

Työhyvinvointia edistämässä hoitotyön tiiminä

31.10.2025

Työhyvinvointiasiat ovat olleet organisaatioiden toiminnalle tärkeitä jo pidemmän aikaa. Työhyvinvointi sisältää laajoja sisältökokonaisuuksia, kuten työviihtyvyyden, motivaation ja työtyytyväisyyden (Vänskä, 2022, s. 1). Työhyvinvointi ymmärretään kokonaisvaltaisena ilmiönä, joka sisältää fyysisen, psyykkisen, sosiaalisen ja henkisen hyvinvoinnin. Henkilöstön hyvinvointi voidaan ymmärtää työntekijöiden, työnantajan sekä yhteiskunnan etuna. (Virolainen, 2012, s. 11.) Työhyvinvoinnilla ymmärretäänkin olevan yhteys organisaatioiden suoriutumiseen (Vänskä, 2022, s. 2). Elovainion ym., (2022) mukaan ihmiset viettävät suuren osan valveillaoloajastaan töissä. Näin ollen psykososiaalisen työympäristön ominaisuudet ovat tärkeitä yleiselle hyvinvoinnille.

SEAMK mahdollistaa tyhy-toiminnan

Työnantajamme Seinäjoen ammattikorkeakoulu (SEAMK) mahdollistaa tyhy-toiminnan, johon on käytettävissä kahden työpäivän resurssi vuoden 2025 aikana; toinen SEAMK-tasoiseen tyhy-toimintaa ja toinen tiimikohtaiseen tyhy-toimintaan. SEAMK tarjoaa lisäksi Edenred henkilöstöetuja, kuten liikunta, kulttuuri, hieronta ja terveys. Lisäksi henkilökunnalla on mahdollisuus hyödyntää Break Pro-taukojumppasovellusta. (TYHY-toiminta, 2025).

Kulttuurivierailu Ilmajoelle

Osallistuimme hoitotyön tiimin kesken yhteiseen tyhyiltapäivään elokuun viimeisellä viikolla. Samalla saattelimme koulutuspäällikkömme Kristiina Storen ansaitulle eläkkeelle.



Hoitotyön tiimi toivottaa Kristiina Storelle iloisia eläkepäiviä (kuva: JP Tuhkanen SEAMK markkinointi, 2025).

Saimme nauttia hienosta kulttuurivierailukohteesta Ilmajoen Koskenkorvan Trahteerilla. Aluksi tutustuimme Koskenkorvan museoon, mikä sopi oikein hyvin aihepiiriltään hoitotyön opettajien tyhyksi, onhan kansanvalistus edelleen osa terveydenedistämisen tehtäväämme. Tämän jälkeen perehdyimme Ilmajokeen kellopitäjänä ja tutustuimme Könnimuseoon, jossa meille kerrottiin useammasta Jaakosta ja Juhosta, jotka ovat könninkelloja tehneet vuosisatojen aikana. Museoissa kuultiin hienot historiikit ja koettiin samalla uusia kulttuurielämyksiä. Elokuun ilta oli sopivan lämpöinen, joten tarkenimme istua ulkona terassilla, jossa saimme nauttia maittavan päivällisen jälkiruokineen Koskenkorvan perheen tarjoamana kodikkaassa ympäristössä.



Kristiina Store astelemassa Koskenkorvan museoon (kuva: Tiina Koskela, 2025).

Virpi Salo
koulutuspäällikkö Hoitotyö, Hyvinvointi ja kulttuuri
SEAMK

Marjut Asunmaa
lehtori, koulutuspäällikkö Nursing, Hyvinvointi ja kulttuuri
SEAMK

Lähteet

Elovainio, M., Hakulinen, C., Komulainen, K., Kivimäki, M., Virtanen, M., Ervasti, J., & Oksanen, T. (2022). Psychosocial work environment as a dynamic network: a multi-wave cohort study. *Scientific reports*, *12*(1),

12982. https://doi.org/10.1038/s41598-022-17283-z

TYHY-toiminta. (2025). Henkilöstö. https://epedufi.sharepoint.com/sites/SeAMK-Staff/SitePages/TYHY-toiminta.aspx

Virolainen, H. (2012). Kokonaisvaltainen työhyvinvointi. BoD-Books on demand.

Vänskä, M. (2022). Työhyvinvointi ja sen kehittäminen julkisessa organisaatiossa. Väitöskirja. Vaasan yliopisto.