

LPA idag

3 • 2017



Se video på Youtube: Vasikkahäkki käytössä



Läs mer www.maunola.com

Bur för avhämtning av nyfödda kalvar vann säkerhetstävlingen

Tänker på säkerheten varje dag

Lantbrukets säkerhetstävling sökte efter idéer och innovationer som förebygger olycksfall, yrkessjukdomar och materiella skador. Tävligen ordnades nu för andra gången, tillsammans med tidningen Käytännön Maa-mies, Lokaltapiola och Arbetshälsoinstitutet. Första pris gick till Jere Jääskeläinen från gården Maunola i Norra Karelen.

Det vinnande tävlingsbidraget var en bur för avhämtning av nyfödda kalvar. Inspirationen till att utveckla buren hade man fått när husbondens ryggbesvär blev värre och krävde nya sätt att sköta arbetena på gården.

Gården Maunola har brukats åtminstone sedan 1700-talet. De nuvarande företagarmakarna Jere och Ann-Christine Jääskeläinen köpte gården år 2002. Gården bedriver ekologisk produktion av nötkött och spannmål. Innan de blev lantbruksföretagare hade husbonden redan hunnit med en lång karriär i it-branschen.

– Det kändes ändå som om arbetet i it-branschen inte var dimensionerat efter människans mått. Vi längtade ut till landet och ville fostra barnen i landsbygdsmiljö, minns husbonden Jere.

Arbetet blev lättare trots begränsad arbetsförmåga

Fastän idén till kalvhämtningsburen föddes ur ett tvång till följd av ryggbesvären som begränsade arbetsförmågan, kläcker man också annars i det dagliga livet idéer till förbättringar.

– Vi funderar på hur de olika arbetsmomenten skulle kunna utföras på ett tryggare och effektivare sätt med beaktande av både oss människor och djuren på gården. Tillsammans med Ann-Christine satsar vi alla lediga resurser på det här planeringsarbetet. Arbetet är verkligen givande och fruktbart genom att vi också själva får se resultatet. Min far Pekka Jääskeläinen, som är 78 år och maskiningenjör, deltar också i idekläckningen och i förverkligandet av innovationer, förtydligar Jere.

Lägre olycksfallsrisk ökar säkerheten

Genom kalvhämtningsburen blir arbetet betydligt tryggare samtidigt som risken för olycksfall minskar. Buren fästs på frontlastaren på traktorn. Med buren kan man sedan tryggt hämta nyfödda kalvar från betesmarken till ladugården. Man kan också göra

små flytt av kalvar i lösdriftsstall. Buren har en stark konstruktion med lodräta ribbor på sidorna. Den är konstruerad så att dikon lätt kan både se och lukta på kalven.

– Vi har använt buren nu i tio år och kan konstatera att dikon snabbt följer efter traktorn eftersom situationen på allt sätt är lugn och under kontroll. Kon kommer inte åt att stänga någon, ingen ramlar omkull, de tunga lyften faller helt bort och kalven fäses snabbt och tryggt flyttad för granskning, berättar Jere.

Det är meningen att buren ska komma till försäljning nästa år, och gården håller på att söka efter en samarbetspartner för ändamålet.

– Utan kalvhämtningsburen och andra hjälpmedel skulle vi sannolikt ha blivit tvungna att upphöra helt med djurhållningen på gården på grund av min mans ryggbesvär, konstaterar Ann-Christine.

När uppfinnarsinnet inte ger ro

Husbonden får dagligen nya idéer till hur verksamheten på gården kan effektiviseras och säkerheten förbättras.

– När man är en sådan här uppfinnar- och

företagarnatur så snurrar hjärnan hela tiden. Det är visst något som finns i släkten, skratrar Jere och husmor Ann-Christine nickar instämmande.

Som ett bidrag till LPA:s Finland 100-projekt ”100 berättelser om finländskt arbete” berättar Jere att som jordbrukare ser man allt det underbara som naturen bjuder på.

– Det är en otrolig känsla att få vara en del av naturens kretslopp också genom djurskötsel och odling. Varje ko är en egen personlighet och inget dumt kräk. En del åkrar ger skörd och andra inte. Och när man sedan kommer på vad som fattas på åkern och rättar till det, då känns det otroligt meningsfullt.

– Inget kan överträffa känslan av att få vara med som en liten kugge i det här stora maskineriet, sammanfattar Jere med barnen och hunden kilande runt fötterna.

Suomi
Finland
100

Bidra till 100 berättelser om finländskt arbete. Du kan vinna en iPad.

lpa.fi

Bondens arbetshälsoback

De vanligaste orsakerna till arbetsoförmåga i lantbruket

I de fall där lantbruksföretagare beviljats invalidpension på 2010-talet har sjukdomar i rörelseorganen, störningar i den mentala hälsan och olika skador orsakat flest dagar av arbetsoförmåga. Vid olycksfall i arbetet är det olika skador, såsom sår och urledvridningar, som orsakar mest arbetsoförmåga. Olika ryggsmärten är den näst vanligaste orsaken.

Vid yrkessjukdomar är det sjukdomar i andningsorganen, såsom allergisk snuva och astma, sjukdomar i rörelseorganen, olika hudsjukdomar, smittsamma sjukdomar och parasit-sjukdomar, bland annat sorkfeber, som orsakar flest dagar av arbetsoförmåga. Yrkessjukdomar skiljer sig från olycksfall i arbetet bland annat genom att en del yrkessjukdomar medför långvariga begränsningar av arbetsförmågan, som tidvis blir bättre och tidvis sämre.

Sjukdomar och skador i rörelseorganen är det största hälsoproblemet bland lantbruksföretagare på basis av antalet fall per år, dagarna av arbetsoförmåga och kostnaderna för ersättningar. Det är ytterst viktigt att bekämpa dessa sjukdomar och skador. Man känner sig också bättre till sinnes i en frisk kropp.

Förebyggande arbete har effekt

Såväl de ersatta arbetsolycksfallen och yrkessjukdomarna som risken för arbetsoförmåga hopar sig klart bland

lantbruksföretagarna. Risken för arbetsrelaterade hälsoproblem är särskilt stor bland dem som är husdjursföretagare i huvudsyssla och arbetar i föråldrade och belastande miljöer och i synnerhet bland mjölkproducenter.

De vanligaste orsakerna till olycksfall i arbetet är husdjur, faktorer i arbetsmiljön både utanför produktionsbyggnader och inne i byggnaderna samt arbetsrörelser och arbetsställningar. I praktiken uppkommer de flesta olycksfall i arbetet på grund av att husdjur rör på sig plötsligt, lantbruksföretagaren halkar, ramlar omkull eller faller ner samt plötsliga arbetsrörelser som skadar kroppen. Det skulle därför vara klokt att utreda vad som leder till dessa situationer och försöka hindra att de uppstår.

De fyra vanligaste orsakerna till yrkessjukdomar är biologiska, fysikaliska och kemiska faktorer samt ergonomiskt dåliga arbetsrörelser och arbetsställningar. Vanliga ämnen och faktorer som man exponeras för i lantbruket är mögelsvampar, buller, djurepiter och olika kemikalier.

En verktygsback för bra arbetshälsa

– Mina erfarenheter och olika undersökningar har visat att de tre viktigaste verktygen för hälsa och säkerhet i arbetet är att utveckla arbetsmiljön och metoderna, organisera arbetena på ett förnuftigt sätt och att själv agera rätt, till exempel använda personlig skyddsutrustning. Varje gård borde ha en egen

version av de här verktygen i lantbruksföretagarens "arbetshälsoback".

Oberoende av gårdens storlek och livscykelkedje kan det dagliga arbetet utvecklas på varje gård, men det är särskilt viktigt på husdjursgårdar som expanderar. Till exempel förefaller automatisering av mjölkningen medföra en betydande minskning av kreatursskötarens fysiska belastning i olika skeden av mjölkningen.

– Det är också viktigt att kritiskt granska sina egna funktionssätt och satsa på planering och ledning av arbetet och på informationsgången. Om arbetskraftsresurserna och innehåll i plånboken ställer gränser är det klokt att koncentrera sig på sin egen kärnkompetens och lägga ut gårdens stödfunktioner i stället för att investera i nya maskiner. Olika former av gårdssamarbete är att rekommendera med tanke på både ekonomin och det psykiska välbefinnandet.

De kunskaper och färdigheter som har samband med hälsa och säkerhet i arbetet bör hållas aktuella. För att upprätthålla de fysiska och psykiska färdigheterna krävs det att arbetsmängden är måttlig och att man vilar tillräckligt. Personlig skyddsutrustning bör användas när det inte annars går att avvärja riskfaktorer i arbetsmiljön.

Positiva exempel välkomnas

– Tyvärr är det ett nationellt särdrag hos oss att basunera ut negativa saker och lägga sordin på positiva saker. Man borde framhäva bra exempel och sådant



De bästa i Lantbrukets säkerhetstävling

Prisutdelningen har ägt rum i Lantbrukets säkerhetstävling. Tävlingen ordnades nu för andra gången och var ett samarbete mellan LPA, tidningen Käytännön Maamies, Lokaltapiola och Arbetshälsoinstitutet. Syftet var att få in idéer och innovationer som förebygger olycksfall, yrkessjukdomar och materiella skador. Tävlingsbidraget kunde vara till exempel en maskin, en metod, en idé eller en god praxis som hindrar att skador uppstår.

Tävlingsbidragen var mycket varierande och visar att varje lantbruksföretagare kan förbättra säkerheten och förhållandena i arbetet på sin gård. Säkerheten förbättras redan genom att man stannar upp för att tänka på säkerheten och bedömer riskerna utifrån det egna arbetet.

Ett fyrtiotal bidrag kom in och tävlingsjuryn valde ut de elva mest lovande till finalen. Alla finalister fick ett diplom som bevis på att de deltagit och de tre bästa belönades med priser som donerats av LPA, Lokaltapiola och Arbetshälsoinstitutet.

I. Bur för säker flytt av kalvar
Jere Jääskeläinen

Personlig skyddsutrustning med tillhörande utbildning värd 2 500 euro som LPA donerat.

II. Barnens kort för en trygg gård
Ismo Lassila

Ett fondpris värt 1 500 euro som Lokaltapiola donerat.

III. Gör torken till en säker arbetsplats
Jyrki Näkki

Skyddsutrustning värd 750 euro som Arbetshälsoinstitutet donerat.

DIPLOM

Lastningsskriv för spannmål, Niklas Ehrström

Vältningsskiv för traktorn, Mervi Hakala

Vajer för fallskydd, Tapio Korhonen

Säcklyft, Juha Koivisto-Kokko

Flyttbar svämgödselpump, Juhani Mäki

Bondens täjningsprogram, Heikki Mäkkylä

En ännu säkrare växtskyddsspruta, Risto Puputti

En ännu säkrare såmaskin, Veli-Pekka Tissari

Lantbrukets säkerhetstävling visar att var och en kan göra sin gård tryggare!

Öka din egen och familjens

Noll olycksfall har redan länge varit ett mål för arbetarskyddsverksamheten oberoende av bransch. Vid en jämförelse av hur mycket olycksfall det inträffar hör lantbruket till de farligaste branscherna vid sidan om byggbranschen och gruvarverksamheten.

Säkerhet är en inställningsfråga

Attityden betyder mycket för att minska på olycksfallen. Vid lantbruksläroanstalterna lär man sig att arbeta med rätt metoder och tillägnar sig samtidigt rätt inställning till säkerhetsfrågor. Genom rätt attityd och arbetskultur blir riskerna i arbetet identifierade så att arbetsmetoderna kan utvecklas i en tryggare riktning. Det är en glädje att se att ungdomar förhåller sig så positivt till arbetarskydd.

Åtgärda risker i tid

Det är på tiden att frångå tänkesättet att det alltid faller spånor där träd huggs eller kortare sagt att sånt händer. Man kan visst förebygga olycksfall genom att skapa en tryggare arbetsmiljö och identifiera farliga arbetsmoment. Det gäller att analysera alla tillbud: vad gick på tok och varför? Kan motsvarande situationer i fortsättningen hindras? Vid utredningen av allvarliga olycksfall visar det sig ofta att det tidigare hade skett flera tillbud som man klarat sig ur med god tur. Om faran hade undanröjts genast skulle flera allvarliga olycksfall ha kunnat undvikas.

På företagarens eget ansvar

En lantbruksföretagare svarar själv för säkerheten i sitt arbete, medan en arbetstagarer skyddas av arbetarskyddslagen också i lantbruket. Enligt lagen ska en arbetsgivare säkerställa att arbetstagarerna har förutsättningar att klara av sina arbetsuppgifter på ett tryggt sätt. Företagarens och gårdens arbetarskydd bygger till stor del på företagarens kunskaper och värderingar och på de val som företagaren gör utifrån dem.

Avlägg "Farmarin suojaintutkinto" på mela.fi/suojaintutkinto och uppdatera ditt kunnande om rätt sätt att skydda sig i lantbruket. Examen är finskspråkig.



Kloka gubben svarar

Här kan du ställa frågor till vår kloka gubbe om allt som gäller sambandet mellan arbete och hälsa. Inget fysiskt, psykiskt eller socialt är främmande för honom. Fråga vad som helst så får du ett klokt svar. Skicka din fråga till tyhy@mela.fi. Frågorna publiceras under signatur.

Den här gången kommer frågan från signaturen "Sömntuta"

Jag är en trettio år ung bonde från Mellersta Finland. Särskilt på eftermiddagarna är jag så förbaskat trött. Ett par gånger har jag hållit på att somna vid ratten i traktorn. Det har skrämt mig ordentligt. Enligt läkaren är jag frisk, och vi har också lagt om kosten med frun. Vad kan jag göra åt tröttheten?

SVAR

Bästa "Sömntuta", jag tror att små mikropauser i arbetet skulle kunna göra susen för dig. En paus på några minuter då och då piggar upp förvånansvärt mycket så att du arbetar mer effektivt och med mer glädje.

Vad ska du då göra under en så kort paus? Du bestämmer själv. Att tänja och rulla axlarna sätter fart på blodomloppet. Om arbetet har varit ensidigt hjälper det mirakulöst att göra en motrörelse. Böj huvudet lätt mot axeln. För någon är bästa medicinen att röra på sig, för någon annan är det en ännu bättre medicin att stanna upp och tänka på något annat än arbetet.

Har du provat på nyckelsömn? Ta en nyckelknippa i handen, sätt dig bekvämt, slut ögonen och slappna av. När du tappar nycklarna har du fått energi så du orkar fortsätta att arbeta!

Du kan bra ta korta tupplurar under arbetet. Det är inte tecken på lättja att sova en stund i traktorn eller vid arbetsbordet. En liten dyna kan vara bra att ha för ändamålet. Längre än fem minuter lönar det sig inte att sova. Vid ratten får man förstås inte somna, men det är självklart!

Kloka arbetshälsogubben

Jag har avlagt "Farmarin suojaintutkinto" på nätet och rekommenderar denna skyddsexamen också för andra.

som främjar välbefinnande i lantbruksföretagarnas arbete. Om man till exempel skulle lyfta fram sambandet mellan dels arbetets art och produktiviteten, dels ekonomin och välbefinnandet skulle det sporra till att utveckla förhållandena i arbetet.

Enligt enkäter anser lantbrukare sitt arbete vara bland annat naturnära, mångsidigt, självständigt och utmanande samtidigt som det ger nyttomotion och möjlighet att se resultatet av sitt arbete och att kombinera arbetet med familjeliv.

Det som upplevs som positivt borde hållas vid makt och förstärkas, medan de tidigare nämnda negativa faktorerna borde bekämpas.

Utmaning

Jag utmanar Kati Partanen att nämna tre åtgärder som bäst skulle kunna förbättra säkerheten och hälsan i arbetet på lantgårdarna. Kati är lantbruksföretagare, medlem i MTK:s direktions och i LPA:s styrelse, lektor vid yrkeshögskolan Savonia och enligt egna ord en pursavolaxisk mångkampare i lantbruksbranschen.

Janne Karttunen är uppvuxen på en mjölkgård i Muuruvesi i nordöstra Savolax, agronomie- och forstdoktor, agronom och specialforskare vid TTS Työtehoseura (Arbetseffektivitetsföreningen). I sin forskning har Janne särskilt gjort sig förtrogen med arbetarskydd och organisering av arbetet i lantbruket.



BILD: JANNE KARTTUNEN

Miljöns säkerhet!

Identifiera farorna, bedöm riskerna

Bedömningen av riskerna i arbetet består av att man kontinuerligt och systematiskt identifierar faror och avgör hur stor risk de orsakar. På en gård bör man i förväg komma överens om förfarandena, arbetsfördelningen och vem som ansvarar för vad, särskilt med beaktande av bråda tider. Om det finns arbetstagare kräver arbetarskyddslagen att man gått igenom säkerhetsfrågorna, instruerat arbetstagarna och åtgärdat riskmomenten. På gårdar med en eller två företagare är kartläggning av riskerna frivilligt men av betydelse för att arbetet ska löpa tryggt.

LPA:s verksamhet för skydd i arbetet

Bland LPA-ombudsmännen finns tolv som specialiserat sig på säkerhet, skydd och hälsa i arbetet. Dessa arbetarskyddsombudsmän, av vilka två är svenskspråkiga, deltar i olika evenemang och förevisar gärna personlig skyddsutrustning. På vår webbplats finns en finskspråkig videoserie som visar hur man använder skyddsutrustning. Nytt informationsmaterial produceras också regelbundet.



Små förändringar – ett stort steg för säkerheten

Själv har jag erfarenhet av lantbruksarbete sedan 1970-talet och är för närvarande jordbrukare på deltid. Jag har stannat för att anlita heltidsverksamma jordbrukares tjänster för flera arbetsmoment. Arbetena blir då gjorda i tid och med effektivare maskiner. Jag får mer tid för familjen och heltidsjordbrukarna får mer brukstimmor för sina arbetsmaskiner. På så sätt tycker jag att alla vinner samtidigt som arbetarskyddet beaktas.

Ett exempel på en liten arbetarskyddsgärning är att vi har monterat ett extrasäte och ett säkerhetsbälte i vår gamla traktor. Det är små saker som gör stor skillnad också för barnens säkerhet på gården.

Skribenten Erik Lindroos är arbetarskyddsagronom och expert vid LPA:s försäkrings- och välfärdsenhet.

Suomi
Finland
100

100 berättelser om finländskt arbete

Dela med dig om vad som är bäst med ditt arbete, varför ditt arbete är viktigt och vad som inspirerar dig i ditt arbete.

Du deltar i kampanjen genom att svara på enkäten på vår webbplats. Du kan vinna en iPad. Berättelserna publiceras anonymt på vår webbplats.

Låt oss tillsammans fira 100-åriga Finland!

SEMESTERANSÖKAN FÖR 2018 NÄRMAR SIG

Du som är husdjursföretagare kommer väl ihåg att ansöka om semester för nästa år. Den lokala enheten bestämmer när ansökan ska vara inlämnad. Enklast är det att ansöka elektroniskt via [Lomitusnetti](http://Lomitusnetti.fi) på adressen lpa.fi/etjanster.

Om du ansöker på papper ska du fylla i två blanketter: Lantbruksföretagares ansökan om semester för 2018 och Anmälan av uppgifter om lantbruksföretaget för ansökan om semester. Om du ansöker via Lomitusnetti behöver du inte skicka några blanketter till den lokala enheten.

God sömn och mått på konditionen

Vi ordnar i höst tre stycken finskspråkiga Må bra-dagar under temat god sömn och äventyr. Programmet går på djupet med sömnens betydelse för att må bra. Deltagarna uppmuntras också att spränga sina gränser och pröva på något nytt. Kärnbudskapet är att den som vågar utmana sig själv får mera ut av livet och mår därför bättre.

– Eftersom lantbruksföretagandet har varit i trångmål under många år ville vi nu fokusera på positiva saker i stället för att utgå från svårigheter. Det som upplevs som positivt hjälper en att koppla loss från vardagen och att blicka in i framtiden så man blir mer tillfreds. Dessutom ville vi satsa på utmärkta talare, berättar expert Märta Strömberg-Nygård på LPA.

Varför lönar det sig att delta?

På programmet står två verkliga stjärntalare: Pata Degerman och Leeni Peltonen. Pata Degerman, som även är känd från tv, är främst känd som äventyrare och bergsbestigare. Han har besökt nio områden där ingen människa varit förut. Pata utmanar oss att fundera på vad människan är i stånd till om viljan finns och vilken superkänsla det kan ge att överträffa sig själv.

Leeni Peltonen är journalist och facklitterär författare, som är insatt i sömnfrågor och

tidigare själv lidit av sömnproblem. Leeni berättar om god sömn och hur man kan råda bot på sömnproblem.

– Må bra-dagen sätter fart på de grå cellerna! Det är meningen att få aha-upplevelser om vad man själv kan göra för att sova bättre. Med hjälp av övningar går vi igenom praktiska råd för att orka bättre och öppnar våra ögon för återhämtningens betydelse för det egna välbefinnandet, berättar Leeni.

– Vi går också igenom konkreta tips för att bli av med sömnproblem, lovar Leeni.

Leeni har starka egna erfarenheter av sömnlöshet och berättar att det uttryckligen var på grund av sina erfarenheter som hon blev en väckarklocka i sömnfrågor.

– Sömnsvårigheter är verkligen vanliga och många av oss sover tidvis dåligt. Sömnsvårigheter kan ändå lätt leda till en ond cirkel och utvecklas till en sömnstörning. Det är bra att känna till hur sömnen fungerar och inse att till exempel våra tänkesätt är av avgörande betydelse för uppkomsten av sömnproblem, preciserar Leeni.

Stimulans för kropp och själ

De olika Må bra-dagarna innehåller mångsidig rekreation i form av till exempel simning, klättring, gym och Lavis-dansgymna. Såväl kropp som själ har beaktats i programmet.



Deltagarna kan dessutom avgiftsfritt mäta kroppens konditionsindex. Indexet visar vilka kroppsdelar man i fortsättningen borde satsa på att utveckla. Mätningen utförs i samarbete med KKI-programmet ”I form för livet”.

– Det lönar sig absolut att komma med för att träffa gamla och nya bekanta, höra fina föreläsningar och få rekreation. Du kan också kombinera dagen med en lillsemester tillsammans med familjen eller vänner. Det går att

boka rum på hotellen till nedsatt LPA-pris.

Må bra-dagen bjuder alldeles säkert på nya upplevelser, lovar Märta.

LPA är även med om att ordna en Må bra-dag på Ikalis spa den 1 november i samarbete med projektet Varavoimaa Farmarille.

Må bra-dagar för lantbruksföretagare

LPA ordnar Må bra-dagar för lantbruksföretagare i november. Tillställningarna försiggår på finska.

Det utlovas fina föreläsningar och intressant att göra. Föreläsare är **Leeni Peltonen** om god sömn och **Pata Degerman** om äventyr.

Du kan också mäta kroppens konditionsindex och delta i mångsidigt stimulerande aktiviteter.

Program och måltider är gratis för deltagarna. Det är möjligt att övernatta på egen bekostnad till nedsatt pris.

God sömn och äventyr

23.11.2017 Holiday Club Caribia, Åbo
28.11.2017 Hotell Lasaretti, Uleåborg
30.11.2017 Peurunka, Laukas

Tillställningarna har alla ungefär samma innehåll.

Boka tid i din kalender!

Mer information på finska och anmälan via mela.fi

ARBETA TRYGGT!

LPA:s serie med faktakort som syftar till att förebygga arbetsskador har utökats med nya kort. De senast utkomna faktakorten handlar om säkerhetsfrågor särskilt på byggen och om att föregripa och hantera risker när man arbetar med jordbruksmaskiner.

BYGG TRYGGT! påminner om att man måste sörja för säkerheten på byggarbetsplatser och för arbetarskyddet i byggarbetet.

GASA INTE! ger råd om hur man bör skydda sig från avgaserna från maskiner med förbränningsmotor och hur exponeringen för små partiklar kan reduceras under arbetet.

SPRATTLA INTE! handlar om elsäkerhet främst på byggarbetsplatser och ger enkla råd om hur man hjälper någon som fått en elstöt.

VAR SMART – NÄR DU KÖPER MASKINER! berättar om vad man bör beakta när man skaffar en ny maskin och vad som utmärker ett lyckat maskinköp.

VAR ALERT – UTE I TRAFIKEN! påminner om hur trafikolyckor med jordbruksmaskiner kan förebyggas och trafiksäkerheten förbättras.

Faktakorten passar bra för undervisningsändamål.

De finskspråkiga korten har medföljt som bilaga till tidningen Maatilan Pellervo.

Både de här nya korten och de som publicerats tidigare kan beställas från LPA.



LPA idag är LPA:s kundtidning
ISBN 952-5275-01-9

utgivare Lantbruksföretagarnas pensionsanstalt
Norrskenparken 2, 02100 Esbo,
växel 029 435 11, www.lpa.fi

chefredaktör Minna Gardemeister
minna.gardemeister@mela.fi

översättning Ghita Eklund
layout Virve Laine
tryckeri Lönnberg 9/2017

Följ oss på juurevajoukko.fi

