

Bondhustrun Raija är speciellt intresserad av avelsbaserad släktforskning. Arbetet har gett friska, massiva, runda stekar och får med önskad färg.

Arbetskarriären framgår av utdraget

För Reino och Raija Loukko på den ekologiska färgården Mäntyraanta är djurens välbefinnande en viktig fråga.

– Ett djur som mår bra producerar. När fåret mår bra, mår också den som sköter fåret bra, framhäver Reino. På Reinos hemgård i Myllykoski i Ylistaro har det bedrivits lantbruk i åtminstone 123 år. Numera har gården får och dessutom odlas eget foder. Reino köpte gården 1983. De första fåren kom till gården 1994.

Färskötarens arbete är påfrestande

Skötseln av fåren är synnerligen tidsbundet och både fysiskt och psykiskt belastande. Skötseln av fårens klövar, klippning, kardinering och många andra arbeten är fysiskt påfrestande och tunga. Förutom skötseln av djuren bidrar fodertillverkningen och de övriga arbetena på gården till att varje dag under året är arbetsdryg.

Genom att följa med fåren har Reino kommit på många produkter och anordningar som underlättar färskötarens arbete. Produktutvecklingen har gjorts för eget behov men tack vare efterfrågan har de också producerats för försäljning via Retronik Ky.

– Gården har redan länge baserat sig på två grundvalar: företagsverksamheten inom lantbruket och färhushållningen och kring färprodukterna, konstaterar Reino.

”Arbetskarriären känns i kroppen”

Fysiskt och psykiskt tungt lantbruksarbete har Reino redan utfört i nästan 40 år.

– När man fyller 60 måste man göra en egen inventering över vad man orkar med och vad man vill. Det tunga och även påfrestande yrket har lämnat spår av ”karriären” både i kroppen och när det gäller att orka. Byråkratin som fortsätter att öka har belastat till det yttersta. När jag första gången läste om villkoren för arbetslivspension kände jag att de var som gjorda för mig, minns Reino.

Samtalet med LPA-ombudsmannen Heikki Mäki-Rintala som Reino kände sedan tidigare hjälpte honom framåt. Heikki rådde Reino att uppsöka läkare.

– Jag gick till en läkare och sedan ytterligare en gång. Det var ju inte alls så enkelt i början eftersom alla sade att kriterierna är så stränga att ingen beviljas pensionen. Men jag gav inte upp, det väcktes riktigt en stridsvilja hos mig, konstaterar Reino.

Utredning över arbetsskedena och belastningen – det viktigast rådet

– Jag beslutade mig för att ringa direkt till pensionsrådgivaren Eila Kuivamäki hos LPA. Eila gav mig det viktigaste rådet, nämligen att jag under ett år noggrant skulle skriva ner alla arbetsskeden och de fysiska och psykiska känslor som de orsakar och bifoga den här utredningen till min ansökan. Jag gjorde det och det blev nog en ganska lång historia, berättar Reino.

Besöksrätt, utan vårdnad

Djuren är nära individer och personligheter för dem som sköter dem.

– Det positiva beskedet om arbetslivspensionen skapade grunden för en kontrollerad förändring i livet. När jag avstod från fåren blev det möjligt att omvärdera arbetsmängden och de tidsbundna arbetsuppgifterna. Jag kan stanna upp för att i lugn och ro fundera på vad mina resurser räcker till för. Lyckligtvis kom jag överens med köparen av ursprungsrasfåren om besöksrätt, men ingen vårdnad, det lindrar känslan av vemod en aning.

Arbetskarriären har gett mycket både inom

lantbruket och i fråga om det egna företaget för färprodukter.

Jag har fått arbeta för den inhemska lantbruksproduktionen både på min egen gård och genom att hjälpa andra. Jag har varit med om att utveckla färhushållningen och odlingsmetoder både inom den traditionella och den ekologiska produktionen. Tack för det till alla aktörer! Jag har tillverkat olika grejor som underlättar färskötarens arbete. Jag har som avsikt att fortsätta med det, emellertid ska produktionen äga rum som underleverans. Tankearbetet slutar jag aldrig med, inte så länge tankarna ännu löper, funderar Reino.

”Mot drömmarna men med fötterna på jorden”

Nya företagare uppmanar Reino att noggrant fundera på de fysiska och psykiska belastningarna som produktionsförändringarna och investeringarna för med sig, utan att glömma att se till att pensionsavgifterna är uppdaterade.

– Mot drömmarna och målen lönar det sig att gå, men alltid med fötterna på jorden”, betonar Reino.

TEXT: MINNA GARDEMEISTER BILD: MIKKO KÄKELÄ

Målet är de bästa avbyttjänsterna

En arbetsgrupp tillsatt av social- och hälsovårdsministeriet föreslog i sin rapport som publicerades i april att den aktuella förvaltningsmodellen för avbyttjänsterna tillämpas även i fortsättningen. LPA:s roll som styrare av verkställigheten av de lokala enheterna som ordnar tjänster ändras inte.

Arbetsgruppen ansåg att den nuvarande modellen har många fördelar jämfört med de övriga alternativen som har utretts. Gruppen konstaterade även behov av utveckling i det nya systemet. Dessa bearbetas vidare bland annat inom projektet över sammanslagningar av lokala enheter som LPA samordnar.

Målen för utvecklingen är uppbyggnad och tjänster

Strukturomvandlingen inom lantbruket förutsätter att avbyttjänsterna utvecklas. Målet för reformen är att både kvaliteten på tjänsterna och funktionsdugligheten förbättras.

För att målen ska uppfyllas förstärks strukturen hos de lokala enheterna så här: De nuvarande 38 lokala enheterna bildar 12 större enheter före år 2023. Enheternas leveranssäkerhet förbättras genom att lokala enheter slås samman och det blir lättare att utveckla tjänsterna.

Sammanlagingsprocesserna får stöd

LPA har inlett ett projekt som stöder sammanslagningen och vars syfte är att säkerställa att genomförandet av sammanslagningsprocessen lyckas och att enheternas verksamhet kan utvecklas genom delning och utveckling av goda exempel. Föremålet för utvecklingen är till exempel behandlingen av begäran om avbytarservice

och handlingsmodellen med flera platser.

– De nya enheterna arbetar inom geografiskt vidsträckta områden så de lokala enheterna upplevde det som viktigt att fastställa rutiner för decentraliserat arbete som fungerar bra. Vårt mål är att producera de bästa avbyttjänsterna för våra kunders föränderliga behov, säger direktör Päivi Wallin.

De nya lokala enheterna inleder verksamheten etappvis enligt följande (ansvarskommunen med fet stil):

2021 Sastamala, Lempäälä, **St.Michel**, Savitaipale

2022 Vemo, Pöytis, Salo
St.Michel, Rantasalmi, Parikkala
Sysmä, Tavastehus, Kouvola, Lovisa
Kurikka, Alajärvi, Alavus, Kauhajoki, Kauhava

2023 Idensalmi, Kuopio,
Tohmajärvi, Libelits, Nurmee,
Toholampi, Haapavesi, Kalajoki, Kaustinen, Nivala, Reisjärvi
Muhos, Posio, Ristijärvi, Salla, Siikalatva, Sodankylä, Sotkamo, Övre Torneå

Kankaanpää, Keuruu, Pedersöre fortfarande ingen ändring.

Stort tack till avbytarna

Under 1.10–31.12.2020 arrangerade vi kampanjen Toppavbytare. I kampanjen gällde det att ange goda avbytare och motivera vad det är som gör just dem till Toppavbytare.

Syftet med kampanjen var att framhäva lantbruksavbytarens arbete och arbetets betydelse för lantbruksföretagarna. Samtidigt fick vi värdefull information om vilka slag av färdigheter

och egenskaper företagarna uppskattar hos avbytarna.

Vi fick in 389 anmälningar. Bland dessa valde en grupp bestående av representanter för LPA, Maatalouslomitajatyöryhmä, Kommunarbetsgivarna och producentorganisationerna ut de bästa motiveringarna. Avbytarna som fick de bästa motiveringarna och de som anmälde dem belönades i samband med

en prisutdelning som ägde rum samtidigt i fyra lokala enheter den 8.4.

Och vinnarna är...

Segrare i kampanjen Toppavbytare är **Heidi Hakkarainen** från den lokala enheten för avbytare i Pielinen-Karelen, **Jouki Tchaous** från Sastamala stads avbytarservice och **Tuomas Turunen** från den lokala enheten i Muhos. He-

dersomnämmande i kampanjen fick **Mira Tukiainen** från St.Michels stads avbyttjänster.

Heidi anmälde till tävlingen för Toppavbytare av **Jukka Kurki**, Jouki av **Hanna Myrskyrinta** och Tuomas av **Ville Junnila**. Motiveringen till Miras hedersomnämmande lämnades av **Eevi Piili**.

Vi producerade också filmen Toppavbyttarna som lanserades i samband med prisutdelningen. Du kan se videofilmen på vår webbplats

Vad utmärker en toppavbytare?

Anmälarna ansåg att de viktigaste egenskaperna hos en toppavbytare är att han eller hon

- har initiativrikedom och är pålitlig
- har kännedom om djur och deras beteende
- är omsorgsfull och följer anvisningar

Lantbruksföretagare Hanna Myrskyrinta beskrev sin Toppavbytare Jouki Tchaous så här:

”När det är Jouki som är avbytare kan jag lugnt ta semester. Hon sköter korna allt från den största till den minsta minst lika bra som jag själv. Bra boskapsöga. Det råder ordning och reda i arbetsmiljön, anvisningarna är

lästa och följs med bästa möjliga yrkeskunskap. Även i de mest överraskande situationerna blir Jouki inte handfallen utan tar tag i saker och ting och sköter dem själv men kan också begära hjälp när det behövs. Hon kan också ta emot respons och vid behov ändra på sitt sätt att arbeta.

Man ser att hon njuter av sitt arbete. Extrabonus är att jag har fått många fina och välfungerande praktiska råd av henne för de dagliga sysslorna. Stort tack å hela familjens vägnar, för att också mamma får ta ledigt ibland!”

Värdesätt din avbytare

Kampanjen Toppavbytare visade att det finns hundratals fina avbytare i vårt land. Ni lantbruksföretagare värdesätter dem och ni förstår vikten av deras arbete när det gäller era möjligheter att att orka och må bra i arbetet.

För avbytare, liksom för andra arbetstagare, är det viktigt att få respons för arbetet för att kunna utveckla sig själva och uppleva att man lyckas. Kom alltså ihåg att tacka dina avbytare för deras arbete som gör att du kan ta semester.

Tack för att du deltog i vår kampanj Toppavbytare. Tacka din avbytare även i framtiden alltid då det finns orsak!





Bild: Mikko Käkälä

Vi arbetar hos LPA – Eila Kuivamäki

Eila Kuivamäki arbetar hos LPA som rehabiliteringssakkunnig och pensionsavgörare.

Vad gör en pensions- och rehabiliteringsavgörare?

Arbetet går ut på att tillsammans med LPA:s sakkunnigläkare bedöma arbetsförmågan. Många ansökningar kan avgöras direkt utgående från medicinsk evidens men det finns fall där även andra omständigheter måste beaktas i mer omfattande utsträckning, till exempel kundens utbildning, tidigare verksamhet, ålder och hemort. De här omständigheterna spelar en roll när de medicinska grunderna inte är tillräckligt tydliga för att vi ska kunna bevilja förmånen.

Att ge klienterna råd och vägledning när det gäller att ansöka om förmåner är en givande del av pensionsavgörarens arbete. Utöver sakkunskapen om LPA-tryggheten har en pensionsrådgivare också omfattande kännedom om social trygghet. Många förmåner påverkar varandra och det gäller att vara noggrann när förmånerna samordnas.

När lönar det sig att kontakta pensionsavgöraren?

Om du har hälsoproblem och känner att du inte orkar längre i arbetet lönar det sig att kontakta pensions- och rehabiliteringsrådgivaren. Tillsam-

mans reder vi ut alternativen. Fallen är mångfacetterade och det är ofta nödvändigt att gå igenom ärendet per telefon. Pensionen är för de flesta en unik händelse i livet. Därför är det viktigt att vi också kan besvara frågor som kunden kanske inte ens kan ställa.

Hur ser kundernas levnadssituationer ut?

I samband med nedsatt arbetsförmåga uppträder ofta olika slag av osäkerhet och rädsla, ekonomiska bekymmer och ofta också problem i parförhållandet.

Man kämpar kanske på länge i arbetet innan man söker vård och problemen är omfattande. Å andra sidan kan man i kampen för att orka ofta se en stark vilja av att försöka, påhittighet och förmåga att söka lösningar i svåra situationer.

Vad är det bästa med ditt arbete?

LPA har i omfattande utsträckning hand om den sociala tryggheten så jag har haft ett flertal intressanta arbets-

uppgifter och därför har jag trivts bra. Positiv energi får jag när jag kan hjälpa kunden och ge råd i svåra situationer. Varje dag är en ny dag, jag får fördjupa mig i olika fall där det gäller att säkerställa att lösningen överensstämmer med lagen och tillämpningsanvisningarna. Jag motiveras av att jag lär mig nytt när pensionslagarna ändras och när arbetssätten och arbetsredskapen utvecklas.

Jag representerar LPA i olika expertgrupper inom arbetspensionsområdet vilket också medför variation i vardagen. Det som också är fint i mitt arbete är alla fina och yrkeskunniga arbetskamrater som det är roligt att arbeta med.

Vad är svårast i ditt arbete?

Det svåraste är fall där pension inte kan beviljas för att arbetsoförmågan inte anses vara tillräckligt nedsatt. Om sökande trots det ändå lider av starka smärtor som tydligt orsakar svårigheter i livet.

LPA:s pensionsenhet avgör årligen cirka 9 500 pensions- och rehabiliteringsfall.

Vår kundbetjäning betjänar vardagar klockan 9–16 på numret 029 435 2650.

Trygghet i vardagen vid nedsatt arbetsförmåga. Läs mer: lpa.fi/arbetsformaga

Mångsidiga tjänster hos företagshälsovården

Applikationen för företagshälsovård som LPA tar fram och administrerar har förnyats. En av nyheterna i appen är lantbruksföretagarnas eget användargränssnitt. Appen fungerar som lantbruksföretagarnas och företagshälsovårdens gemensamma arbetsredskap för bedömning av risker och utveckling av arbetsförhållandena.

Tack vare den nya appen för företagshälsovård har alla företagare som omfattas av företagshälsovården för lantbruksföretagare en aktivare roll och bättre påverkningsmöjligheter när det gäller granskning, hantering och utveckling av arbetsförhållandena.

Registrera dig i appen

När du registrerat dig i appen kan du spara, redigera och hantera dina egna uppgifter, bedöma belastningsfaktorer och uppdatera korrigeringarna som du genomför i arbetsförhållandena. Som aktiv användare av appen kan du dra full nytta av alla gårdsbesök som företagshälsovården genomför.

Via appen får du en blankett med förhandsupplysningar som du kan fylla i före gårdsbesöket. Upplysningarna som du lämnar på blanketten utgör för sin del utredningen av arbetsförhållandena och rapporten som tas fram på basis av den. Även videoinspelningar och bildmaterial kan fogas till utredningen.

Efter att du registrerat dig och fyllt i blanketten med förhandsupplysningar får du i samband med gårdsbesöket en praktisk förstahjälpförpackning som du kan ta med dig hand och som alltid kommer till användning.

Logga in i appen för företagshälsovård: lpa.fi/etjanster

Du får 20 % rabatt på premien för den obligatoriska OFLA-försäkringen för arbetstid om du hör till lantbruksföretagarnas företagshälsovård. Rabatten för dem som ansluter sig före oktober träder i kraft i början av 2022. Läs mer: lpa.fi/foretagshalsovard



Bild: Mikko Käkälä

Eila har arbetat hos LPA sedan 1982. I början hade hon hand om olycksfallsersättningar och försäkringsansökningar.

Sedan 2000 arbetar hon som rådgivare för rehabiliterings- och invalidpensionsärenden inom pensionsenheten.

Stöd för ditt välbefinnande i arbetet

Hur kan jag delta?

Kommande evenemang i LPA:s
evenemangskalender:
lpa.fi/evenemang och på
Facebook: **LPA:s Juureva Joukko**.

Anmäl dig!

Visste du att vi erbjuder ett flertal kostnadsfria tjänster som du kan anlita för att stöda ditt välbefinnande med och som förbättrar din arbetssäkerhet samt hjälper dig att orka bättre? Du kan till exempel delta i våra evenemang kring temat, fråga råd när du funderar på någonting och begära hjälp för att orka när det känns svårt: När företagaren mår bra, mår gården också bra.

När du deltar i våra evenemang för välbefinnande i arbetet bildar du nätverk med andra lantbruksföretagare och det ger dig extra energi för arbetsdagarna. Under coronatiden har vi särskilt satsat på att ordna evenemang på distans. Under vårens webbseminarier fick vi tips för hur man bäst möter förändringar och styr sig själv. Kunde du inte delta eller missade du webbseminariet? Det gör ingenting för vi planerar nya webbseminarier för hösten. Du kan enkelt delta i evenemangen på distans via webben.

Vi hoppas att höstens evenemang igen ska kunna ordnas på ort och ställe. Må Bra-dagarna för lantbruksföretagare till exempel är omtyckta. Under tidigare år har vi under Må Bra-dagarna lyft fram teman om bland annat sömnens betydelse och om hur du främjar hälsan och möter förändringar. I år utlovas intressant information om stresshantering. Bra föreläsare, skojiga presentationer och god mat garanterar ett angenämt avbrott i vardagen. Må Bra-dagarna ordnas på hösten med beaktande av coronaläget. Stöd din arbetsförmåga och kom med! Vi publicerar tidtabellen på vår webbplats under sommaren.

Råd och hjälp i vardagen

LPA erbjuder personlig rådgivning som främjar välbefinnandet och säkerheten i arbetet. Arbetshälsorådgivaren hjälper dig när du har frågor om hur du kan bevara arbetsförmågan och hur du ska orka i arbetet. Av arbetshälsorådgivaren får du till exempel råd om företagshälsosvård och om tidig rehabilitering. Om du vill får du också veta mera om till exempel Kunto-

remontti och Kiila-rehabilitering. Lämna en begäran om kontakt på LPA:s webbplats så kontaktar vi dig. Du får också kontakt med arbetshälsorådgivaren via e-post tyhy@mela.fi eller genom att ringa numret 029 435 2200.

Arbetshälsorådgivaren kan du kontakta om du har frågor om säkerheten i arbetet inom lantbruket. Med arbetshälsorådgivaren kan du tala till exempel om säkra arbetssätt, skyddsutrustning och om hjälpmedel som underlättar arbetet. Även riskbedömningar och barnens säkerhet går det bra att tala om med arbetshälsorådgivaren om. Du når arbetshälsorådgivaren på numret 029 435 2100 eller via e-post tyoturvallisuus-neuvoja@mela.fi.

Läs också materialet Noll olycksfall i lantbruket på LPA:s webbplats: lpa.fi/nollolyckor. På webbplatsen finns också ingående information om hur välbefinnandet och säkerheten i arbetet kan förbättras.

Hur orkar du själv?

Via projektet Ta hand om bonden får du kostnadsfri och förtrolig hjälp med låg tröskel. Du kanske oroar dig för svårigheter i mänskliga relationer, utmaningar i samband med lantbruksföretaget, förändringar eller för hur ska orka. Begär hjälp i god tid! Det räcker med att du vill tala!

Vi på LPA vill hjälpa lantbruksföretagarna att orka och underlätta den psykiska belastningen. Via en projektarbetare inom projektet Ta hand om bonden kan du också ansöka om en betalförbindelse värd 500 euro till exempel för arbetshandledning eller terapier. Tveka inte att kontakta projektarbetaren i ditt område. Kontaktinformationen finns på webbplatsen lpa.fi/projektet.

Tipps för välbefinnande

Har du redan hittat LPA:s YouTube-kanal? I den kan du till exempel följa med en uppfriskande pausgymnastikvideo som är lämplig för pauserna i lantbruksarbetet. Titta också gärna då och då på en några minuters videospelning om välbefinnande – genom små handlingar kan du få mer glädje och energi för dagen.

Vi erbjuder också utbildningar och evenemang på finska som stöder välbefinnandet i arbetet. Tidpunkterna och anmälningarna i LPA:s finskspråkiga evenemangskalender mela.fi/tapahtumat. Vi har också tagit fram en podcast för Ta hand om bonden och i den behandlar vi olika teman kring välbefinnande. Du hittar dem på Spotify och på vår webbplats mela.fi/podcast.



Fallolyckor är vanliga. Redan fall från låga höjder kan leda till allvariga skador. Anliggande stegar är endast avsedda att klättra i och A-stegar används enbart för kortvariga arbeten. Bygg ändamålsenliga ställningar och använd skyddssele när du jobbar på höga höjd.