtajan palsta	3
Loke eCD luottamusmiehen uutiset	4
Tolkkaa työsuojeluun, Loke.....	6
"Hei me siivotaan!"	8
Työsuohdepyöräedusta ja työsuojelua Lokessa	9
Pasilan osaston vuosikokous.....	11
Muutamia vinkkejä ikääntyville ihmisille, tsemppiä!	14
SirHavu tutkii	22
PAUn talvipäivät laivalla	18
JÄSENMUUTOSILMOITUS	20

Puheenjohtajan palsta

Palta on EK:n riidanhaastajasiipi

Tämä työmarkkinakierros on pitkälti takana. Nyt meneillä olleen työmarkkinakierroksesta voi jälleen huomata Postin työnantajaliiton Paltan kunnostautuneen (jälleen) työmarkkinahäiriköksi.

Paltalla ei näytä olevan kyvykkyyttä sopia työehtosopimuksia asiallisen fiksusti, vaan ilmeisesti katsoo, että jäsenyrityksen intressien ajaminen on epäonnistunutta, jos ei tes-neuvotteluissa tehdä vähintään kerran ultimaatumia työntekijöille, pakottaen heidät lakkoon. Paltan ajattelumaailmasta saa helposti sen käsityksen, että mikäli työehtosopimuksesta päästäisiin sopuun ilman lakoilla, on se Paltan näkökulmasta varmaankin 'epäonnistunut' työehtosopimus työnantajalle.

Meille postilaisille Palta on tuttu työnantajaliitto, eikä kauhean hyvässä valossa. Yhä enemmän myös muut SAK:n edustajiston jäsenet allekirjoittavat sen asian, että nimenomaisesti Palta on EK:n lempilapsi, jonka tavoitteena on lähtökohtaisesti haastaa riitaa yrityksen henkilöstön ja sen edustaman ammattiliiton kanssa. Tämä vastenmielinen linja on jatkunut pitkään ja se tuntuu vain vahvistuvan.

Nyt käydyssä työmarkkinakierroksessa Palta on esimerkiksi sabotoivalla asenteella jarruttanut ainakin lentäjien tes-neuvotteluita, matkustamohenkilöstön tes-neuvotteluita, ilmailualan tes-neuvotteluita ja teatterialan tes-neuvotteluita. Enemmän tai vähemmän se on jarruttanut muissakin pöydissä. Tämä jarruttelu on siis jatkunut myös Teollisuusliiton ja Teknologiateollisuuden vientialan päävauksen jälkeen.

Näin ollen Palta on mitä ilmeisemmin ainut työnantajaliitto, joka pyrkii ylittämään EK:n odotuksia jopa työnantajan etujen vastaisesti. Työntekijöiden etujen vastaisuudesta puhumattakaan.

Huomioitavaa on, että nyt käydyssä työmarkkinakierroksessa EK:n koordinaatio on ollut äärimmäisen tiukka, josta ei ole mikään muu työnantajaliitto lipsunut. Muilla työnantajaliitoilla ei silti vaikuta olevan Paltan tavoin yhtä sairaalloisesta tarvetta mielistellä EK:ta yhtään enempää, kuin mihin ovat keskenään EK:n piireissä sitoutuneet. Tämän kaiken lisäksi nykyinen valtakunnansovittelija, joka oli aiemmin Paltalla töissä, ei tunnu yhtään salailevan puolueellisuuttaan valtakunnansovittelijan nykyisessä roolissa. Nykyinen valtakunnansovittelija on täysin Paltan ja EK:n talutusnuorassa, jonka voi selvästi huomata valtakunnansovittelijan sovintoesityksissä.



Työnantaja Postilla on järjestäytymisvapaus kuulua mihin työnantajaliittoon hyvänsä. Tiedän tämän olevan osaltani epäkorrektia kirjoittaa julki, mutta yhä enemmän kyllä ihmettelen, mitä hyvää Posti näkee työnantajaliitto Paltan toiminnassa? Tätä samaa on minulta kysynyt eräs tuttavani PAM:n aktiivi, johon minulla ei ole olemassa vastausta. Ainakaan Palta ei edusta sitä edistävyyttä, luottamuksellisuutta tai arvostettavuutta, eli niitä arvoja joihin Posti on itse sanojensa mukaan sitoutunut.

Koska Paltan temppuilut työmarkkinapolitiikassa on vahvasti häiriintynyt ja vastoin Postin omia arvoja, herää minussa pohdintaa, ovatko Postin mainostamat arvot vain mustetta paperilla vai sitoudutaanko niihin oikeasti? Syksyllä sen viimeistään näkee.

Pasilan ammattiosaston vuosikokous on jälleen takana ja kiitän kaikkia, jotka ovat päässeet paikalle. Toimikunnan järjestäjätiimi ansaitsee myös kiitoksensa vuosikokouksen järjestämisestä. Kiitos koko Pasilan osaston jäsenkunnalle, kun tulin valituksi uudestaan Pasilan ammattiosaston puheenjohtajaksi seuraavaksi kaudeksi. Yritän parhaani mukaan olla luottamuksen arvoinen, antaen kaikkeni.

Onnittelen lopuksi myös valittuja toimikunnan jäseniä valinnan johdosta. Tämä numero on viimeisin ennen tulevaa juhannusta. Koitetaan kesällä levätä kunnolla ja virkistäytyä. Toivotan omasta puolestani jo tässä vaiheessa kaikille jäsenillä rattoisaa juhannusta!

Filip Djordjevic

Pasilan osaston puheenjohtaja

Meillä lomalla tarkoitetaan yleensä palkallista vapaata työstä. Monenlaista vapaata on tarjolla nimikkeestä riippuen. Mistä niissä oikein on kyse ja miten voin vaikuttaa niiden pitämiseen?

Tasotusvapaat

Tasotusvapaata kertyy 40 viikkotunnin piirissä oleville työntekijöille 21 minuuttia kutakin 8 tunnin tehtyä työvuoroa kohti, jota käytetään pääsääntöisesti kokonaisina vapaapäivinä 52 kalenteriviikon pituisella ajanjaksolla. Palkallinen sairauspoissaolo kerryttää tasotusvapaita. Vuosiloman tai muun poissaolon ajalta sitä ei kerry. Mikäli esihenkilön kanssa ei muuta ole sovittu, kuuluu ne sijoittaa kesäloman päätteeksi.

Kertymä tasotusvapaista ei näy Postin järjestelmissä, vaan esihenkilöt pitävät niistä kirjaa manuaalisesti. Onkin suotavaa seurata niitä myös itse, vaikka se voikin olla työlästä. On myös hyvä pohtia erilaisia tapoja niitä kuluttaa, kun paikallinen sopimus antaa siihen hyvät valmiudet. Oman esihenkilön kanssa voi keskustella ja sopia erilaisista tavoista niitä hyödyntää. Se voi olla pidennetty viikonloppu, tai vaikka vapaa keskellä viikkoa jos parhaaksi katsoo. Sopimus siitä, että ne sijoitetaan kesäloman päätteeksi, mikäli mitään muuta ei ole sovittu, on lähinnä takaportti ja varmistus sille, että ne tulevat käytettyä. Työnjohdolle voi nimittäin muodostua haasteeksi sijoittaa vapaita jo valmiiden kesälomien loppuun, kun kesälomatoiveita on muutenkin paljon ja niiden kesto täten pitenee.

On myös hyvä muistaa, että toisin kuin vuosilomat ja joustovapaat, tasotusvapaiden aikana sairastuminen menee ns. ”omaan piikkiin”, kun niitä ei voi siirtää käytettäväksi myöhempään ajankohtaan. Ne ovat käytännössä pekkaspäiviä, joilla normaalia pidempi työaika tasoittuu pidemmän ajanjakson kuluessa. Siinä mielessä se ei poikkea ma-pe viikkoa säännöllisesti tekevän henkilön normaalista viikonlopusta. Vuosilomia ja joustovapaita voi siis siirtää käytettäväksi myöhempään ajankohtaan, mutta silloinkin työntekijän on *pyydetävä* niiden siirtoa. Pyyntöön on kuitenkin suostuttava, eli se on subjektiivinen oikeus. Työntekijän oikeus on tulla kuulluksi toiveestaan lomien sijoittamiseksi, mutta työnantaja kuitenkin sen ajankohdan määrää työehtosopimuksen ja vuosilomalain puitteissa.

Vuosiloma

Vuosilomaa ansaitaan kultakin täydeltä lomanmääräytymiskuukaudelta. Se vaatii joko 14 työssäolon veroista päivää tai vähintään 35 tuntia. Lomanmääräytymisvuosi on aina 1.4 - 31.3. Eli kun käytät tänä vuonna vuosilomia, ovat ne kertyneet edellisen lomanmääräytymisvuoden ajalta.

Pitkä lista työssäolon veroisesta ajasta löytyy PoPa-tessin kohdasta 33 § 4 mom. Työehtosopimuksen löydät osoitteesta

<https://www.pau.fi/edunvalvonta/tyoehtosopimukset.html>

Samalta sivulta löydät mm. päivitettyt palkkataulukot euro-määräisine lisineen.

Alle vuoden pituisissa työsuhteissa vuosilomaa kertyy enintään 20 päivää. Sitä pidemmissä taas 25 päivää. Poikkeuksena tästä pitkien lomien piiriin kuuluvat työntekijät. Ollaksesi yksi heistä, vaatisi se jo reilusti yli 30 vuoden työsuhteen. Heillä vuosilomaa lisäpäivineen on yhteensä 38. Tätä eroa tasoittamaan lomien määrässä suhteessa muihin, jotka eivät ole pitkien lomien piirissä, on olemassa vuosityöajan lyhennykset, joista lisää myöhemmin. Yhteen lomaviikkoon kuluu 5 lomapäivää. Joitakin vuosia sitten luovuttiin 6-päiväisestä laskennasta ja ns. lauantaisäännöstä, joka on selkeyttänyt ja yksinkertaistanut tätäkin asiaa.

Työntekijän työsuhteen katsotaan jatkuneen yhdenjaksoisesti vähintään vuoden, jos työsuhde lomanmääräytymisvuoden loppuun mennessä ja sitä edeltäneen lomanmääräytymisvuoden aikana on jatkunut yhdessä tai useammassa jaksossa yhteensä vähintään yhden vuoden pituisen ajan.

Työnantaja määrää vuosiloman ajankohdan

Lomakausi on 2.5 - 30.9 välinen aika. Jos sinulle on kertynyt esim. 25 lomapäivää, annetaan siitä 20 päivää kesälomana tuon aikaikkunan sisällä, ja ylittävä osa talvilomana ennen seuraavan lomakauden alkua. Tästäkin voi sopia toisin. Yksi tapa siihen on säästövapaa, jossa nimensä mukaisesti osa vapaista säästetään pidettäväksi esim. seuraavalla tai sitä seuraavalla lomakaudella. Siitä kuuluu tehdä kirjallinen sopimus.

Joustovapaat

Suoraan työehtosopimuksesta:

”Joustovapaa on menettely, jossa työnantaja ja työntekijä sopivat tähän työehtosopimukseen perustuvan tai muutoin sovitun etuuden vaihtamisesta annettavaksi myöhemmin palkallisena joustovapaana, tai jossa joustovapaaksi vaihtaminen perustuu työntekijälle työehtosopimuksessa annettuun oikeuteen vaihtaa etuus joustovapaaksi taikka työehtosopimuksen määräykseen.”

Työntekijällä on halutessaan oikeus vaihtaa mm. haittalisänsä joustovapaaksi. Esimerkiksi yhdestä iltalisätunnista saa 12 minuuttia joustovapaata ja yölisätunnista 18 minuuttia. Myös ylityökorvauksia, aattopäivänlisiä jne. voi halutessaan vaihtaa. Lisäksi aiemmin mainitut vuosi-

työajan lyhennykset muutetaan joustovapaiksi. Sitä kertyy kokoaikaisen työn piirissä oleville 2,25% hänen sinä vuonna tekemänsä säännöllisen työajan tuntimäärästä. Lisäksi osa-aikaiselle kertyy hänen tehdyistä lisätyötunneistaan. Yleensä vuosityöajan lyhennyksistä kertyneet joustovapaat näkyvät helmikuun palkanauhassa sarakkeella VTA. Paikallista vaihtelua sallituista joustovapaasaldojen määrästä ja niiden käyttämisen suunnittelusta esiintyy hieman. Jonkinlainen sopimus esihenkilön kanssa olisi hyvä olla kuitenkin olemassa. Lomarahojen vaihtaminen vapaaksi yleensä vaatii sen, ettei muita käyttämättömiä vapaita ole kovinkaan paljoa.

Vapaista ja lomista yleensä

Työehtosopimus ja paikalliset sopimukset työajoista antavat runsaasti mahdollisuuksia hyödyntää vapaita eri muodoissaan. Yleensä työntekijän ikääntyessä vapaaajan ja palautumisen merkitys kasvaa, eikä niitä välttämättä kannata loputtomasti kerryttää ”pottiin”, kun ne on joskus kuitenkin käytettävä. Siinä missä tasoitusvapaita ei voi muuttaa rahalliseksi korvaukseksi (poikkeuksena että vuosia sitten maksettiin, kun työehtosopimus vaihtui väliaikaisesti jakelun tessein), joustovapaat voi teknisesti ottaen maksaa ulos, mutta se ei ole niiden lähtökohtainen tarkoitus.

Jos pitämättömiä lomiam eri muodoissaan kertyy riittävästi paljon, tulee väistämättä paine työnantajan puolelta

niitä polttaa pois. Tällöin niiden ajankohdan sopiminen voi olla haastavampaa.

Totta on myös se, että tilannetta helpottaa, mikäli pyydetty lomien vahvistetaan mahdollisimman ajoissa. Tähän ymmärtääkseni työnantaja nykyään myös pyrkii, ja tällöin puolin ja toisin voi varmistaa, että työntekijä saa lomailla halutessaan ja lomavelka ei työnantajan näkökulmasta ole kohtuuttoman suuri.

Muuta

Työntekijän aloitteesta on mahdollisuus myös sopia 20 lomapäivän ylittävän osan pitämisestä lyhennettynä työaikana. Voit tehdä esimerkiksi 10 puolikasta päivää, jolloin siihen kuluu vain 5 lomapäivää. Näistäkin on aina tehtävä kirjallinen sopimus esihenkilön kanssa, mutta esimerkiksi sähköposti on riittävä dokumentti, kunhan tarvittavat asiat käyvät siitä ilmi.

Lisää lomien ja vapaiden eri muodoista, niiden kertymisestä, pitämisestä ja paljon muustakin löydät työehtosopimuksesta.

Ja tietysti kysymällä myös meiltä luottamusmiehiltä.

Hyvää kesän odotusta!

Aleksi Andersson, pääluottamusmies



Pitkävartiset turvakengät

Lokessa on paljon kyselty turvakenkäpolitiikasta, kun jatkossa tulisi käyttää vain nilkkuri- tai pitkävartisia turvakengämalleja. Työturvallisuusjohtoryhmässä on linjattu, että huhtikuun lopusta lähtien varrettomia turvakengiä ei voi käyttää Vantaan logistiikkakeskuksen tuotantotiloissa, ellei ole lääkärintodistusta varrettomien turvakengien tarpeellisuudesta. Palaan tässä kirjoituksessa lääkärintodistukseen ja sen käytäntöön myöhemmin.

Enemmistö loken työntekijöistä käyttää jo ns. pitkävartisia tai nilkkurimallisia turvakengiä. Meillä on silti huomattava määrä ihmisiä, jotka ovat käyttäneet varrettomia turvakengiä loppuun saakka.

Syyt varrettomien turvakengien käytölle ovat olleet luonnollisesti tapauskohtaisia ja yksilöllisiä, mutta yleisin syy lienee jalkojen kuumuus etenkin kesäheiteillä. Kuumuus jaloissa voi olla joillekin haittatekijä, joka voi alentaa työntekijän työkykyä ja pidemmässä juoksussa jopa terveyttä.



Kuvalähde: Nicksboots

Joillekin työntekijöille pitkävartiset turvakengät ei tuo haasteita, toisille taas haasteet ovat todelliset ja haitalliset.

Miksi sitten työnantaja on asettanut ehdottoman linjauksen käyttämään vähintään nilkkurimallisia turvakengiä?

Syy lienee nilkkatapaturmien määrissä. Tätä kirjoittaessani pelkästään Lokessa on tapahtunut viisi

nilkkatapaturmaa vuoden 2023 alusta lähtien. Ja sitäkin enemmän aiemmin. Kaikki nilkkatapaturmat ovat luonteeltaan olleet hyvin vakavia, jossa on jouduttu pitkille sairauslomille. Useampien nilkkatapaturmien takia työnantaja on nähnyt tarpeen, että turvakenkäpolitiikkaa on tiukennettava sallimalla jatkossa vain nilkkuri- tai pitkävartisia turvakengiä.

Työnantaja on ennen linjaustaan käynyt asianmukaisesta keskustelua allekirjoittaneen työsuojeluvaltuutetun kanssa. Jos huomioimme nilkkatapaturmien lukumäärää lokessa, on minulla ollut työsuojeluvaltuutetun ominaisuudessa aikamoinen pattitilanne lähteä torppamaan nilkkuri- ja pitkävartisten turvakengien ehdotonta linjaa. Se olisi jopa olosuhteisiin nähden ollut ristiriitaistakin, koska yksikin nilkkatapaturma - erityisesti sen luonteen vakavuuden vuoksi – on aidosti liikaa.

Nilkkatapaturman vammat saattavat joskus jäädä osittain pysyviksi, jos isku tulee tarpeeksi kovaa akillesjänteeseen. Ymmärrän varsin hyvin työntekijöiden ihmetyksen sille, että miksi pitäisi kollektiivisesti linjata ehdotonta nilkkuri- ja pitkävartisten turvakengien pakkokäyttöä, kun valtaosa pitkänlinjan postilaisilla ei ole koskaan tapahtunut nilkkatapaturmaa koko Loken historian aikana.

On hyvä ihmisten ymmärtää, että nilkkatapaturmia voi tapahtua myös muutoin, kuin ainoastaan oman työohjeen laiminlyönnin kautta.

Todennäköisyys sille on pieni, mutta kun sen vertaa riskin vakavuuteen sekä aiempien nilkkatapatur-

mien määriin, on työnantajan linjaus tässä valossa ollut perusteltua. Kysymys ei ole tässä lainkaan työnantajan mielivaltaisesta linjauksesta. On samalla myös hyvä tiedostaa, että nilkkuri tai pitkävaristen turvakenkien käytöstä ei saisi koitua uutta vaivaa tai työturvallisuusriskiä työntekijälle, mitä esimerkiksi jalkojen kuumuus voisi yhtenä perusteena olla.

Kun lääkäri kirjoittaa työntekijälle todistuksen varrettomien turvakenkien tarpeellisuudesta, johtuen joko jalkojen kuumuudesta tai muusta yksilöllisestä syystä, tällöin työntekijälle tarjotaan jatkossakin varrettomia turvakenkiä, yleisestä linjauksesta huolimatta. Tiedossani on jo, että Postin nimetty mehiläislääkäri on joillekin työntekijöille kirjoittanut todistuksen varrettomien turvakenkien tarpeellisuudesta johtuen joko jalkojen kuumuudesta tai mahdollisesti muusta syystä.

Työnantajan kanssa on päästy samaan näkemykseen siitä, että lääkärin todistusta ei lokelaisten tarvitse hakea nimenomaisesti Mehiläisen Airportin nimetyltä työterveyslääkäriltä, vaan todistuksen voi hakea lähimmäiseltä mehiläisen toimipisteeltä, jossa on Postin nimetty mehiläisen lääkäri.

Kuva: <https://www.e-julkaisu.fi/sievi/>

Postin nimettyjä mehiläislääkäreitä löytyy käytännössä aika lailla ympäri Uuttamaata. Helpoin tapa on kuitenkin varata soittopyyntö Mehiläisen Postin lääkärille (ei tarvitse olla juuri nimenomaisesti mehiläisen Airport), jolloin lääkäri voi puhelimitse kirjoittaa todistuksen suoraan omamehiläiseen varrettomia turvakenkien tarpeellisuudesta.

Jos tulee mitään ongelmia tämän kanssa, olkaa allekirjoittaneeseen yhteydessä.

Filip Djordjevic

työsuojeluvaltuutettu,
eCD



flip eco Kuvankäsittely 26 / 56

Tuote	Viper High S3	Viper High S3
Tuotenumero	41-52748-010-100	41-52748-010-100
Koko	35-40	35-40
Standardi	EN ISO 20345:2022 S3 P2	EN ISO 20345:2022 S3 P2
Varustelu	Kumipohja	Kumipohja
Neulapainesuoja	Kumipohja	Kumipohja
Puhallusmekanismi	2-vaihe P2/T2	2-vaihe P2/T2
Puhallusmekanismi	Hydro	Hydro
Laatu	EN ISO 9001	EN ISO 9001

Tuote	Dura 2 High S3	Dura 2 High S3
Tuotenumero	41-52748-010-100	41-52748-010-100
Koko	35-40	35-40
Standardi	EN ISO 20345:2022 S3 P2	EN ISO 20345:2022 S3 P2
Varustelu	Kumipohja	Kumipohja
Neulapainesuoja	Kumipohja	Kumipohja
Puhallusmekanismi	2-vaihe P2/T2	2-vaihe P2/T2
Puhallusmekanismi	Hydro	Hydro
Laatu	EN ISO 9001	EN ISO 9001

Tuote	Steel Edge High S3	Steel Edge High S3
Tuotenumero	41-52748-010-100	41-52748-010-100
Koko	35-40	35-40
Standardi	EN ISO 20345:2022 S3 P2	EN ISO 20345:2022 S3 P2
Varustelu	Kumipohja	Kumipohja
Neulapainesuoja	Kumipohja	Kumipohja
Puhallusmekanismi	2-vaihe P2/T2	2-vaihe P2/T2
Puhallusmekanismi	Hydro	Hydro
Laatu	EN ISO 9001	EN ISO 9001

Tuote	Mutator High S3	Mutator High S3
Tuotenumero	41-52748-010-100	41-52748-010-100
Koko	35-40	35-40
Standardi	EN ISO 20345:2022 S3 P2	EN ISO 20345:2022 S3 P2
Varustelu	Kumipohja	Kumipohja
Neulapainesuoja	Kumipohja	Kumipohja
Puhallusmekanismi	2-vaihe P2/T2	2-vaihe P2/T2
Puhallusmekanismi	Hydro	Hydro
Laatu	EN ISO 9001	EN ISO 9001

26 Turvakenkiä

27 Turvakenkiä

"Hei, me siivotaan!"

Vantaan logistiikkakeskuksessa erinäistä energiajätettä, kirkasmuovia ja pahvia liikkuu taloon sisään ja ulos siinä määrin, että keräysastioita viedään ulos puristimiin päivittäin kaikissa kolmessa vuorossa.

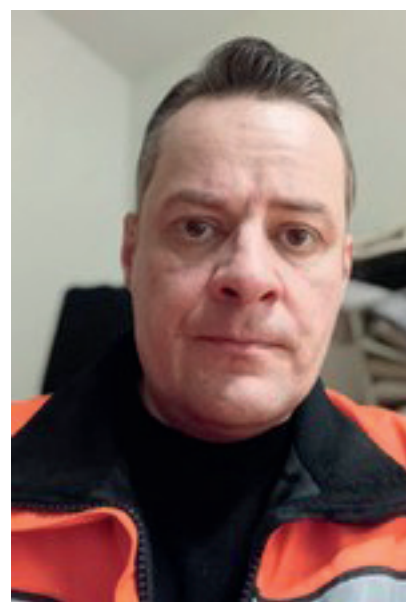
Pahvinkeräys on sittemmin siirretty sisätiloihin hallin eteläpäätyyn, energia- ja muovijäte siirretään edelleen ulos trukkilähtöä jätelaiturille itäpäätyyn. Tämä vie aikaa yhdeltä kuskilta kultakin työpisteeltä noin tunnin per vuoro. Pahvipuristimen sijaitessa nyt kaikkien ulottuvilla, vihreiden pahvias-tioiden tyhjentämiseen olisikin mukava saada reip-paampaa oma-aloitteisuutta ja osallistumista kaikilta työntekijöiltä, joilta pahvia syntyy; tämä keventäisi purkupisteiden materiaalikeräystä n. kolmanneksella.

Luisu- ja muiden työpisteiden siisteys näkyy lähinnä sillä, että työvälineet ovat oikeilla paikoilla ja ylimääräinen loistaa poissaolollaan. Pidetään siis työpisteet ja yhteiset tilat vähintäänkin siedettävässä kunnossa. Hyvä nyrkkisääntö niin töissä, kuin kotonakin: *"jos sen tekemiseen menee alle minuutti, tee se nyt äläkä myöhemmin."* Näinpä vahingossa WC:n lattialle pudottamaasi käsipyyhettä nostaessa, nouki se toinenkin, jo hetken maassa lojunut roska. Palkkioksi on luvassa hyvää mieltä ja ehkä ensi kerralla joku toinen on ehtinyt jo ensin. Sieltä lähtiessä kädet pestään kuitenkin, eikö vaan?

Vielä pienenä yksityiskohtana lastauslaitureiden tuulikaappien siivosta on ollut hiljattain pientä porua. Koska näille alueille ei juuri muut kuin lastaajat ja kuskit eksy, on työnjohdon kanssa päätetty, että alueiden siisteys kuuluu lähtökohtaisesti lastaajille.

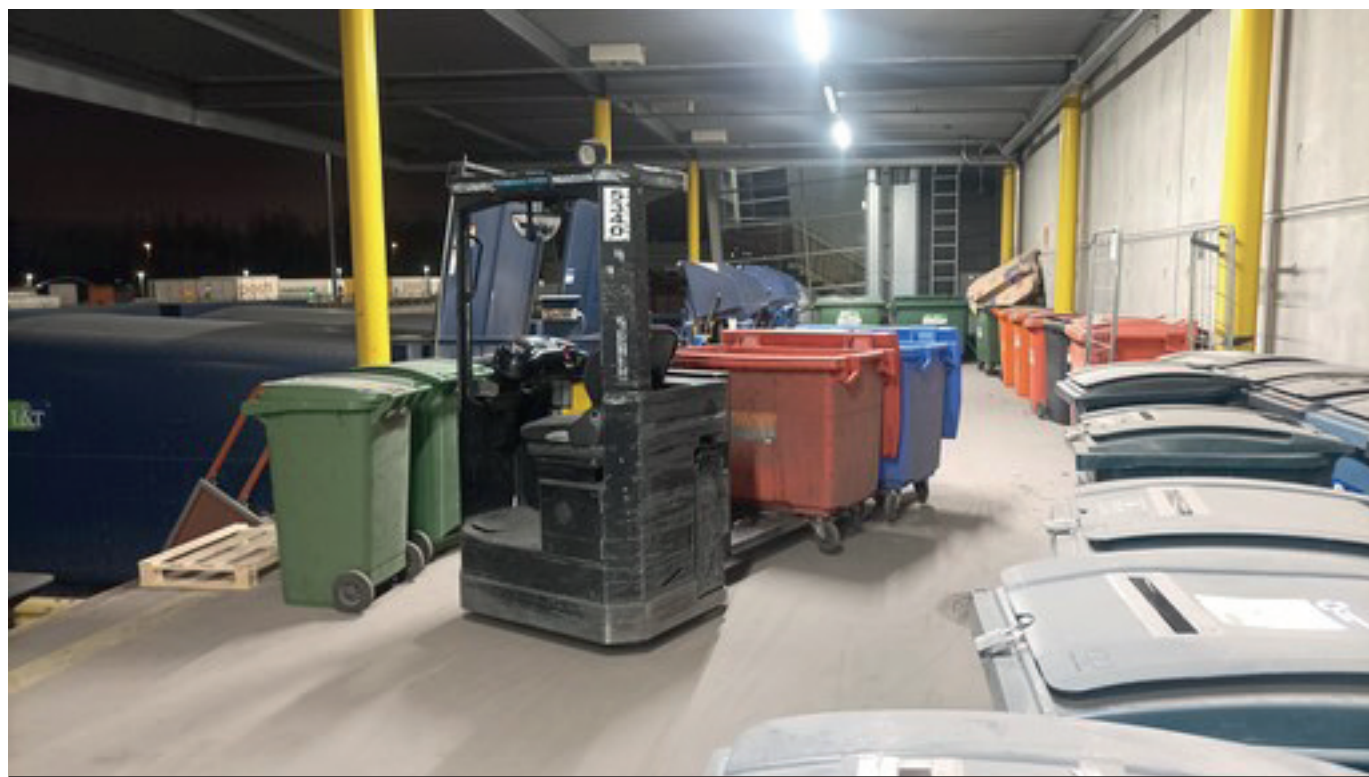
Arvon lastaajat, pitäkää siis liinat ja lukot siistissä järjestyksessä ja huomauttakaa ulkopuolisia mahdollisista ylimääräisistä sotkuista, jättäkööt siis vain siistit paikat meille.

Mukavaa ja siistiä kesää kaikille lukijoille toivottaen,



Janne Timonen

Varaluottamusmies, Loke



TYÖSUHDEPYÖRÄETU MAHDOLLISESTI TULOSSA POSTILAISILLE KEVÄÄLLÄ

Juuri nyt tätä kirjoittaessa on selvä kevät, on jo kukkia, kuten krookuksia ja narsisseja. Se voi olla myös kylmän pohjoistuulen leikkiä, pölyn pyörrettä pilvinä. Mutta mikäs mukavampaa, kun vihdoinkin saa vaihtaa kesärenkaat ja kaivaa pyörät ulos varastosta. Reippaimmat tosi polkevat vuoden ympäri töihin ja takaisin.

Työnantaja tulee ehkä antamaan mahdollisuuden työsuhdepyörään kevään aikana, kunhan sopiva yhteistyökumppani on löytynyt. Pyörän voisi hankkia myös vapaa-aikaa varten eli sitä ei ole tarkoitettu vain työmatkoihin. Yhteistyökumppani tulee järjestämään asiasta infoa kaikille; mahdollisesti toukokuun aikana. Posteriin tulee myös tietoa ajankohtaisesti.

Pyörähuollon ehdot on toistaiseksi vielä selvittelyn alla, miten ne tulee jakautumaan työntekijän/työnantajan kesken vai maksaako työnantaja huollot kokonaan?

Koska työsuhdepyörä on pyöräetuyhtiön tai työnantajan omaisuutta, se ei kuulu työntekijän kotivakuutuksen piiriin. Leasing -sopimuksia tarjoava firma yleensä liittää vakuutuksen suoraan mukaan hankintahintaan, mutta myös työnantaja voi maksaa pyörän vakuutuksen. Lähde:Postin verkkouutiset

Polkupyöräetu pähkinäkuoressa:

- etu on osa palkkaasi ennen verojen laskemista
- työnantaja vähentää palkastasi 100/kk
- etu vähentää verotettavaa tuloa
- sopimuskauden loputtua voit lunastaa pyörän itsellesi
- sopimuskausi riippuu pyörän hinnasta
- mitä kalliimpi pyörä, sitä pidempi sopimuskausi, esim. 2500 € sopimuskausi on laskettavissa netistä hakemalla: työsuhdepyörä laskuri.

Ehdot työsuhde polkupyörälle:

- olet Postin työsuhteessa
- työtuntisi ovat vähintään 18h/vko
- työsuhteesi kestää yli 6 kk työsuhdepyöräedun voimaantulosta
- palkasta ei peritä suoraan ulosottoon.

Kunhan kaikki tiedot sekä ehdot ovat selvät, voi itse kukin tehdä matemaattisia harjoituksia omalle kohdalle, sillä tässä on mielestäni vähän räknäämistä.

Työsuhdepyörä laskuri (se netistä löytyvä) auttaa paljon antamaan arvioita leasingsopimusten pituuksista, kun on pyörän hinta selvillä. Laskuri näyttää myös veroetusi.

Suurin osa Suomessa työskentelevistä postilaisista on polkupyöräedun piirissä. Edun saamiseksi työntekijällä on oltava vähintään 18 viikkotuntia. Edun saa käyttöönsä 6 kuukautta työsuhteen alun jälkeen. Etua ei voida myöntää, jos työntekijän palkasta osa menee suoraan ulosottoon tai työsuhde on päättymässä 6 kuukauden kuluttua edun käyttöönotosta.

Muutos paikkauksen työtehtävään

Muutos tehty pe 11.4. alkaen työtehtäviin Loken paikkauksipisteellä. Tämä mietityttää, kuinka tämä vaikuttaa rikkoutuneiden lähetysten keräilyyn? Keräilyrullakoille ei ole ylimääräistä sijaa oikein missään, jos paikkaus hidastuu merkittävästi ja rullakoita alkaa ruuhkautua yli äyräiden. Näin on käynyt jo aivan parissa päivässä heti alkuun. Jokaisesta rikkoutuneesta lähetyksestä on otettava kuva/ kuvia puho -laitteella.

Lisäksi niistä ammutaan poikkeama eli puutteellisesta pakkauksesta on myös kirjoitettava selite puho -laitteeseen, mikä oli syy siihen, että lähetys on rikkoutunut (täytteiden puuttuminen, lähetysten koko liian suuri suhteessa pakkaukseen; pakkauksen sulkeva liimapinta liian ohut, jolloin kansi on auennut jne.).

Joku roti ja järjestys oltava, koska paikkaus työ hidastuu merkittävästi ja paikkausta odottavien lähetysten määrä ruuhkauttaa paikkauksipisteen lattiaa kevätseisongin aikana yhä enenevässä määrin. Työntekijän on rullakoita kerätessään oltava varovainen kuin kettu, trukkipöydien vierustoilla ja ketterä kuin jänis, paikkaustehtävissä teipikoneen kanssa, varoen ettei astu toisten jaloille tai töni vahingossa kollegoitaan ahtaassa tilassa.

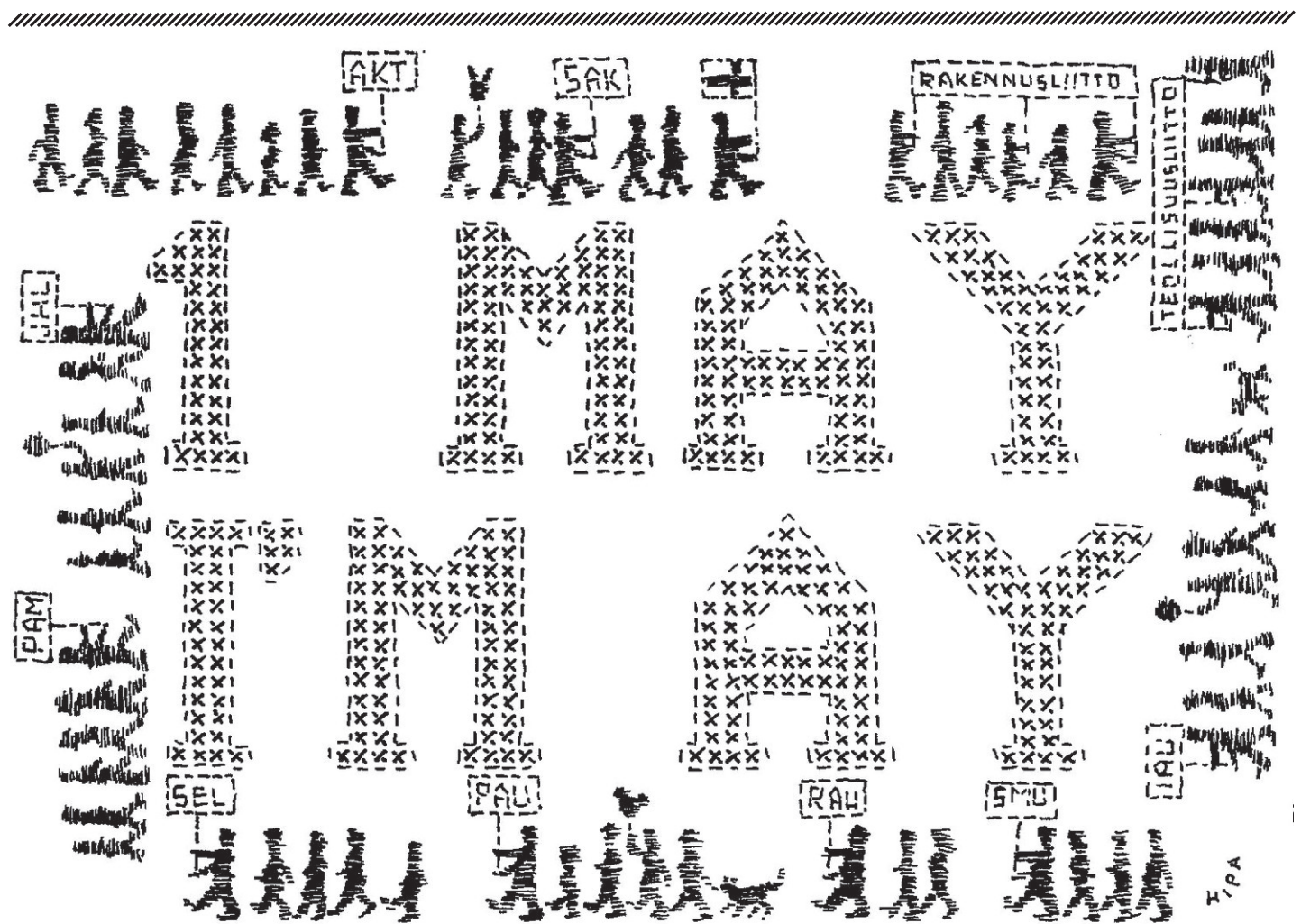
Tila on ahdas nimittäin silloin, jos paikkaajia on neljä tai enemmän. Lauantaivuorossa työntekijät jakautuivat paikkauksipisteestä kauemmaksi, yksi oli paikkauksikärryn kanssa rullakoiden takana varoen vieressä olevia valmiita H&M palautuspahveja, yksi (viides kaikista paikkaajista) Line Sorter- syötön vieressä.

Muistutus siisteydestä

Tässä hallissa ahertavien työntekijöiden on muistettava, että hallin tuotantoon ei tuoda kahvimukeja, eikä muita avonaisia juomia ilman kantta. Eräältä turvallisuuskävelyiltä löytyi trukkien pikalatauspisteen päältä kahvimuki (onneksi tyhjä) sekä omena, joka ei tuoreudellaan enää loistanut. Etenkin kesä ja banaanikärpäset tykkäävät kaikesta eloperäisestä, kuten hedelmistä ja varsinkin banaaneista. Työpisteissä ei ole erityisen kiva olla, jos sinne astuessa ilmaan pölähtää pilvi hedelmäkärpäsiä. Muistutellaan ne eväät mieluummin taukotiloissa, niin kuin on tarkoitus. Tuotantotiloissa ei sitten tarvitse törmentä inhottaviin yllätyksiin.

Turvallisempaa kevättä kohti!

Elina Saarnio
Työsuojeluasiamies, Loke



PASILAN OSASTON VUOSIKOKOUS 2025



Pekka Korhonen käytti oman puheenvuoron tsemptakseen eläkeläisiä mukaan toimintaan, ettei kukaan jäisi tahtomatta yksin murehtimaan ja miettimään pahoja ajatuksia. Eläkeläiset kehoitettiin osallistumaan tilaisuuksiin ja menoihin mukaan ja vaikka ideoimaan, millaista toimintaa he haluaisivat saada järjestetyksi. Kun kaikenlaista apua ja tahoja on valmiiksi olemassa, kunhan viitsii ottaa selvää ja osallistuu.

Olimme vuosikokouksessa 1.3.2025 tutuksi tulleessa Hotelli Arthurissa. Jäseniä vastaanottamassa tällä kertaa olivat Aleksi ja Jari. Ilmoittautumisen yhteydessä kouraan sai kokouspapereita, vaaliliput ja arvan lahjakorttiarvontaa varten.

Eläkeläisillä oli oma kahvitilaisuus tuntia ennen varsinaista vuosikokousta. Filip Djordjevic ja Maarit Kuikka kävivät tervehtimässä eläkeläisiä ja Filip piti pienen puheen.



Merja Memmu Rauhavuorelle myönnettiin hopeinen ansiomerkki ja Heidi Nieminen kiinnitti ystävällisesti sen paikoilleen. Tunnustus tuli varmasti yllätyksenä, sillä merkin saaja oli iloisesti liikuttunut sen vastaanottamisesta.



Kokouksen puheenjohtajaksi valittiin Filip Djordjevic ja sihteeriksi Merja Rauhavuori. Kokous eteni hallitusti kohta kohdalta ja lopulta käytiin osaston toimintakerhomukset. Oli hauska hetki, kun leveästi hymyilevä Filip kokouksen puheenjohtajana ehdotti itseään osaston puheenjohtajan tehtävään ja kohta julkisti itsensä valituksi tehtävään. Helppo homma, kun tällä kertaa ei ollut muita haastajia. Raikuvista aplodeista päätellen valinta tuntui olevan jäsenille mieluinen.



Kuva: Jari Havunen



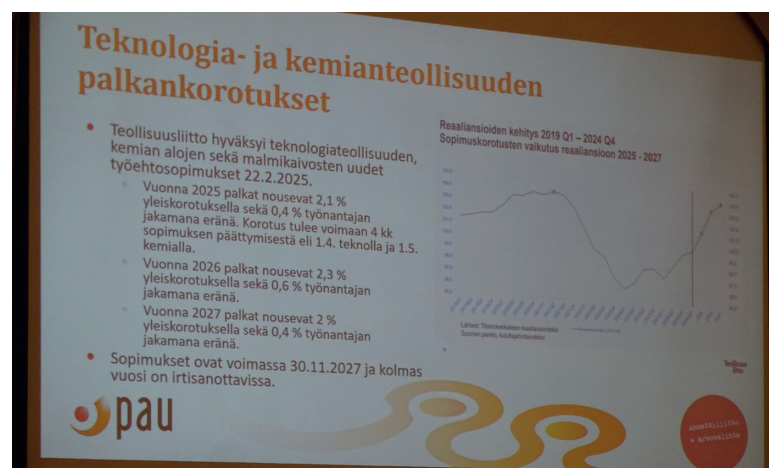
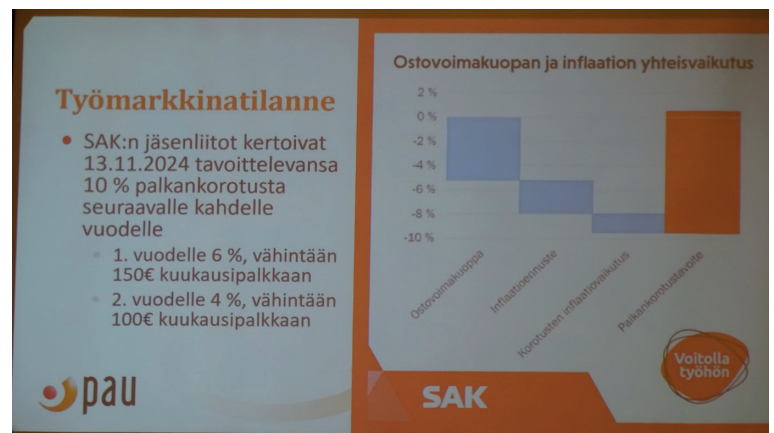
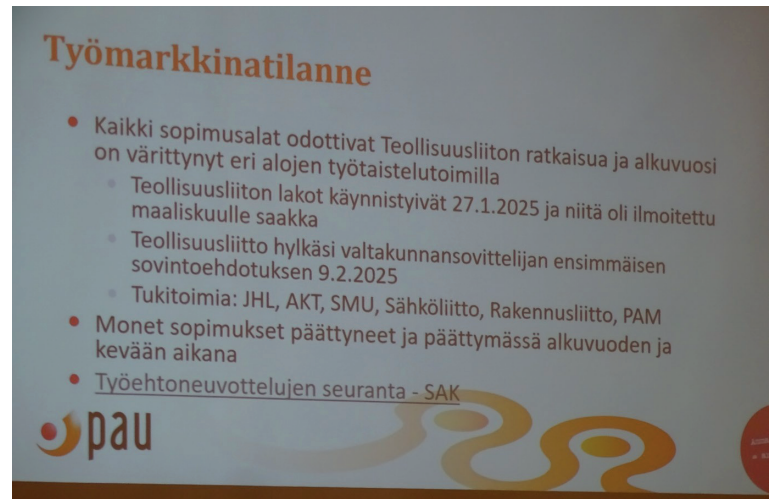
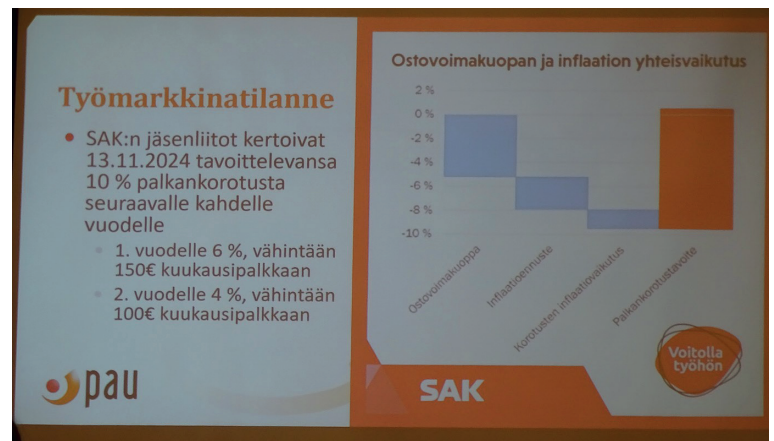
Ajankohtaisista asioista oli tullut kertomaan PAU:n toimistolta itse liiton puheenjohtaja Heidi Nieminen.

Heidi kertoi mitä työmarkkinaneuvotteluissa oli menossa ja miten palkankorotukset meillä realisoituvat vaiheittain ja millaiset talousnäkymät Suomessa on tänä vuonna kehittymässä. Hallituksen leikkaukset osuvat monelle kipeästi ja monia päällekkäin. Pahimpia ovat aikuiskoulutustuen lakkaaminen ja työttömyysturvan leikkaukset. Eipä voitu vielä silloin arvata, millaisen pommin Trumpin ilmoittamat tuontitullit maailman talouselämälle huhtikuun alussa oikein aiheutti. Sijoittajat menettivät paljon kukin tahoillaan hetkessä ja myös koko Suomen talousennuste meni uusiksi.

Miten yksi presidentti voikin hämmentää maailman tilanteen vain yhdellä puheella! Teoriat ekonomien ennusteisiin on mennyt uuteen uskoon ainakin tältä vuodelta.

Kokousosuuden loppuksi kuultiin taloudenhoitaja Sami Mäkisen esittelemät talousluvut ja tase. Oli mukava nähdä, että osaston raha-asioista on pidetty huolta. Koettiin toimikunnan jäsenten vaalissa hieno yllätys, kun ensi kertaa ehdokkaana ollut Nina-Hannele Ruth tuli valituksi toimikunnan varsinaiseksi jäseneksi.

Tilaisuuden loppuksi arvottiin kolme lahjakorttia ja arpojen nostajaksi valittiin kokousyleisöstä Mike Santana.



Huvittavaa, kun mies veti ensimmäisenä esiin arvan, jonka numero jäi hetkeksi kellumaan ilmaan – se kun oli juuri Mi-ken oman arvan numero! Kaksi muuta arpaa meni sentään eri henkilöille. ☺



Filipin toinen kausi puheenjohtajana alkoi puheenjohtajan vakavaan tyyliin. Tällä kaudella on vasta nähty muiden alojen levoton työmarkkitilanne lakkoineen, mutta joko-kohan niiden pahimmasta nyt selvitty.

Meillä kolmas, eli optiovuosi on nyt kulumassa, joten syksyllä on meidän työehtosopimuksen päätös ja uuden neuvottelut edessä. Olemme hyvissä ajoin käärineet hihamme ja valmistautumassa mitä ikinä edessä onkin.
PAU - Ammattiliitto on arvovalinta! Voitolla työhön.

Kuvat ja teksti: Helena Aarnio, yksi kuva s. 11: Jari Havunen

On nämä vuosikokoukset sen verran vaikuttamisen paikkoja, myös kollegojen tapaamista ja työkaverien kesken ajanviettoa, että sopisi vielä monelle muullekin jäsenelle tulla mukaan ilmaisemaan oma näkemys.

Jäsen! Kuka sinun oikeuksiasi paikallisesti ajaa? Olethan tietoinen, että kaikki osaston kokoukset ovat suora jäsenetusi! Kesällä 2025 on PAU:n liittokokous ja Pasilan osaston toimikunta on valinnut oman porukan mukaan, vaikuttamaan ennakkoon syksyn neuvottelupöydän kysymyksiin.



Toimikunnan jäsenet kaudelle 2025

Äänimäärän mukaisessa järjestyksessä

(Toimikunnan vaalissa kolme ehdokasta sai saman määrän ääniä, joten heidän järjestys oli toimikunnan varsinaisia ja varajäseniä varten arvottava).

Varsinaiset jäsenet

Aleksi Andersson 49
Jouko Luttinen 42
Jari Havunen 41
Helena Aarnio 39
Merja Rauhavuori 38
Eija Heikkilä 36
Maarit Kuikka 34
Juha Salmen 32
Nina-Hannele Ruth 31

Varat

Sami Mäkinen 31
Pekka Herranen 31
Val Nyholm 29



Tsemppiä ikääntyville ihmisille!

Muutamia vinkkejä siis!

Jotta työuran päättymisen jälkeen – tapahtui se eläköitymisen tai vaikkapa työttömyyden vuoksi

– ei heittädyttäisi mökkihöperyyteen. (Tarkoittaa, että jäädään yksin neljän seinän sisään ja mietiskellään ”mustia” asioita).

Tässä yksi varoittava esimerkki, joka tapahtui jo viime vuosituohannella, oman työurani alkuvaiheilla:

Eräs silloinen työkaverini jäi eläkkeelle ja ker-toili tulevaisuuden suunnitelmiaan:

- Kun jään eläkkeelle, istun ensimmäisen kuu-kauden kiikkustuolissa, enkä tee mitään, muis-telen vain menneitä, mietin maailman menoa.”

No kiikkustuoli kiikkui viikon verran, sitten lo-petti kiikkumisen. Kiikkuja oli hiljennyt. Syyksi ilmoitettiin: Menehtyi vanhuuteen. Ei ole tietoa mitä mahtoi mietiskellä kiikkues-saan.

Vielä töissä ollessaan jutusteli ja oli aina hie-man harmissaan, kun häntä hänen työpanos-taan ei oikein arvostettu, omien sanojensa mu-kaan pidettiin ikäloppuna, arvottomana.

Ei koskaan äänekkäästi protestoinut, oli hiljai-nen ns. näkymätön työntekijä.

Toinen esimerkki on jo lähempänä vuosituhan-nen vaihdetta.
työntekijälle ilmoitettiin:

- Ei tarvitse tulla maanantaina enää töihin.

Työntekijä kotiin mentyään ryhtyi ”ikkunoita pe-semään”.

Oli laittanut pöydän ikkunan eteen, pöydän eteen tuolin, tuolin eteen hieman matalamman jakkaran, kaikki suoraan riviin. Ei ollut kuiten-kaan muistanut ottaa pesutarpeita esille.

Putosi viidennestä kerroksesta kahden lasin läpi piha-asfaltille pää edellä.
Syyksi ilmoitettiin: Pudonnut ikkunoita pestes-sään vahingossa.

Tämän suuntaisia tapauksia on ollut muitakin, mutta niistä vähemmän puhutaan vielä.

Esimerkki puhumattomuudesta:

Tapahtui joskus 70-luvulla. Tilaisuus johon lai-toksen silloinen ylilääkäri oli kutsuttu ja minut luottamusmiehenä oli kelpuutettu mukaan.

Taisin sijaistaa silloin piiripääluottamusmiestä. Lääkärin puheenvuoron jälkeen totesin:

- Saattepa nähdä, lähiaikoina tulee tapahtu-maan paljon itsemurhia.

Johon lääkäri totesi vihaisesti näillä sanoilla:

- Puhut poika paskaa!

Näihin aikoihin tapahtui ns. ensimmäisten pos-tiasemien lakkautusten aalto. Asemanhoitaja pantiin pihalle, onnekkaimmat pääsivät siirty-mään muihin toimipaikkoihin.

Sitten vuoden, parin päästä samanlaisessa palaverissa, jossa sama lääkäri oli paikalla, tie-dustelin:

- Onko sattunut ”itsareita”?

Hän tiuskaisi kiukkuisesti:

-Näistä asioista ei puhuta!

Mielestäni ihmiset ovat tarpeellisia ja tärkeitä yhteiskunnalle ikääntyessäänkin, vielä työuran-kin jälkeen.

Ei hylätä ketään, annetaan arvostusta, ei jätetä ketään yksin.

Siis evääksi jokaiselle erik-seen ja kaikille yhteisesti, pidetään yhteyttä.

Tähän erään Antti Palkisen aforismi:

Sen verran pitää olla kavereita ja ystäviä, että arkunkantajat löytyy. SIKSI esitän ammattiosastoille ja niiden toimikunnille, ryhtykää valmentamaan ikäihmisiä eläkkeelle jäämiseen tai muusta syystä työuran loppumisen yhteydessä tulevaan elämään.

Osastojen toimihenkilöillä on enemmän tietotaitoa asioiden hoitamiseen, kuin tavallisella rivijäsenellä. APUA on saatavilla, tietoa löytyy.

Pääkaupunkiseudulla kaikilla Postin eläkeläisillä on mahdollisuus osallistua yhteisiin tilaisuuksiin, joita on pidetty PAU:n toimiston neuvotteluhuoneessa.

John Stenbeckin ranta 6, 00530 Helsinki.

- Jos osallistujamäärä lisääntyy huomattavasti, varataan suurempi kokoustila.

- Jokaisen kuukauden ensimmäinen arkitorstai klo 11:00 alkaen. Pois lukien kesälomakuukaudet eli kesä-, heinä-, elokuut.

- Ei minkään keskusjärjestön alainen, ei jäsenmaksua, vain kahvimaksu.

Kahvistellaan, jutustellaan, muistellaan menneitä. Suunnitellaan mahdollisesti yhteisesti tehtäviä matkoja, retkiä tai osallistumisia muiden järjestämiin tapahtumiin.

Kahvistelua varten toivotaan uusien tulijoiden ilmoittautumista:

Pekka Korhonen
puh. 040 55 22 388

Eläkeläinen Pasilan osasto

Psst!

Hyvinvointialueilla on ikääntyneiden palveluoppaita, joista löytyy monenlaista apua. Eri alueilla asiat ovat hieman erilailla esitettyinä. Lisäksi alueilta löytyy erilaisia eläkejärjestöjä, joista on saatavilla monenlaista tietoa, apua ja virkistystä ikäihmisten arkeen.



Pekka PAU:n jäsenristeilyllä. Kuva: Jari Havunen

HAVU TUTKII

Liikunnan mahdollisuuksia, vastapainona työelämälle ja jaksamiseen täytyy luoda mieleinen harrastus. Se voi olla vaikka lenkkeily, mökkeily, käynti konserteissa tai elokuvissa. Hyvän harrastuksen parissa sielu ja ruumis lepää ja saa ajatukset pois arjen ja työelämän murheista.

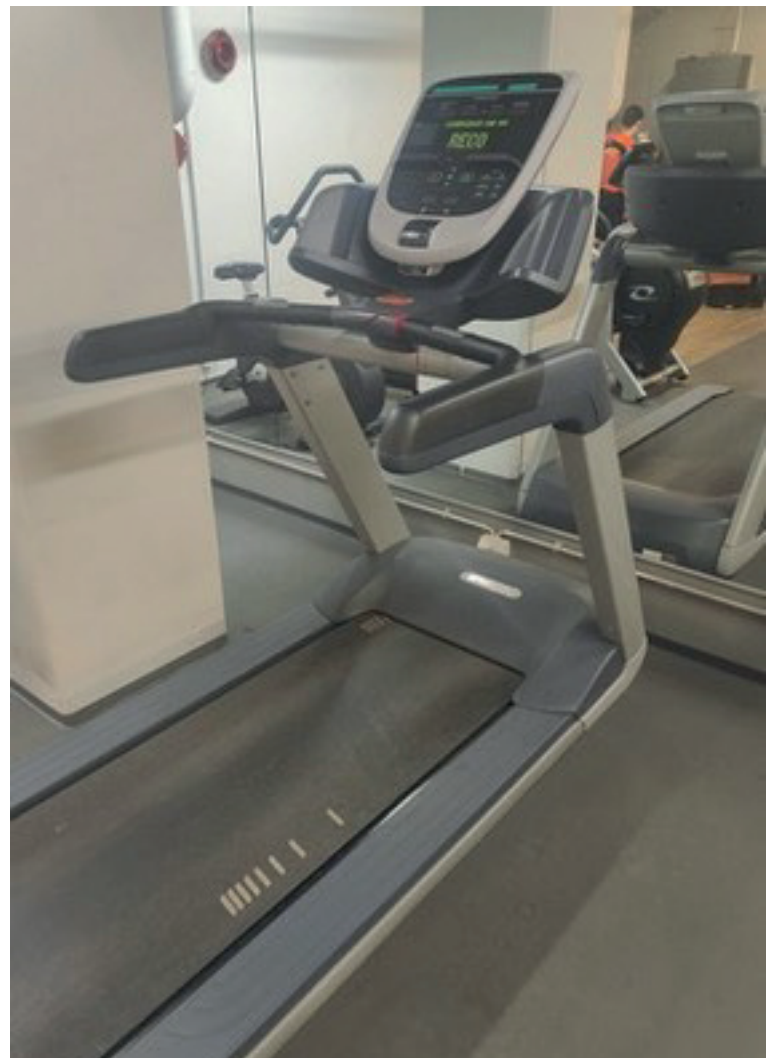
Kivan harrastuksen löytäminen antaa voimia jaksaa joskus hyvinkin stressaavissa työtilanteissa. Sää voi keväällä olla sateinen tai muuten myrskyä ja on vaihteleva. Ei kannata jäädä kotisohvalle pakosti lojumaan odottaen tulevaa kesää, vaan nyt kannatta alkaa hyödyntämään talon liikunta mahdollisuuksia. Meillä on täällä pokissa loistavat olosuhteet aloittaa itsensä kuntouttaminen.

Mikään ei ole niin rentouttavaa rankan työpäivän jälkeen, kuin vaihtaa työvaatteet verkkareihin ja suunnistaa salille ja juosta kiireetön pikku lenkki juoksumatolla. Siellä, kun voi jatkaa keskeytynyttä lenkkeilyä kesäksi juoksumatolla tai pyöräillä kuntopyörällä.

Sieltä löytyy myös pingispöytä, jos haluaa vaikka vähän muutakin nopeampi tempoista liikuntaa. Pikkuhiljaa voi alkaa siirtymään myös painon noston pariin, vaikka jotkut vieroksuvat näitä rautoja ja



niillä tekeminen on muka turhanpäivästä hommaa. No onneksi löytyy myös toiselta salilta kevyemmät laitteet, joissa pelataan toistoilla ja



saa itse valita sopivan painovastuksen suoritukseen-
sa.

Jos on epävarma, mitä siellä salilla voi tehdä tai miten nostella painoja, niin ohjeita saa netistä ja niitä voi vaikka ladatakin kännykkään.

Jos haluaa oikein piristäytyä, voi ottaa vaikka Fitnessin elämän tavaksi. Fitness tarkoittaa ihmisen fyysistä ja henkistä toimintakykyä kuvaavaa käsitettä. Lajina taas Fitness muokkaa kehoa ja elämäntapoja. Tavoitteena olisi lihaksikas, sopusuhtainen ja terveellinen olotila. Henkilökohtaiseen treeniohjelmaan ja ruokavalion suunnitteluun voi etsiä sopivan ohjelman netistä. Myös Mehiläinen voi auttaa tässä, jos on jotain selkä ym. vaivoja ja saa lähetteen fysioterapeutin puolelle. Hän antaa varmasti hyviä saliohjeita, joita noudattamalla palautuu taas kuntoon.

Itselläni fyysinen kuntoni on noussut ja tunnen myös, että henkiset voimavarani ovat kasvaneet. Lajin todettuihin terveysvaikutuksiin perustuen voin lämpimästi suositella tätä kaikille, jotka haluavat haastaa itsensä sekä fyysisesti että psyykkisesti. Tutkinta jatkuu mitä tehdä, jos ei salielämä kiinnostakaan. No onneksi meillä löytyy täältä pokista lääke siihenkin.

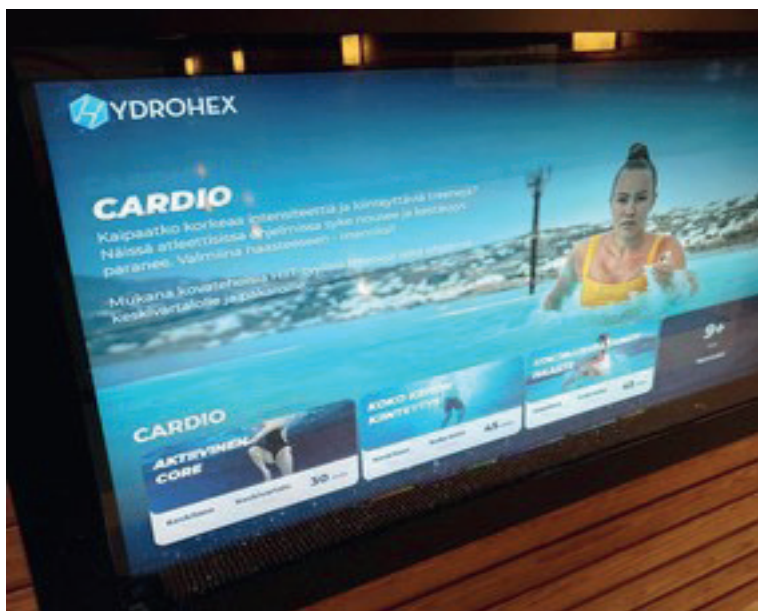
Hei ala harrastamaan vesijumppaa. Meillä on hieno laite altaan päädyssä mistä voi valita itselleen sopivan ohjelman. Valitussa ohjelmassa on seikkaperäiset ohjeet, jota noudattamalla saa kaiken hyödyn irti vesijumpasta ja jumpan jälkeen saunaan rentoutumaan. Tärkeintä on muistaa pitää treeni, ravinto ja lepo oikeassa suhteessa omat tavoitteet ja rajat huomioon ottaen.

Myös ruokailutapaan olisi hyvä kiinnittää huomiota. Lisäämällä kasviksia enemmän lautaselle ja kun ei syö turhan isoja annoksia, niin pääse jo aika pitkälle.



Näillä metodeilla ja liikuntaa lisäämällä jaksaa työssä paremmin ja voi olla jo kesällä paremmassa ranta-kunnossa.

Teksti ja kuvat sir Havu



Talvipäivät laivalla

PAU päätti kokeilla talvipäiväksi risteilyä Tallinaan 8.- 9.2.2025. Laiva oli Tallinkin Victoria I. Matkan omavastuuosuus piti maksaa 6.1.2024 mennessä, maksun saaja oli Posti- ja logistiikka-alan unioni PAU ry. Viestiksi maksuun tuli matkustajan nimi tai nimet, mikäli maksetaan useammasta henkilöstä. Kas näin oli maksun suoritettuaan mukana ainutlaatuiselle risteilylle. Laiva lähti lauantaina 08.02–25 Länsiterminalista 2. klo 18.35.



PAU:lla oli oma pöytä terminaalissa, jossa maihin-nousukortit ja liput jaettiin. Lippuja oli jakamassa tuttuja kasvoja. Paikalla piti olla riittävän ajoissa.

Lauantaina 08.02–25 ohjelmassa oli päivällinen klo 20.45. PAU- info oli auki konferenssikannella klo 19–20.30. Jäseniä oli tullut satamaan jo hyvissä ajoissa, ilmoittautumisen ja lippujen saannin jälkeen jäseniä oli kasaantunut yläkerran kahviloihin runsain määrin odottamaan milloin laivaan pääsisi.

Kahvilan tiloissa näki tuttuja eri osastoista pitkin Suomea.

Portit laivaan avattiin klo 17.45 ja melkein 400 jäsentä nousi laivaan. Laivalla alkoi heti hyttien etsintä ja matkatavarat sinne ja päällysvaatteet pois. Sitten suunta baariin tapaamaan muita jäseniä keskustelujen merkeissä ja odottamaan ruokailun alkamista.

Ruokailu sujui melko hyvin, vaikka joutui tovin jonottamaan saadakseen puffetista annoksen lautaselleen. Ruokaillessa näki monia vanhoja tuttuja toisissa pöydissä ja oli kiva siirtyä ruokailun jälkeen nauttimaan jälkkärikahvit vanhojen tuttujen pöytiin.

Samalla tuli kerrottua kuulumiset ja missä mennään postaali -maailmassa. Uusien koneiden määrä yllätti monet vanhat pokista muualle siirtyneet.

Laivassa ohjelma viihdyttää

Pieni lepo hetki ja sitten suuntaus yökerhoon, jossa oli tiedossa hyvin musiikkipitoinen illanvietto. Sinne oli kerääntynyt myös lisää vanhoja ja uusia jäseniä. Keskustelimme niitä näitä ja kuuntelimme hyvää covermusiikkia, jota soitti laivan houseband.

Sieltä tuli tulkintaa laidasta laitaa Kaija Koosta JVG:hen. Tanssilattiakin täyttyi aika nopeasti. Illan kohokohta oli, kun lavalle nousi Teflon Brothers, sitten alkoikin tulemaan ryhmää yökerhoon. Paikka oli ihan tupaten täynnä ja tanssilattiakin pursui innok



Porukasta ensimmäisenä lähtöterminaaliin osunut Eija etsii tuttuja naamoja.

Terminaalissa bongattu kuusi laivautujaa PAU:n risteilylle; kuvassa vasemmalta Val, Pepe, Marika, Merja, Virpi ja Ulla.



kaista tanssioista. Kun hitit, Maradona, Lähiöunelmii, Hubba Bubba tai Pämppää osui kohdalle, oli tanssilattialle mahtava tungos ja ihmiset lauloivat mukana. Tefloneitten jälkeen tuli laivan oma house-band takaisin, sitä kuunneltiin vielä hetki ja sitten oli aika mennä levolle.

Tapaamisia ja keskusteluja

Hyttiin menneessä käytiin vielä hyviä keskustelua eri paikkakuntalaisten hyteissä, jossa oli ovi auki. Oli kiva kuulla, miten menee niin isoissa kuin pienissä postipaikoissa ja heitä kiinnosti hki-pokin tilanne. Polttava aihe oli myös, kumpi on parempi jakeluun polkupyörä vai sähköscooteri. Siitä väiteltiin tovin ja polkupyörä oli ylivoimaisesti paras valinta. Juttutuokioiden jälkeen omaan hyttiin nukkumaan.

Kello herätti aamupalalle, ja siitä sitten kavereiden kanssa lähdimme tutustumaan Tallinaan. Aikamme pyörityämme kaupungilla ilman mitään päämäärää vain tehtiin katselmus, miten paikat muuttuneet. Kahvit juotiin paikan päällä ja sen jälkeen paluu laivaan. Satamassa ei ollut ketään valvomassa meidän suunnistimme porttien läpi pelkästään maihinnousukortilla.

Laivaan päästyämme menimme hytteihimme vaihtamaan kevyempää vaatetusta ja siitä kulku kohti konferenssikantha, jossa oli tiedossa PAU:n ajankohtaisohjelmaa alkaen klo 12–14.

Puheenjohtaja Heidi Nieminen piti puheen ajankohtaisista asioista ja äänestyksen talvipäiväristeilyn jatkumisesta parivuoden välein. Kaikki oli muuten risteilyn puolella, Lasse Becker tiedotti Tampereen nuorisotapaamisesta, johon kaikki alle 35 v. voivat osallistua lopuksi eläkeläisten asioista puheli postin-eläkeläisten jaoston vetäjä Pekka Korhonen.

Lounas oli klo 14.15, jonka jälkeen palasimme hyttiin pakkamaan tavarat ja odottamaan laivan saapumista satamaan.

Säpinää laivalla



PAUn toimiston starat, vasemmalta Juha, Heidi, Jamppa ja Juha.



Heidi Niemisen ajankohtaiskatsauksella on aina kiitollinen ja huolellisesti kuunteleva yleisö.

Reissu oli tosi onnistunut ja samalla tuli hankittua uusia kontakteja pitkin Suomea. Ensi vuonna nähdään taas jossain, kun tulevan talvipäivä paikka on vielä avoin.



Teksti ja kuvat sir havu

JÄSENTIETOJEN MUUTOSILMOITUS sivuillamme www.pasilanosasto.pau.fi

Lähetä kirjekuoressa alla olevaan osoitteeseen tai sähköpostilla ilkka.silo@posti.com

PAU PASILAN OSASTO RY
JÄSENSIHTTEERI
PL 925, Postintaival 9
00231 HELSINKI



Ilmoitus PAU :n jäsenrekisteriin eläkkeelle siirtymisestä tai jäsenmaksun keskeytyksestä

Nimi _____

Osoite _____

Äidinkieli () Suomi () Ruotsi () Muu, mikä?

Puhelin/sähköpostiosoite _____

OSOITTEEN MUUTOS

Vanha osoite _____

Uusi osoite _____

Uusi osoite on voimassa _____ alkaen.

JÄSENMAKSUN KESKEYTYS

keskeytys on voimassa ____/____/20____ - ____/____/20____

Keskeytyksen syy, merkitse x oikeaan kohtaan

() äitiys- tai vanhempainloma

() asevelvollisuus

() hoitovapaa

() siviilipalvelus

() sairausloma, palkaton

() Kelan työmarkkinatuki

() opiskelu

() muu syy, mikä?

() kuntoutustuki

—

ELÄKKEELLE SIIRTYMINEN

Siirryn _____ eläkkeelle ____/____/20____ alkaen.

Haluan ilmaisen Reitti-lehden () kyllä () ei Pasilli-lehden () kyllä () ei

vuosikalenterin () kyllä () ei

Jokin muu muutos tai ilmoitus

Mikä? _____