

YHTEISTYÖLLÄ ETEENPÄIN!

- Tukea koulujen sisäilmatilanteisiin



YHTEISTYÖLLÄ ETEENPÄIN!

- Tukea koulujen sisäilmatilanteisiin

Miten tukea lasten ja perheiden hyvinvointia?

Miten kunnan eri toimijat voivat tehdä sujuvaa yhteistyötä?

Miten saamme vanhempien voimavarat käyttöön
sisäilmatilanteiden ratkomisessa?



SISÄLLYS

1 LUKIJALLE 6

1 RATKAISUKESKEINEN LÄHESTYMISTAPA AUTTAA ETEENPÄIN SISÄILMATILANTEISSA.....8

Kenelle: toimialajohtajat, tekninen toimi, sivistystoimi, rehtori, sisäilmatyöryhmät, vanhempaintoimijat ja kaikki, jotka koordinoivat kuntien sisäilma-asioita ja huolehtivat prosessien etenemisestä.

- 1.1 Yhteistyöllä eteenpäin! -toimintatavan askeleet.....10
- 1.2 Toimiva vuoropuhelu mahdollistaa muutoksen16
- 1.3 Sisäilmaongelmat ovat tuttuja monissa kouluissa ja kunnissa eri puolilla Suomea19
- 1.4 Sisäilmatyöryhmät toiminnan koordinoijina 22

2 HYVÄ VIESTINTÄ TUKEE YHTEISTYÖTÄ..... 26

Kenelle: sisäilmatyöryhmät, rehtorit, kunnan viestintä, päättäjät, vanhempaintoimijat ja kaikki, jotka viestivät sisäilma-asioista, järjestävät keskustelutilaisuuksia tai vastaavat vanhempien kysymyksiin.

- 2.1 Viesti avoimesti ja suunnitelmallisesti.....28
- 2.2 Kodin ja koulun yhteistyö ja vuoropuhelu..... 31

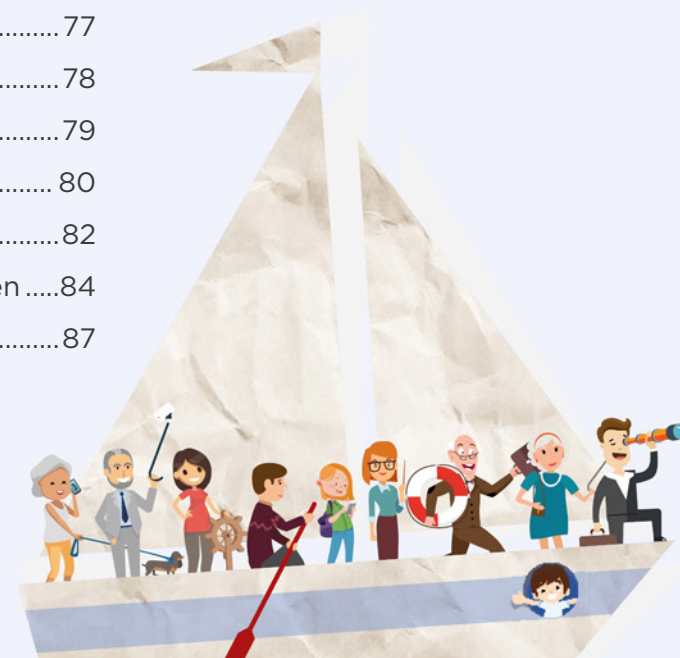
3 MITEN JÄRJESTÄÄ LASTEN JA PERHEIDEN TUKI 38

Kenelle: vanhemmat, rehtorit, opettajat, kouluterveydenhuollon ja muun oppilashuollon toimijat, perhe- ja sosiaalipalvelujen työntekijät ja kaikki, jotka huolehtivat lasten koulunkäynnistä ja perheiden hyvinvoinnista.

3.1	Terveellinen ja turvallinen opiskeluympäristö.....	41
3.2	Kouluterveydenhuollon ja muun oppilashuollon tuki	46
3.3	Koulunkäynnin järjestelyt	53
3.4	Lasten sosiaaliset suhteet ja vapaa-aika.....	62
3.5	Vanhempien ja koko perheen tuen tarpeet	66

LIITTEET

LIITE 1:	Yhteistyöllä eteenpäin! -ratkaisutyöpajat	74
LIITE 2:	Viestinnän suunnittelu koulujen sisäilmatilanteissa	77
LIITE 3:	Sisäilmaviestinnän kohderyhmäkartta.....	78
LIITE 4:	Vanhempaintoimijoiden yhteisen viestin laatiminen.....	79
LIITE 5:	Koulun irtaimiston puhdistaminen kosteus- ja homevaurion jälkeen	80
LIITE 6:	Lapsen kohtaaminen ja tilanteen kartoittaminen.....	82
LIITE 7:	Sisäilmasta oireilevien lasten ja heidän vanhempiensa vertaisryhmien käynnistäminen	84
LIITE 8:	Askelmerkkejä vanhemmille – Jos epäilet lapsesi oireilevan sisäilmasta	87



RATKAISTAAN YHDESSÄ! -HANKE

Ratkaistaan yhdessä! -hanke auttaa löytämään ratkaisuja lasten ja perheiden tueksi koulujen sisäilmatilanteissa.

Hanke tekee yhteistyötä kumppanikuntien ja niiden vanhempaintoimijoiden kanssa eri puolilla Suomea. Hankkeessa ei oteta kantaa yksittäisten kiinteistöjen kuntoon tai ihmisten terveyteen, vaan keskitytään lasten ja perheiden tukeen tässä hetkessä.

Hankejärjestöjä ovat Hengitysliitto, Suomen Vanhempainliitto ja Homepakolaiset. Yhteistyötä tehdään Mannerheimin Lastensuojeluliiton kanssa. Lisäksi tuotetaan sisältöjä valtioneuvoston kanslian Terveet tilat -toimintamallin ja Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen koordinoiman Kansallisen sisäilma ja terveys -ohjelman hyödynnettäväksi. Hanke toimii STEA-avustuksella Hengitysliiton koordinoimana 2018–6/2021 ja jatkuu Vanhempainliiton koordinoimana 6/2021–2023.

 **Hengitysliitto**

 **HOMEPAKOLAISET** ry

Suomen

VANHEMPAINLIITTO

 **MLL** MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO



Yhteistyöllä eteenpäin! Tukea koulujen sisäilma- tilanteisiin. Hengitysliitto 2021.

Julkaisu on päivitys vuoden 2020 ja keväällä 2021 julkaistulle Yhteistyöllä eteenpäin! -julkaisuille.

Työryhmä:

Kiti Haukilahti, Hengitysliitto
Minna Pitkäniemi, Hengitysliitto
Outi Leveäoja, Hengitysliitto
Sari Mäki, Hengitysliitto
Ida Rannisto, Hengitysliitto
Mervi Puolanne, Hengitysliitto
Ulla Siimes, Suomen Vanhempainliitto
Katja Pulkkinen, Homepakolaiset
Jenni Helenius, Mannerheimin Lastensuojeluliitto
Ranja Koski, Tmi Ranja Koski
Noora Jokinen, Noon Viestintä Oy

Julkaisun sisältöä ovat kommentoineet lukuisat vanhemmat, koulujen ja kuntien työntekijät sekä muut eri alojen asiantuntijat. Ratkaistaan yhdessä! -hanke esittää kaikille kommentoijille kiitokset yhteistyöstä.

Taitto: Vitale Ay
Kuvat: Shutterstock
Verkkoversio päivitetty 6/2021.
Hengitysliitto 2021.

LUKIJALLE

Tieto ei kulje ja keinot vähissä?

Koulujen sisäilmatilanteiden selvittäminen vie aikaa ja voimia kaikilta osapuolilta. Samalla, kun kiinteistön kuntoa tutkitaan tai sitä korjataan, on pystyttävä huolehtimaan niin lasten, perheiden kuin koulun henkilökunnan tarpeista. Usein näissä tilanteissa kuulee sanottavan, että tieto ei kulje.

Kun ajantasaista tietoa ei ole saatavilla, voi kiinteistön käyttäjille jäädä epäselväksi, mitä toimenpiteitä jo tehdään, kuka vastaa mistäkin asiasta ja miten koulun arjessa tulee toimia. Pahimmillaan asioiden selvittäminen henkilöityy ja syntyy vastakkainasetteluja. Myös perheiden avun saanti voi viivästyä ja arki vaikeutua. Tällainen tilanteen kriisiytyminen tai jumiutuminen ei tietenkään ole kenenkään etu.

Ratkaistaan yhdessä! -hankkeen havaintojen mukaan haastavissa sisäilmatilanteissa on mahdollista päästä eteenpäin ratkaisukeskeisen lähestymistavan, hyvän vuoropuhelun, avoimen viestinnän, eri toimialojen väliset rajat ylittävän yhteistyön ja uusien toimintamallien luomisen avulla. Kiireettömän ja kuuntelevan ilmapiirin avulla on mahdollista avata vaikeitakin solmuja.

Tähän julkaisuun on koottu ratkaisun avaimia kunnille, kouluille ja vanhempain toimijoille

Yhteistyöllä eteenpäin! -julkaisu on tarkoitettu kaikille kuntien ja koulujen sisäilmatilanteissa ja niiden eri vaiheissa toimiville. Sen sisältö on koottu yhteistyössä vanhempien, toimialajohtajien, rehtoreiden, opettajien, kouluterveydenhuollon ja muun oppilashuollon edustajien sekä muiden sisäilmatyöryhmien jäsenten kanssa eri puolilla Suomea.

Julkaisun ensimmäisessä osassa kuvataan Yhteistyöllä eteenpäin! -toimintatavan askeleet. Lisäksi ensimmäiseen osaan on koottu tietoa koulujen sisäilmaongelmista ja sisäilmatyöryhmien toiminnasta. Toiseen osaan on kerätty vinkkejä ja työkaluja viestintään sekä kodin ja koulun yhteistyöhön.

Kolmannessa osassa esitellään palvelupolkuja ja hyviä käytäntöjä lapsen terveyden, koulunkäynnin, sosiaalisten suhteiden ja koko perheen hyvinvoinnin tuen näkökulmasta. Julkaisun osia ja niiden lukuja voi lukea itsenäisinä kokonaisuuksinaan.

Julkaisuun kootut havainnot ja hyvät käytännöt perustuvat arjen kokemuksiin. Ne on kuvattu peruskoulun toiminnan näkökulmasta, mutta niitä voi osin soveltaa varhaiskasvatuksessa ja muilla koulutusasteilla. Luettavuuden vuoksi julkaisussa käytetään lasten vanhemmista, huoltajista ja muista lasten kotiväkeen kuuluvista aikuisista termiä vanhemmat.

Yhteistyöllä eteenpäin!

Yhteistyöllä eteenpäin! -julkaisuun on koottu hyviä käytäntöjä kunnista ja kouluista. Julkaisua lukiessa on hyvä huomioida, että uutta tietoa saadaan ja hyviä käytäntöjä luodaan jatkuvasti tässäkin teemassa.

Yhteisen työskentelyn käynnistäminen auttaa asioiden selvittämisessä ja yhteisten ratkaisujen löytämisessä. Se myös auttaa perheitä ja työntekijöitä jaksamaan odotusvaiheessa, jolloin kaikkia ratkaisuja ei vielä ole käytössä. Yhteistyöllä on mahdollista päästä eteenpäin.

1

**RATKAISUKESKEINEN
LÄHESTYMISTAPA
AUTTAA ETEENPÄIN
SISÄILMATILANTEISSA**

Yhteistyöllä eteenpäin! -julkaisun ensimmäinen osa on kirjoitettu kaikille, jotka koordinoivat kuntien sisäilma-asioita ja huolehtivat prosessien etenemisestä. Usein avaintoimijoita näissä tilanteissa ovat tekninen toimi, sivistystoimi, sisäilmatyöryhmät ja vanhempaintoimijat.

Ratkaisukeskeisen lähestymistavan hyödyntäminen

Ratkaistaan yhdessä! -hankkeessa hyödynnettiin ratkaisukeskeistä lähestymistapaa. Tavoitteena oli, että kuntien ja koulujen työntekijät ja vanhempaintoimijat etsivät ratkaisuja sisäilmatilanteisiin ja perheiden tukemiseen tiiviissä ja toisiaan arvostavassa yhteistyössä.

Ratkaisukeskeinen lähestymistapa antaa välineitä toimia sekä ongelmatilanteissa että kehittämistyössä. Sen avulla voidaan kartoittaa, miten asioita on ratkaistu aiemmin ja miten ne keinot ovat toimineet. Näin voidaan luopua toimimattomasta ja kehittää ja vahvistaa onnistumisiin johtaneita toimintatapoja. Ratkaisukeskeisessä lähestymistavassa keskitytään ongelmien sijaan siihen, miten niistä keskustellaan ja miten niistä päästään eteenpäin.

Monimutkaiset ongelmat eivät aina tarvitse monimutkaisia ratkaisuja. Ratkaisukeskeisen lähestymistavan mukaan kaikki vaikuttaa kaikkeen. Kokonaisuuden osat ovat jatkuvasti vuorovaikutuksessa keskenään. Jos yksikin toimija muuttaa toimintatapojaan, on sillä vaikutus kaikkien ryhmän jäsenten toimintatapoihin. Pienet liikahdukset voivat olla suurien muutosten alkuja.

Keskeisessä roolissa on toimiva vuoropuhelu ja vuorovaikutus, jossa jokainen osallistuja voi tuntea tulleensa kuulluksi ja uskaltaa ehdottaa ratkaisuja. Ratkaisukeskeistä lähestymistapaa voi hyödyntää niin yksittäisissä kohtaamisissa kuin isommissa avoimissa tilaisuuksissa. Oivalluksena on kiinnittää huomiota kysymyksiin ja keskusteluun muiden kanssa.

1.1 YHTEISTYÖLLÄ ETEENPÄIN! -TOIMINTATAVAN ASKELEET

Tässä luvussa esitellään Yhteistyöllä eteenpäin! -toimintatapa ja sen askeleet. Toimintatapa on kuvattu kuntien ja koulujen sisäilmaprosesseista vastuussa olevien toimijoiden näkökulmasta. Toimintatavan lähtökohtana on tiivis yhteistyö vanhempain toimijoiden kanssa.

Ratkaistaan yhdessä! -hankkeen yhteistyö kumppanikuntien ja niiden vanhempain toimijoiden kanssa

Ratkaistaan yhdessä! -hankkeen tavoitteena on etsiä ja kehittää keinoja sisäilmasta oireilevien lasten ja heidän perheidensä tukemiseen koulujen sisäilmatilanteissa. Hankkeessa ei oteta kantaa yksittäisten kiinteistöjen kuntoon tai ihmisten terveyteen, vaan keskitytään lasten ja perheiden tukeen tässä hetkessä.

Hanke teki vuosien 2018–2021 aikana yhteistyötä kahdeksan kunnan ja niiden vanhempain toimijoiden kanssa eri puolilla Suomea. Yhteistyömahdollisuutta markkinoitiin Hengitysliiton, Homepakolaisten ja Vanhempainliiton viestintäkanavissa, tapahtumissa, jäsenyhdistyksissä ja muissa verkostoissa.

Hankkeen kumppanikuntien koulujen sisäilmatilanteet ja tarpeet olivat keskenään erilaisia. Yhteistä oli se, että koulukiinteistöihin oli vuosien saatossa tehty tutkimuksia ja kohdistettu toimenpiteitä. Sisäilma-asioiden käsittely kuitenkin työllisti viranhaltijoita edelleen, ja perheet toivat esille avun tarpeitaan.

Kumppanikunnissa haluttiin selvittää eri toimijoiden tarpeita tarkemmin ja etsiä niihin ratkaisuja. Ratkaistaan yhdessä! -hanke haastatteli hankkeen aikana kymmeniä perheitä sekä koulujen ja kuntien edustajia. Alkuhaastattelujen pohjalta valittiin teemoja kuntakohtaisiin ratkaisutyöpajoihin.

Ratkaisutyöpajatyöskentelyn rinnalla tuettiin vanhempain toimijoita järjestämällä alustus- ja keskustelutilaisuuksia heidän toiveidensa mukaan. Lisäksi järjestettiin vertaisryhmiä sisäilmasta oireileville lapsille ja heidän vanhemmilleen. Hankkeen tarjoamia tukioppilaskoulutuksia varten luotiin sisäilmateemainen tehtäväkorttisarja yhteistyössä Mannerheimin Lastensuojeluliiton kanssa.



Yhteistyöllä eteenpäin! -toimintatavan kehittäminen

Ratkaistaan yhdessä! -hankkeen kumppanikunnissa järjestettyjen ratkaisutyöpajojen teemat liittyivät yhteistyön ja luottamuksen vahvistamiseen eri toimijoiden välillä, sisäilmaviestintään sekä lasten koulunkäynnin ja perheiden hyvinvoinnin tukeen. Ratkaisutyöpajoissa ei käsitelty yksittäisten ihmisten asioita, vaan etsittiin ratkaisuja ja luotiin toimintamalleja kaikkien osapuolten arjen ja työn tueksi.

Ratkaisutyöpajoja järjestettiin sekä pienryhminä että laajempina sisäilmailtoina. Tilaisuudet fasilitoitiin hankkeen toimesta. Kumppanikuntien toimijoita tuettiin ratkaisujen kehittämisessä hyviksi käytännöiksi tai toimintamalleiksi.

Ratkaisukeskeistä lähestymistavan toimivuutta oli kokeiltu aiemmin kahdessa pienemmässä hankkeessa Pohjois-Suomen alueella. Ratkaistaan yhdessä! -hankkeessa hyödynnettiin aiempia kokemuksia ja kehitettiin toimintaa edelleen Yhteistyöllä eteenpäin! -toimintatavaksi. Tämän toimintatavan askeleet ja sen avulla luodut toimintamallit on koottu käsillä olevaan Yhteistyöllä eteenpäin! -julkaisuun.



TOIMIVA VUOROPUHELU MAHDOLLISTAA MUUTOKSEN

1 Tunnista ongelma

Kun koulussa havaitaan tai epäillään sisäilmaongelmaa, ovat hyvät neuvot kalliita. Kiinteistöjen kunnan selvittäminen ja korjaaminen vievät usein aikaa. Samalla on pystyttävä huolehtimaan niin lasten, perheiden kuin koulun henkilökunnan tarpeista. Sisäilmatilanteen pitkeytyessä voi syntyä vastakkainasetteluja ja henkilöitymistä. Kriisiytyneessä tai jumiutuneessa tilanteessa on tärkeää todeta, että käsillä on yhteinen ongelma, joka vaatii ratkaisemista. Usein tarvitaan yksi tai useampi avainhenkilö, joka ottaa kokonaiskuvan kartoittamisen asiakseen.

2 Kartoita tarpeet

Aivan ensiksi kannattaa miettiä, keitä kaikkia sisäilmatilanne koskettaa. Eri toimijoiden tarpeiden kartoitus auttaa hahmottamaan monimutkaista tilannetta ja löytämään myös taustalla vaikuttavia, piiloon jääneitä ongelmia. Tarpeita voi kartoittaa haastattelemalla oppilaita, vanhempia ja työntekijöitä. Asiasta voi keskustella myös vanhempainilloissa. Haastatteluissa ja muissa kuulemisen paikoissa kannattaa käyttää avoimia kysymyksiä. Lopuksi voi kysyä, keitä muita kannattaisi kuulla asiassa.

Tietoa voi kerätä myös erillisillä hyvinvointikyselyillä tai sisäilmakyselyillä. Viestinnän tueksi kannattaa koota listaa oppilaiden, vanhempien ja työntekijöiden usein esittämistä kysymyksistä ja niiden vastauksista. Hyvin tehdyllä tarpeiden kartoituksella on mahdollisuus saada aikaan kuulluksi tulemisen ja osallisuuden kokemus. Näin keskusteluyhteys vahvistuu, ja samalla eri toimijat sitoutuvat yhteistyöhön ratkaisujen löytämiseksi.

3 Käynnistä yhteistyö

Kun perheiden ja työntekijöiden tarpeet tunnetaan riittävän hyvin, voidaan toimenpiteet suunnitella ja kohdentaa oikein. Tarpeita on usein yhtä aikaa monia, joten on tärkeää valita, mitä niistä lähdetään ratkomaan ensin. Aiheen valinnan jälkeen pohditaan, keitä kaikkia juuri sen ratkaisemiseksi tarvitaan.

Yhteinen työskentely voidaan käynnistää esimerkiksi vanhempainillassa, sisäilmatyöryhmän tapaamisessa tai järjestämällä erikseen koolle kutsuttavia ratkaisutyöpajoja. Kutsussa kannattaa mainita, että se on tarkoitettu yhteisen toiminnan kehittämistä varten, ettei synny odotuksia ratkaisujen etsimisestä yksittäisten ihmisten tilanteisiin.

”Hoksattiin, että jotain tarttis tehdä toisin, homma ei toimi näin. Vielä ei vaan tiedetä, että mitä.”

-KUNNAN VIRANHALTIJA

”No me lähdettiin siitä, että uskotaan ihmistä. Siten me löydettiin ratkaisuja.”

-KUNNAN VIRANHALTIJA

”Paras kohta oli se, kun virkamies totesi, ettei hänkään vielä tiedä mitä tehdä ja pahoitteli tilannetta. Sen jälkeen oltiin samalla tasolla. Siitä alkoi ratkaisujen etsiminen.”

-VANHEMPI

Yhteistyön käynnistämisessä on tärkeää vaalia hyvää, arvostavaa vuoropuhelua. Tämä vahvistaa luottamusta ja yhteistä ymmärrystä. Toimijoita voi muistuttaa yhteisestä tahtotilasta lasten hyvinvoinnin ja koulunkäynnin turvaamiseksi.

4 Löydä ratkaisuja

Yhteiseen pöytään kokoontumisen jälkeen on aika rakentaa ratkaisuja ja luoda yhteisiä toimintamalleja. Haastavissa tilanteissa on hyödyllistä, jos ratkaisutyöpajaa tai tilaisuutta ohjaa ryhmän ohjaamisen ammattilainen tai neutraaliksi koetun tahon edustaja. Ohjaajaksi kannattaa valita henkilö, joka voi täysin keskittyä työskentelyn ohjaamiseen. Jos ohjaajan kokemukset ja ajatukset ovat tärkeitä valitun aiheen työstämiselle, tulee etukäteen sopia, kuinka ne saadaan mukaan osaksi keskustelua.

Työskentelyn aluksi on hyvä sopia, millaista työskentelyä tavoitellaan ja kuinka puheenvuoroja jaetaan. Keskustelua voi virittää ja pitää yllä kysymällä avoimia kysymyksiä. Taustamateriaalia yhteisen työskentelyn pohjaksi löytyy Yhteistyöllä eteenpäin! -julkaisusta.

Uusien toimintamallien luominen voi vaatia useamman ratkaisutyöpajan tai muuta jatkotyöskentelyä. Yhdessä luodut toimintamallit kannattaa linkittää koulun ja kunnan muihin ohjeisiin, kuten oppilashuoltosuunnitelmaan ja sisäilma-asioiden käsittelyohjeisiin. Samalla on hyvä suunnitella eri viestintäkanavien, kuten koulun tai kunnan verkkosivujen hyödyntämistä, jotta perheet saavat helposti tarvitsemansa tiedon.

5 Seuraa ja arvioi

Yhdessä luotujen toimintamallien avulla voidaan ennakoida tilanteita, helpottaa perheiden tarpeisiin vastaamista ja suunnitella kouluyhteisöjen tukea. Näin perheitä kohtaavien työntekijöiden työaika säästyy varsinaisten työtehtävien tekemiseen sisäilma-asioiden selvittelyn sijaan. Ja mikä tärkeintä, lapset ja perheet tietävät, mistä he saavat tarvitsemaansa apua ja tukea. Sisäilmatilanteiden tuoma kuormitus vähenee kaikilta.

Ratkaisujen toimivuuden seurantaan ja arviointiin kannattaa laatia erillinen suunnitelma. Sen voi linkittää osaksi muuta koulun toiminnan seurantaan ja arviointia, esimerkiksi oppilashuoltosuunnitelmaan ja kunnan hyvinvointikertomukseen. Lapsivaikutusten arvioinnin avulla taas saadaan tietoa siitä, kuinka lasten oikeudet toteutuvat ja millaisia hyvinvointivaikutuksia erilaisilla päätöksillä ja toiminnalla on.

”Meidän tavoitteena on, että sisäilmateema on asia muiden joukossa. Ettei se herätä niin paljon tunteita. Niin käy nyt, jos on epätietoisuutta ja ratkaisukeinoja puuttuu. Ratkaisun avaimina on muun muassa luoda yhtenäiset toimintamallit ja varmistaa avoin viestintä.”

-KUNNAN VIRANHALTIJA

”Ratkaisutyöpajojen järjestäminen on tuonut merkittävää apua yhteistyöhön kunnan eri toimialojen ja vanhempain-toimijoiden kanssa. Rakenteita ja toimintatapoja on kehitetty ja kirkastettu. Näen toiminnan tärkeäksi työssämme lasten, nuorten ja perheiden tueksi.”

-KUNNAN VIRANHALTIJA

Vinkit Yhteistyöllä eteenpäin! -toimintatavan askeleisiin

1 Tunnista ongelma

- Tuo avoimesti esiin, että käsillä on yhteinen ongelma, joka vaatii ratkaisua.
- Etsi avainhenkilöitä, jotka auttavat kartoittamaan kokonaistilannetta.

2 Kartoita tarpeet

- Pohdi, keitä kaikkia sisäilmatilanne koskettaa.
- Kerää tietoa perheiden ja työntekijöiden tarpeista haastattelemalla tai kyselyllä.
- Kysy avoimia kysymyksiä.
- Kokoa usein esitettyjen kysymysten ja vastausten lista viestinnän tueksi.
- Harkitse sisäilmakyselyn järjestämistä.
- Kuule eri osapuolia ja sitouta yhteisten ratkaisujen etsimiseen.

3 Käynnistä yhteistyö

- Valitse yhteisesti työstettävä aihe keskustellen ja yhteistyössä eri osapuolten kanssa.
- Pohdi, keitä kaikkia asian ratkaisemiseksi tarvitaan ja kutsu lisää toimijoita mukaan.
- Kirjaa kutsuun selkeästi yhteisen työskentelyn aihe ja tavoite.
- Vaali hyvää ja arvostavaa vuoropuhelua.
- Muistuta yhteisestä tahtotilasta lasten koulunkäynnin ja hyvinvoinnin turvaamiseksi.

4 Löydä ratkaisuja

- Hyödynnä ratkaisutyöpajoissa ja keskustelutilaisuuksissa ryhmän ohjaamisen ammattilaisia.
- Hyödynnä Yhteistyöllä eteenpäin! -julkaisun sisältöjä yhteisen työskentelyn pohjana.
- Sovi tilaisuuden alussa työskentelytavoista ja puheenpuorojen jakamisesta.
- Viritä ja ylläpidä keskustelua avoimilla kysymyksillä.
- Järjestä tarvittaessa useampi ratkaisutyöpaja.
- Linkitä toimintamallit osaksi koulun oppilashuolto-suunnitelmaa ja sisäilma-asioiden käsittelyohjetta.
- Viesti uusista toimintamalleista sovituissa kanavissa.

5 Seuraa ja arvioi

- Sovi, milloin asiaa tarkastellaan seuraavan kerran.
- Laadi suunnitelma toimintamallien toimivuuden seurantaan ja arviointia varten.
- Kiinnitä arviointisuunnitelma osaksi oppilashuoltosuunnitelmaa ja kunnan hyvinvointikertomusta.
- Arvioi toiminnan ja päätösten lapsivaikutuksia.

 **LIITE 1: Yhteistyöllä eteenpäin! -ratkaisutyöpajat**

1.2 TOIMIVA VUOROPUHELU MAHDOLLISTAA MUUTOKSEN

Ratkaistaan yhdessä! -hankkeen havaintojen mukaan sisäilmatilanteen ratkaisujen äärelle pääseminen onnistuu parhaiten aloittamalla eri osapuolten välinen säännöllinen yhteistyö ja vuoropuhelu.

Koulujen ja kuntien työntekijät tarvitsevat selkeitä toimintaohjeita, joiden mukaan ohjata oppilaita, perheitä tai henkilöstöä avun lähteille sisäilmatilanteissa. Vanhemmat taas tarvitsevat tietoa siitä, kuinka toimia oman lapsen asioissa. Mikäli osapuolet eivät tiedä, miten toimia haastavassa tilanteessa, vuoropuhelu usein vaikeutuu tai tyrehtyy kokonaan.

Haastaviin tilanteisiin tarvitaan uudenlaista sanoitusta ja toimintatapaa. Toimiva vuoropuhelu vahvistaa luottamusta ja tuo toivoa tilanteen helpottumisesta. Se on myös edellytys yhteistyölle. Yhteistyön tekeminen taas luo pohjan sille, että saadaan luotua konkreettisia, eri osapuolten arkea helpottavia ratkaisuja. Hyvää vuoropuhelua kannattaa rakentaa aktiivisesti kaikissa yhteisissä tapaamisissa.

Ratkaisutyöpajat vuoropuhelun paikkoina

Ratkaisutyöpajoissa osapuolilla on mahdollisuus kuunnella ja keskustella siitä, millaista tietoa ja kokemuksia heillä on vallitsevasta tilanteesta. Keskustelu suunnataan toivottuun tavoitteeseen, aikaisempiin onnistumiskokemuksiin sekä edistysaskeliin, jotka vievät kohti tavoitetta. On pohdittava, mikä toiminnassa on hyvää ja mitä pitää tulevaisuudessa tehdä toisin. Ongelmakeskeinen puhe pyritään muuttamaan ratkaisu- ja voimavarakeskeiseksi puheeksi.

Kohtaamisista luodaan niin turvallisia ja läpinäkyviä, että osallistujat ovat valmiita kertomaan omia näkemyksiään ja ehdotuksiaan. Omien ajatusten esiin nostamisen lisäksi on tärkeää, että osallistujat kuuntelevat aidosti myös muita ja tekevät rohkeasti tarkentavia kysymyksiä. Näin tiedetään enemmän ja vastaavasti oletetaan vähemmän. Todellisuutta luodaan kielen avulla. Sanoilla on merkitystä.

Vuoropuhelu on kuuntelun, ajattelemisen ja puhumisen taitoa

Hyvän yhteistyön tekemistä leimaa arvostus, kunnioitus, luottamus, myönteisyys ja luovuus. Toisen ihmisen ajattelutavan, maailmankuvan sekä arvojen kunnioittaminen ilmenee hyvänä kuunteluna. Se edellyttää myös omien ennakkokäsitysten siirtämistä taustalle.

Tunteet ovat sallittuja, vaikka toiminta ei etenekään tunnekeskeisesti. Vuoropuhelu on yhdessä ajattelemisen ja puhumisen taitoa. Sitä taitoa tarvitaan onnistuneiden ratkaisujen luomiseen ja toteuttamiseen.

”Epätietoisuus uuvuttaa – ajankohtainen tieto auttaa. Ohittaminen lannistaa – asian äärelle pysähtyminen auttaa. Kun kokonaisuus on liian iso, asian pilkkominen ja askelmerkit auttavat.”

-VANHEMPI

”Tärkein oppi on se, ettei pelkää kuunnella ja uskoa ihmisiä. Joku voisi ajatella, että siitä syntyy soppa. Minä uskon, että siitä syntyy ratkaisut.”

-KUNNAN VIRANHALTIJA

Työkaluja ja menetelmiä vuoropuhelun vahvistamiseen

Dialoginen kohtaaminen on vuoropuhelua

Aito kohtaaminen synnyttää yhteyden:

- Pysähdy ihmisen ja asian äärelle kuuntelemaan, mistä kyse.
- Ole rehellisesti ja avoimesti oma itsesi.
- Kohtaa ihminen kiireettömästi olemalla aidosti läsnä pikaisessakin kohtaamisessa.

Aito dialogi synnyttää aina uutta:

- Kun toinen puhuu, kuuntele ilman tulkintaa.
- Kun vastaat toiselle, ota huomioon, mitä toinen on sanonut.
- Tee tarkentavia, eteenpäin vieviä kysymyksiä: ”kuulinko oikein, kun sanoit...?”
- Luo kohtaamistilanteesta turvallinen ja arvostava. Näin ihminen voi kokea tulleen aidosti kuulluksi ja nähdyksi.
- Välitä keskustelussa tunnetta: ”et ole yksin, olemme yhteisellä asialla”.

Rakentavan keskustelun pelisäännöt Erätauko-menetelmää mukailien

- Kuuntele toisia keskeyttämättä tai aloittamatta sivukeskusteluja.
- Liity toisten puheeseen käyttäen arkikieltä.
- Kerro omasta kokemuksesta.
- Puhuttele muita suoraan tehden tarkentavia kysymyksiä.
- Ole läsnä ja kunnioita toisia sekä luottamuksen ilmapiiriä.
- Etsi ja kokoa. Työstä rohkeasti esiin tulevia ristiriitoja.

*”Kohtaa ihminen
siinä tilassa missä
hän on, äläkä siinä
missä toivot hänen
olevan”*

-KIERKEGAARD



Tutustu Erätauko-säätiön materiaaleihin: www.eratauko.fi



1.3 SISÄILMAONGELMAT OVAT TUTTUJA MONISSA KOULUISSA JA KUNNISSA ERI PUOLILLA SUOMEA

Sisäilmaongelmat ovat monien koulujen ja kuntien haasteena. Ratkaisuja niihin etsitään niin paikallisesti kuin valtakunnallisesti.

Kuntien ja koulujen sisäilmaongelmat ja niiden selvittäminen

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL), Työterveyslaitoksen ja Suomen Kuntaliiton SisäNyt-selvityksen (2019) mukaan merkittäviä sisäilmaongelmia esiintyy kuntien omistamissa peruskouluissa ja lukioissa 18 %:ssa kokonaisneliömääristä.

Selvityksen perusteella 70 % kunnista on laatinut sisäilmaongelmien käsittelyprosessista kirjalliseen ohjeen, jossa on määritelty toimijoiden roolit ja vastuut. Sisäilmaongelmista ilmoittamisen menettelytapa löytyy 74 %:ssa kunnista. Sisäilmaongelmien käsittelyprosessia ohjataan ja seurataan sisäilmatyöryhmien toimesta 70 %:ssa kunnista. Lähes kolmannes kunnista kertoo, että heillä on käytössään sähköinen järjestelmä ilmoitusten ja päätöksenteossa tarvittavien tietojen dokumentointia varten.

Suomen Vanhempainliiton julkaisemaan Vanhempien barometriin (2018) vastanneista vanhemmista neljännes ilmoitti lapsen koulun sisäilmaongelmista. Heistä kolmannes ilmoitti lapsensa oireilleen koulun sisäilmaongelmien vuoksi. Lähes puolet sisäilmaongelmista ilmoittaneista kertoi, että koulussa on jouduttu tekemään erityisjärjestelyjä, joista yleisimpiä toimenpiteitä olivat avovastausten perusteella väistötiloihin siirtyminen tai koulun tilojen saneeraus.

Rakennusten sisäilman laatuun vaikuttavat monet eri tekijät

Rakennusten sisäilman laatuun vaikuttavat erilaiset kemialliset, biologiset ja fysikaaliset tekijät, jotka voivat myös heikentää viihtyvyyttä ja aiheuttaa oireilua. Yksi yleisimmistä sisäilman laatua heikentävistä tekijöistä on puutteellinen tai väärin toimiva ilmanvaihto.

Ongelmien syynä voivat olla myös sisäympäristön olosuhteet, kuten lämpötila ja kuiva sisäilma, rakennuksen puutteellinen siivous ja huolto sekä väärin toteutetut korjaukset.

Erilaisia haittatekijöitä ja epäpuhtauksia voi kulkeutua sisäilmaan ulkoilmasta, maaperästä ja rakennuksen rakenteista sekä sisätilojen lähteistä, kuten rakennus- ja sisustusmateriaaleista.

Sisäilman laatu voi heikentyä myös väistöiloissa, jos niihin tuodaan vanhoista tiloista puhdistamattomia materiaaleja. Mikäli väistötilat ovat aivan uudet, voi tilan rakennus- ja sisustusmateriaaleista vapautua ilmaan päästöjä, jotka vaikuttavat sisäilman laatuun.

Sisäilmaongelmissa ihmiset ja rakennukset on hoidettava yhtä aikaa

Sisäilmaongelmien ratkomiseksi on käynnistetty kansallisia ohjelmia. Valtioneuvoston kanslian Terveet tilat 2028 -ohjelman tavoitteena on rakentamiseen, kiinteistöjen käyttöön ja ylläpitoon liittyvien prosessien vahvistaminen. Ohjelman terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen osa-alueen toimenpiteitä toteuttaa THL:n koordinoima Kansallinen sisäilma ja terveys -ohjelma 2018–2028.

Käypä hoito -suositukseen home- ja kosteusvaurioista oireilevalle potilaalle (2017) on kerätty tutkimustietoa rakennusten kosteusvaurioiden vaikutuksesta ihmisten terveyteen. Sen mukaan kosteusvauriot ovat yhteydessä astmaa sairastavien hengitystieoireisiin ja uuden astman kehittymiseen. Suosituksessa kehoitetaan korjaamaan vaurioituneet rakennukset. THL:n mukaan (2016) koulujen huono sisäilma heikentää oppimistuloksia ja lisää poissaoloja.

Sisäilmaongelmissa on hoidettava yhtä aikaa sekä ihmiset että rakennukset. Tilanteiden selvittämisessä kannattaa hyödyntää kiinteistöjen käyttäjiltä saatavaa tietoa. Kuntien ja koulujen sisäilmatilanteissa päästään eteenpäin yhteistyöllä.

Lisätietoa:

- Terveet tilat -toimintamalli (2020). Valtioneuvoston kanslia. Lisätietoja: www.tilatjaterveys.fi
- Kansallinen sisäilma ja terveys -ohjelma 2018–2028. Lisätietoja: www.thl.fi
- Sisäilma ja terveys: kehitys, nykytilanne, seuranta ja vertailu eri maiden sekä julkisen ja yksityisen sektorin välillä (2019). Valtioneuvoston kanslia. Lisätietoja: www.valtioneuvosto.fi
- Sisäilmasta sairastuneiden selviytymisen ja syrjäytymisen kokemuksia (2014). Hengitysliitto ry. Lisätietoja: www.hengitysliitto.fi
- Kodin kosteusvauriot & terveys. Opas arjen tueksi (2020). Hengitysliitto ry. Lisätietoja: www.hengitysliitto.fi

1.4 SISÄILMATYÖRYHMÄT TOIMINNAN KOORDINOIJINA

1.4 SISÄILMATYÖRYHMÄT TOIMINNAN KOORDINOIJINA

Sisäilmaongelmia ja tarvittavia toimenpiteitä suunnitellaan ja koordinoidaan usein kunnan tai koulujen omissa sisäilmatyöryhmissä. Sisäilmatyöryhmien tehtävät, organisoitumisen tapa ja kokoonpano vaihtelevat. Hyvä käytäntö on, että kokoontumiset ovat säännöllisiä ja pidemmälle ajalle etukäteen suunniteltuja. Käsiteltävistä asioista riippuen, ryhmät voivat järjestää työkokouksia myös pienemmillä, erikseen sovitulla kokoonpanoilla.

Koulun sisäilmatyöryhmän jäsenet

Koulun sisäilmatyöryhmän jäseniä voivat olla esimerkiksi:

- rehtori ja/tai sivistystoimen johtaja
- tilakeskuksen ja/tai teknisen toimen johtaja
- kouluterveydenhuollon edustaja
- työterveyshuollon edustaja
- työsuojelupäällikkö ja -valtuutettu
- terveydensuojeluviranomainen
- henkilöstön edustaja
- vanhempien edustaja
- kunnan viestinnän asiantuntija
- kunnan päättäjät
- muut asiantuntijat, esimerkiksi kiinteistön tutkineen tai sisäilmakyselyn tehneen tahon edustaja.



Sisäilma-asioiden käsittelyohjeet ja ilmoitusmenettely

Kunnan tai koulun sisäilma-asioiden käsittelyohjeeseen kirjataan tietoa sisäilmatilanteissa tehtävistä toimenpiteistä, etenemisjärjestyksestä, vastuutahoista ja viestinnästä.

Koulun sisäilmaongelmien ilmoitusmenettely kannattaa kuvata ohjeessa niin henkilökunnan kuin oppilaiden ja vanhempien näkökulmasta. Samoin se, millä muilla tavoilla tilannetietoa kerätään ja mitkä ovat toimintatavat sisäilmakyselyjen järjestämiseen.

Sisäilma-asioiden käsittelyohjeeseen on hyvä linkittää mukaan kaikki muutkin lasten hyvinvointia ja koulun toimintaa turvaavat, sisäilmatilanteisiin liittyvät toimintaohjeet. Tällaisia ovat muun muassa rehtorien ohjeistukset, oppilashuoltosuunnitelmaan liitetyt ohjeet sekä ohjeet kodin ja koulun väliseen yhteistyöhön ja viestintään. Vinkkejä sisäilma-asioiden huomioimiseen koulussa ja oppilashuollon suunnitelmassa löytyy julkaisun [osasta 3](#).

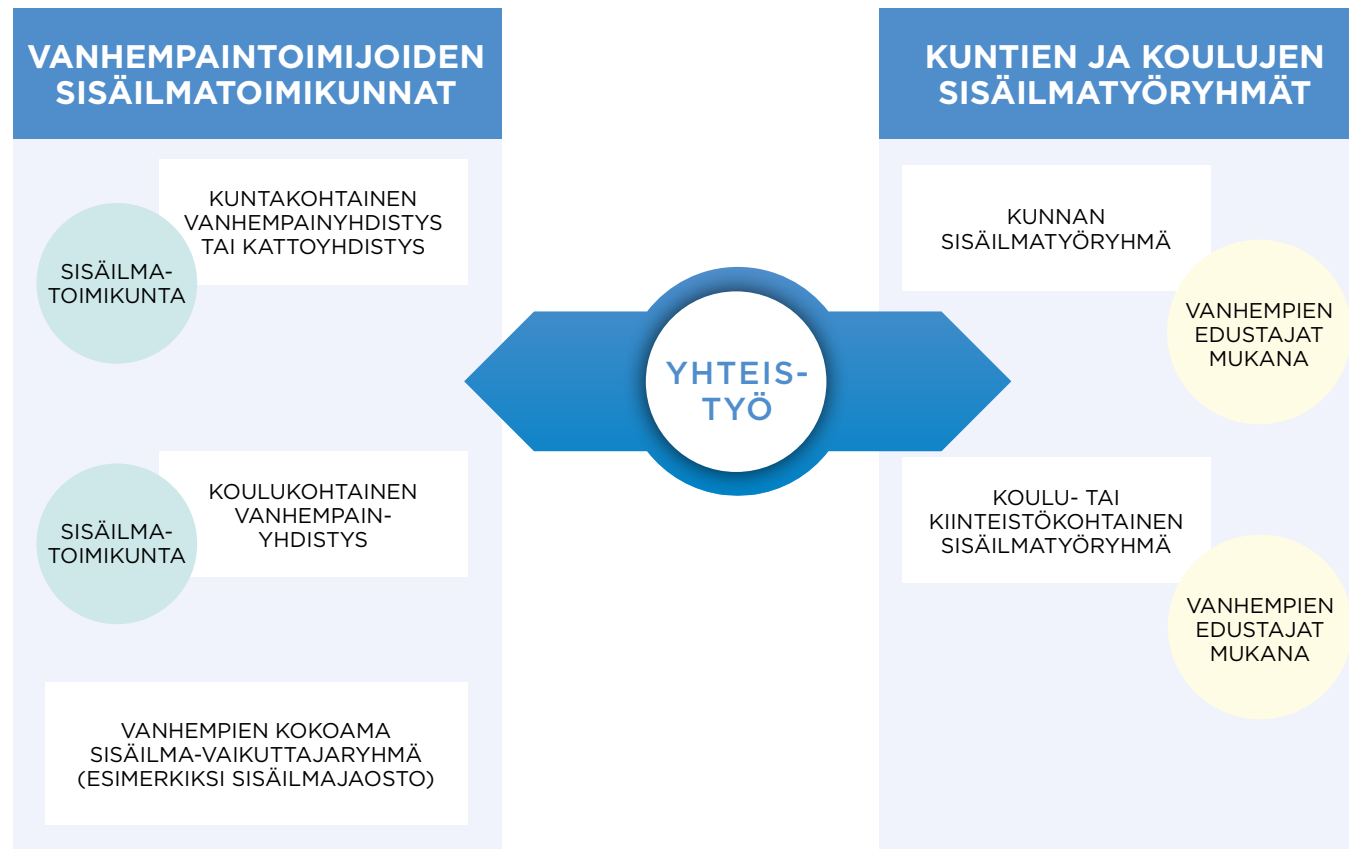
Sisäilmakyselyn toteuttaminen

Sisäilmakyselyjen avulla voidaan selvittää koulun sisäympäristön koettua laatua ja oppilaiden oireilua. Kysely on yksi työkalu koulun sisäilmatilanteen kartoittamisessa ja seurannassa. Lisäksi tarvitaan aina muita selvityksiä, kuten rakennusteknisiä tutkimuksia. Sisäilmakyselyitä kutsutaan arkikielessä usein oirekyselyiksi. Maksullisia sisäilmakyselyitä tarjoavat muun muassa Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) ja yksityiset toimijat. Kyselyjen tekemisestä vastaa toiminnan järjestäjä eli koulun ollessa kyseessä koulu tai kunta. Sisäilmakyselyjä käytettäessä tulee huomioida niiden käyttöä ja tulkintaa koskevat rajoitukset. Lisätietoa sisäilmakyselyistä Terveet tilat -toimintamallin verkkosivuilla: www.tilatjaterveys.fi

Vanhempien edustus koulun ja kunnan sisäilmatyöryhmissä

Kuntien, koulujen ja vanhempaintoimijoiden sisäilmatyöryhmiä on nimetty monin eri tavoin.

- Vanhempainyhdistyksen sisäilmatoimikunta on voitu nimetä myös sisäilmajaostoksi, sisäilmatyöryhmäksi tai sisäilmaryhmäksi.
- Lisäksi jotkut vanhempien kokoamat sisäilmavaikuttajaryhmät ovat voineet nimetä toimintansa sisäilmajaostoksi.



Kunnissa ja kouluissa toimii usein sisäilmatyöryhmiä tai sisäilmaryhmiä.

Vinukkejä vanhempain- toimijoiden edustukseen koulun ja kunnan sisäilmatyöryhmissä

- Varatkaa vanhempain- toimijoille kaksi edustaja- paikkaa (jäsen, varajäsen).
- Mikäli kokouksessa käsitellään luottamuksellisia asioita kuten liikesalaisuuksia, järjestäkää vanhempain- toimijoille osallistuminen esimerkiksi kokouksen alkuun, jossa voidaan käsitellä yhteiset asiat.
- Laittakaa sisäilmatyöryhmän tiedotteet ja muistiot helposti saataville, esimerkiksi kunnan verkkosivuille. Luottamukselliset asiat voi sijoittaa muistion liitteeseen, jolloin itse muistio voi olla julkinen.
- Hyödyntäkää vanhempain- toimijoilta saatavaa tietoa vanhempien usein kysymistä kysymyksistä ja toimivista viestintäkanavista. Tehkää yhteistyötä viestiessänne vanhemmille.



HYVÄ VIESTINTÄ TUKEE YHTEISTYÖTÄ

Viestinnän merkitys koulun sisäilmatilanteen hyvässä hoidossa ja yhteistyön rakentamisessa on keskeinen. Kun eri osapuolet ovat kuormittuneita ja huolissaan tilanteesta, tarvitaan avointa ja suunnitelmallista viestintää, joka vahvistaa luottamusta.

Tämä julkaisun toinen osa on kirjoitettu kaikille, jotka viestivät sisäilma-asioista, järjestävät keskustelutilaisuuksia tai vastaavat vanhempien kysymyksiin.

Avaintoimijoita ovat usein sisäilmatyöryhmät, rehtorit, kunnan viestintä, päättäjät ja vanhempaintoimijat.

”Meidän tavoite on, että sisäilmateema on asia muiden joukossa. Ettei se herätä niin paljon tunteita. Niin käy, jos on epätietoisuutta ja keinoja puuttuu. Ratkaisun avaimina ovat yhtenäiset toimintamallit ja avoin viestintä.”

-KUNNAN VIRANHALTIJA



2.1 VIESTI AVOIMESTI JA SUUNNITELMALLISESTI

Hyvä sisäilmaviestintä on arkikielistä ja ymmärrettävää. Se rakentaa turvallisuuden tunnetta ja kokemusta siitä, että asiaa pyritään hoitamaan hyvin. Pelkkä tekninen, neutraalin tiedon listaaminen ei tavallisesti riitä, vaan viestin muotoilussa on tärkeää myös vastata huoleen ja arjen haasteisiin. Jos uutta kerrottavaa ei ole, sekin kannattaa kertoa.

Kun tiedonkulku on avointa, ihmisten huoli otetaan vakavasti ja he kokevat tulevansa kuulluiksi. Moni tilanteen ratkaisemiseen liittyvä arjen asia helpottuu. Tämä pätee koulun ja kunnan yhteistyöhön vanhempien kanssa, kunnan toimijoiden keskinäiseen viestintään ja huolenpitoon henkilöstöstä. Myös oppilaille tulee viestiä tilanteesta ikä- ja kehitystason mukaisesti.

Sisäilmaviestintää varten kannattaa laatia viestintäsuunnitelma. Suunnitelmaa laatiessa voi hyödyntää seuraavia kysymyksiä: Miten tieto oireilusta, korjaustarpeista ja selvitysten tuloksista saadaan kulkemaan fiksusti kunnan eri toimijoiden välillä? Mitä tietoa vanhemmat tarvitsevat ja milloin? Entä koulun henkilöstö, terveydenhoitaja, vanhempainyhdistys tai kunnanvaltuutetut? Mikä olisi kiireisille työntekijöille helpoin tapa saada tärkeät tiedot avoimesti jakoon oikeaan aikaan?

Viestinnän äärelle on hyvä pysähtyä porukalla ja käydä läpi edellä mainittujen tahojen tiedontarpeet, käytettävät viestintäkanavat ja vastuualueet. Usein koulujen sisäilmatilanteita koordinoi ja niistä viestii sisäilmatyöryhmä. Niiden toimintaa on esitelty enemmän julkaisun [luvussa 1.4.](#)

Tähän lukuun on koottu Ratkaistaan yhdessä! -hankkeen kunnilta koottuja havaintoja sekä yhdessä kehitettyjä työkaluja, jotka toimivat tukena oman kunnan hyvien viestintäkäytäntöjen rakentamiselle.

Mikä sisäilmatilanteiden viestinnässä on usein haasteellista?

- Toimijoita on paljon, eikä sisäilma-asia tai siitä viestiminen ole kenenkään päätyö.
- Roolit tai vastuut saattavat olla epäselvät.
- Tiedon kerääminen ja välittäminen kunnan organisaatiossa on pirstaleista ja hajautuu useille eri toimijoille. Tietoja salataan turhaan, varmuuden vuoksi.
- Kaikki toimijat ovat kuormittuneita. Aikaa viestimiseen tai viestinnän suunnitteluun on vain vähän.
- Asiaan liittyy paljon tunteita, kuten huolta, kuormitusta, turhautumista. Tilanteet voivat kärjistyä helposti.
- Keskeneräisistä asioista ei usein haluta tiedottaa. Tiedonsaanti viivästyy ja huoli kasvaa.
- Aihetta lähestytään usein rakennukset, tekniikka ja kustannukset edellä, jolloin ihmisten kohtaaminen saattaa jäädä sivuun.
- Tarjotaan pääasiassa neutraalia tietoa ja unohdetaan tunteiden ja vuorovaikutuksen merkitys herkässä aiheessa. Samalla saatetaan tulla ohittaneeksi tilanteen tuomat vaikeudet lasten ja perheiden arjessa.

Hyvät käytännöt: Miten laitamme sisäilmaviestinnän kuntoon?

- › Varmista tiedonkulku kunnan sisällä.
 - › Luo selkeät vastuut, toimintatavat ja tarvittavat ohjeet.
 - › Mistä eri dokumentit ja ohjeet löytyvät ja kuka niitä päivittää?
- › Tunnista viestinnän kohderyhmät.
 - › Keiden kaikkien on tärkeää tietää, missä sisäilma-asioissa mennään?
 - › Keitä kaikkia asia koskettaa?
- › Kirkasta itsellesi eri kohderyhmien tiedontarpeet.
 - › Mitä tietoa, ohjeita tai materiaaleja eri toimijat tarvitsevat säännöllisesti?
- › Valitse kunkin kohderyhmän tavoittamiseen toimivat, fiksut kanavat.
 - › Miten viestin vastaanottaja löytäisi tiedon mahdollisimman helposti?
 - › Hyödynnä kunnan ja koulun verkkosivut, uutiskirjeet, koulun viestintäjärjestelmät ja muut käytössä olevat kanavat.
- › Nimeä ja kerro yhteyshenkilöt, jotka vastaavat kysymyksiin.
- › Ennakoi ja suunnittele.
 - › Laadi sisäilmaviestinnälle suunnitelma koko vuodeksi. Näin pystyt paremmin ennakoimaan tiedontarpeita ja mahdollisia huolenaiheita.
- › Käännä katse pelkän tiedon välittämisen lisäksi vuorovaikutuksen laatuun ja viestin vastaanottajan tarpeisiin.
 - › Mitä huolenaiheita ja konkreettisia arjen hankaluuksia ihmisillä on?
 - › Miten voimme vastata tarpeisiin ja vahvistaa turvallisuudentunnetta ja luottamusta?
- › Viesti tilanteesta säännöllisesti.
 - › Myös silloin, kun uutta kerrottavaa ei ole. Näin huolet ja spekulatiot eivät ehdi kasautua.
 - › Kerro, milloin asiasta viestitään seuraavan kerran.
- › Ole avoin. Julkaise raportit ja selvitykset esimerkiksi verkkosivuilla ja pidä ihmiset ajan tasalla prosessin seuraavista vaiheista.
- › Puhu ja kirjoita ymmärrettävästi ja arkikielisesti.
 - › Vältä teknistä sanastoa ja ammattisanastoa aina kun voit.
 - › Varmista, että tärkeimmät asiat välittyvät.
- › Hyödynnä kunnan viestinnän asiantuntijoiden osaaminen ja tarjoa henkilöstölle koulutusta viestintätilanteisiin.
- › Ole valmis reagoimaan nopeasti uusiin tilanteisiin. Tähän hyvä suunnittelu antaa yleensä mainiot valmiudet.

 **LIITE 2:**
Viestinnän
suunnittelu koulujen
sisäilmatilanteissa

 **LIITE 3:**
Sisäilmaviestinnän
kohderyhmäkartta

2.2 KODIN JA KOULUN YHTEISTYÖ JA VUOROPUHELU

Kodin ja koulun välinen yhteistyö tukee asiantuntijoiden työtä, vanhemmuutta sekä lapsen kasvua ja oppimista. Yhteistyön velvoite ja merkitys on kirjattu myös varhaiskasvatus- ja opetussuunnitelmiin. Yhteistyötä kannattaa rakentaa luontevaksi osaksi opetus- ja kasvatuskulttuuria. On tärkeää, että kodin ja koulun yhteistyö toimii myös sisäilma-asioiden selvittämisen keskellä.

Tässä luvussa keskitytään vanhempainoimijoiden kanssa tehtävään yhteistyöhön ja sisäilmailtojen järjestämisen hyviin käytäntöihin. Sisäilmasta oireilevien lasten koulunkäynnin ja perheiden hyvinvoinnin tuen hyviä käytäntöjä on kuvattu julkaisun [osassa 3](#).

Luku on kirjoitettu niin vanhemmille kuin koulujen toimijoille. Luettavuuden vuoksi julkaisussa käytetään lasten vanhemmista, huoltajista ja muista lasten kotiväkeen kuuluvista aikuisista termiä vanhemmat.

”Näissä asioissa tieto ei lisää tuskaa, se lisää ymmärrystä. Ollaan saman haasteen edessä, me vanhemmat, koulun henkilökunta kuin virkamiehet. Työhön tarvitaan meidät kaikki.”

-VANHEMPI

Kodin ja koulun yhteistyö perusopetuslaissa ja opetussuunnitelman perusteissa

- Perusopetuksen tavoitteena on tukea oppilaiden kasvua ihmisyyteen ja yhteiskunnan jäsenyyteen antamalla tietoja ja taitoja. Opetuksessa tulee olla yhteistyössä kotien kanssa. (Katso tarkemmin PoL 3 §).
- Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (2014) kodin ja koulun yhteistyötä kuvataan keskeiseksi koulun toimintakulttuurin osaksi. Vanhemmille tarjotaan mahdollisuuksia tutustua koulun arkeen ja osallistua koulun toimintaan. Kasvatusyhteistyön lähtökohdiana on luottamuksen rakentaminen, tasavertaisuus ja keskinäinen kunnioitus. Kodin ja koulun yhteistyössä edistetään myös vanhempainyhdistystoimintaa. Vanhempien yhteinen toiminta vahvistaa yhteisöllisyyttä ja antaa tukea opettajien ja koulun työlle.

KESKUSTELUYHTEYDEN VAHVISTAMISELLE ON VARATTAVA AIKAA

Yhteisille keskusteluille kannattaa varata aikaa. Lapsen oireilun lisäksi epätietoisuus koulun sisäilmatilanteesta ja kouluissa tehtävistä toimenpiteistä kuormittaa vanhempia. Vanhemmat toivovat, että heidän kokemuksiaan ja tietoaan kuullaan ja että heidän kanssaan keskustellaan sisäilma-asioista avoimesti ja oikea-aikaisesti.

Vinkkejä kouluille yhteistyön vahvistamiseen lasten vanhempien kanssa

- Varaa vanhempainiltojen ja tiedotustilaisuuksien yhteyteen aikaa keskustelulle.
- Selvitä, miten ja minne sisäilmasta oireilusta tai sen epäilystä ilmoitetaan. Viesti, keneltä vanhemmat saavat lisätietoja missäkin asiassa.
- Kutsu vanhempien edustajat mukaan koulun sisäilmatyöryhmän jäseniksi (jäsen, varajäsen).
 - Osallistumismahdollisuutta voi tarvittaessa tarjota koko kokoukseen tai sen osaan.
- Hyödynnä vanhempien kokemuksia ja tietoa.
 - Esitä jatkokysymyksiä yhteisen ymmärryksen ja ratkaisujen löytämiseksi.
 - Keskity asioihin, jotka on mahdollista ratkaista yhteistyössä vanhempien ja koulun kanssa.
 - Kerro vanhemmille, missä asioissa sinä voit auttaa ja tehdä mahdollisia päätöksiä ja mistä asioista puolestaan päättää joku muu kunnan toimija.
 - Sovi tarvittaessa aikalisästä ja siitä, milloin asiaa selvitetään yhdessä seuraavan kerran.
- Opasta pitkittyneissä ja kuormittuneissa tilanteissa vanhempia keskusteluavun tai muun tarvittavan avun piiriin.
- Muista, että tahdosta huolimatta et pysty auttamaan kaikessa. Myötätunnon osoittaminen ja pienikin apu ovat aina hyödyksi.

”Halusin toimia lapseni parhaaksi, mutta yhteys kaikkiin katosi. Miten päästiin takaisin samaan veneeseen? Todettiin yhdessä, että tilanne on hankala. Syntyi yhteys ja empatian tunne heräsi.”

-VANHEMPI



Tutustu Vanhempainliiton materiaaliin:

10 askelta kohti toimivaa kodin ja koulun yhteistyötä:

<https://vanhempainliitto.fi/tyokalut/kirjauksista-kaytantoon/>



Hyviä käytäntöjä kouluille sisäilmailtojen järjestämiseen

- › Selvitä vanhempien ja vanhempainyhdistysten tarpeita ja toiveita viestinnän suhteen, esimerkiksi viestinnän kanavat, viestimisen tapa ja tiheys.
- › Järjestä keskustelu- ja tiedotustilaisuuksia sisäilma-asioiden selvittämisen eri vaiheissa.
 - › Järjestä tiedotustilaisuudet saman päivän aikana sekä koulun henkilökunnalle että vanhemmille.
 - › Varmista, että tilaisuuksissa on mukana kattavasti eri alojen edustajia vastaamassa vanhempien kysymyksiin, esimerkiksi opetustoimi, sivistystoimi, tekninen toimi, kiinteistön tutkinut taho ja kouluterveydenhuolto.
 - › Nimeä tilaisuudelle puheenjohtaja, joka huolehtii aikataulusta ja puheenvuorojen jakamisesta.
- › Laadi tutkimustuloksista selkokieline tiedote.
 - › Ennakoi vanhempien esittämiä kysymyksiä ja vastaa niihin jo tiedotteessa.
 - › Hyödynnä eri toimijoiden asiantuntemusta tiedotteen laatimisessa.

Sisäilmatiedotteen lähettämisen ajankohdalla on merkitystä

Selvitä vanhempien ja vanhempainyhdistysten edustajien toiveita tiedotteiden ja tilaisuuksien ajankohtien suhteen. Osa vanhemmista toivoo, että tutkimustuloksista kertova tiedote on saatavilla hyvissä ajoin ennen tiedotustilaisuutta, jotta he ehtivät tutustua siihen etukäteen. Toiset taas toivovat pääsevänsä esittämään kysymyksiä heti tiedotteen julkaisemisen jälkeen.

VANHEMPAINTOIMINNASSA ON VOIMAA

Kun sisäilmasta oireilevan lapsen vanhemmat kohtaavat muita oireilevia lapsia ja heidän vanhempiaan, on asiaan vaikuttaminen helpompaa.

Vanhempien sanoma on vahvempi, kun he yhteistuumin ovat yhteydessä koulun johtoon, kunnan tilakeskukseen, sisäilmatyöryhmään tai päättäjiin.

Tähän koosteeseen on kerätty vinkkejä vanhempien yhteen kokoamiseen, yhteisen viestin luomiseen ja käytännön vaikuttamiseen.

Vinkit vanhempien yhteiseen vaikuttamiseen

1 Vanhempien yhteisen toiminnan käynnistäminen

- Kootkaa vanhempien ydinryhmä. Pyytämällä vanhempia henkilökohtaisesti mukaan, voitte madaltaa kynnystä osallistua.
 - Perustakaa vanhempainyhdistys tai jo olemassa olevaan yhdistykseen sisäilmatoimikunta.
 - Sopikaa yhteyshenkilöt ja se, mitä kautta muut vanhemmat voivat olla teihin yhteydessä.
- Laatikaa vaikuttamistyön tueksi yhteinen viesti.
 - Kartoittakaa viestin tueksi vanhempien tarpeita keskustelemalla tai kyselyillä.
 - Kuvatkaa viestissä koulun tilanne perheiden näkökulmasta sekä toiveenne ja ratkaisuehdotuksenne. Valmiisiin ehdotuksiin on helpompi tarttua.

 **LIITE 4: Vanhempaintoimijoiden yhteisen viestin laatiminen**



2 Yhteistyö koulun ja kunnan kanssa

- Selvittääkää, onko koulun sisäilma-asioiden käsittelyyn ja oire-epäilyjen ilmoittamiseen luotu ohjeet.
 - Pyytäkää, että ohjeet ovat helposti myös vanhempien löydettävissä.
 - Pyytäkää, että ajantasainen tieto kiinteistön tutkimisesta on helposti saatavilla, esimerkiksi kunnan verkkosivuilla.
- Ehdottakaa rehtorille keskustelutilaisuuksien järjestämistä.
 - Pyytäkää, että tilaisuuksiin osallistuu kunnan teknisen toimen ja kouluterveydenhuollon edustajia, jotka osaavat vastata vanhempien kysymyksiin.
- Pyytäkää saada vanhempien edustus koulun ja kunnan sisäilmatyöryhmiin.
 - Sopikaa, mitä asioita tuotte keskusteluun tapaamisissa.
 - Tarjotkaa koululle ja kunnalle apua sisäilma-asioiden tiedottamiseen vanhemmille.
- Etsikää kuntanne päättäjiä, jotka ovat perehtyneet sisäilma-asiaan tai voisivat olla siitä kiinnostuneita.
 - Tavatkaa heitä erikseen tai järjestäkää yhteinen sisäilmailta, jossa tuotte esiin koulun sisäilmatilanteen vaikutuksia lasten arkeen ja hyvinvointiin.
 - Ehdottakaa lapsivaikutusten arviointia, jonka avulla voi selvittää, kuinka lasten oikeudet toteutuvat ja millaisia hyvinvointivaikutuksia erilaisilla päätöksillä ja toiminnalla on.

3 Lisätietoa terveydensuojeluasioihin

- Kysykää neuvoa kunnan terveydensuojeluviranomaiselta tai aluehallintovirastosta (AVI).
 - Ympäristöterveydenhuollon valvonnan päävastuu kuuluu kunnille, ja kunnallisena valvontaviranomaisena toimii yleensä ympäristöterveyslautakunta. Käytännössä työtä tekevät muun muassa kunnan terveystarkastajat.
 - Aluehallintovirasto (AVI) ohjaa ympäristöterveydenhuollon kunnallisten valvontaviranomaisten toimintaa. Aluehallintovirastossa terveydensuojeluvalvontaa tekevät ympäristöterveydenhuollon ylitarkastajat.
- Ehdottakaa vanhempien edustajaa terveydensuojelulain valvontaohjelman mukaisiin tarkastuksiin.
 - Tarkastukset tulee tehdä kouluissa vähintään 3 vuoden välein. Todettujen puutteiden korjaamista on seurattava vuosittain.
 - Tarkastuspöytäkirjat ja mahdolliset mikrobimittaustulokset ovat julkisia asiakirjoja.
- Ehdottakaa sisäilmakyselyn teettämistä olosuhteiden selvittämiseksi.
 - Maksullisia sisäilmakyselyitä tarjoavat muun muassa Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) ja yksityiset toimijat.

4 Vanhempaintoimijoiden keskinäinen tuki

- Tukekaa toisianne ja järjestäkää yhteistä virkistystoimintaa hyvän hengen ja jaksamisen ylläpitämiseksi.
- Selvittäkää, miten kunnan muissa kouluissa ja vanhempainyhdistyksissä tai naapurikunnassa on onnistuttu asioiden edistämässä.

Vanhempainyhdistyksen sisäilmatoimikunta

Vanhempainyhdistys voi tarvittaessa perustaa erillisen sisäilmatoimikunnan. Yhdistyksen hallitus nimeää sisäilmatoimikunnan tai asiasta päätetään vuosikokouksessa. Tiedonkulun kannalta on hyödyllistä, jos yksi toimikunnan jäsenistä toimii myös yhdistyksen hallituksessa.

Erillisessä sisäilmatoimikunnassa on monia etuja

- Sisäilma-asioiden käsittelyä hoitaa ajan tasalla oleva ydinryhmä.
- Toimikunta voi kokoontua matalalla kynnyksellä, kun siihen ei tarvita yhdistyksen hallituksen kokouksen koolle kutsumista.
- Yhdistyksen hallitukselle vapautuu aikaa muuhun toimintaan, ja yhdistyksen koko toiminta pysyy vireänä.

Vanhempien edustus koulun ja kunnan sisäilmatyöryhmissä

Sisäilma-asioiden käsittelyä ja niistä tiedottamista koordinoidaan usein koulujen ja kunnan sisäilmatyöryhmissä. Koulujen sisäilmatyöryhmissä voi olla edustajia esimerkiksi kunnan tilakeskuksesta, sivistystoimesta, työsuojelusta, terveydensuojelusta, kouluterveydenhuollosta ja vanhempaintoimijoista. Lisää vanhempien edustuksesta sisäilmatyöryhmissä [luvussa 1.4](#).



MITEN JÄRJESTÄÄ LASTEN JA PERHEIDEN TUKEA

Koulun sisäilmaongelmia selvittäessä on huolehdittava lapsen oikeudesta terveelliseen ja turvalliseen opiskeluympäristöön. Sisäilmaongelmien syyt tulee aina selvittää ja tehdä tarvittavat korjaukset ja toimenpiteet.

Epäily sisäilman aiheuttamasta terveys- tai olosuuhhaitasta voi tulla esille eri tavoin. Tieto voi tulla lapselta itseltään, vanhemmalta, opettajalta tai rehtorilta. Asioiden selvittäminen ja korjaaminen vie aikaa. Lasten koulunkäynti on turvattava myös tuona aikana, ongelmien laadusta ja laajuudesta riippuen, väistötiloihin siirtymällä tai muilla sopivilla väliaikaisilla koulunkäynnin järjestelyillä.

Aina oireilun syytä ei pystytä yhdistämään koulukiinteistöstä tai sen olosuhteista aiheutuvaksi. Keskeistä on, että lapsi saa apua ja voi jatkaa koulunkäyntiä osana luokkayhteisöä.

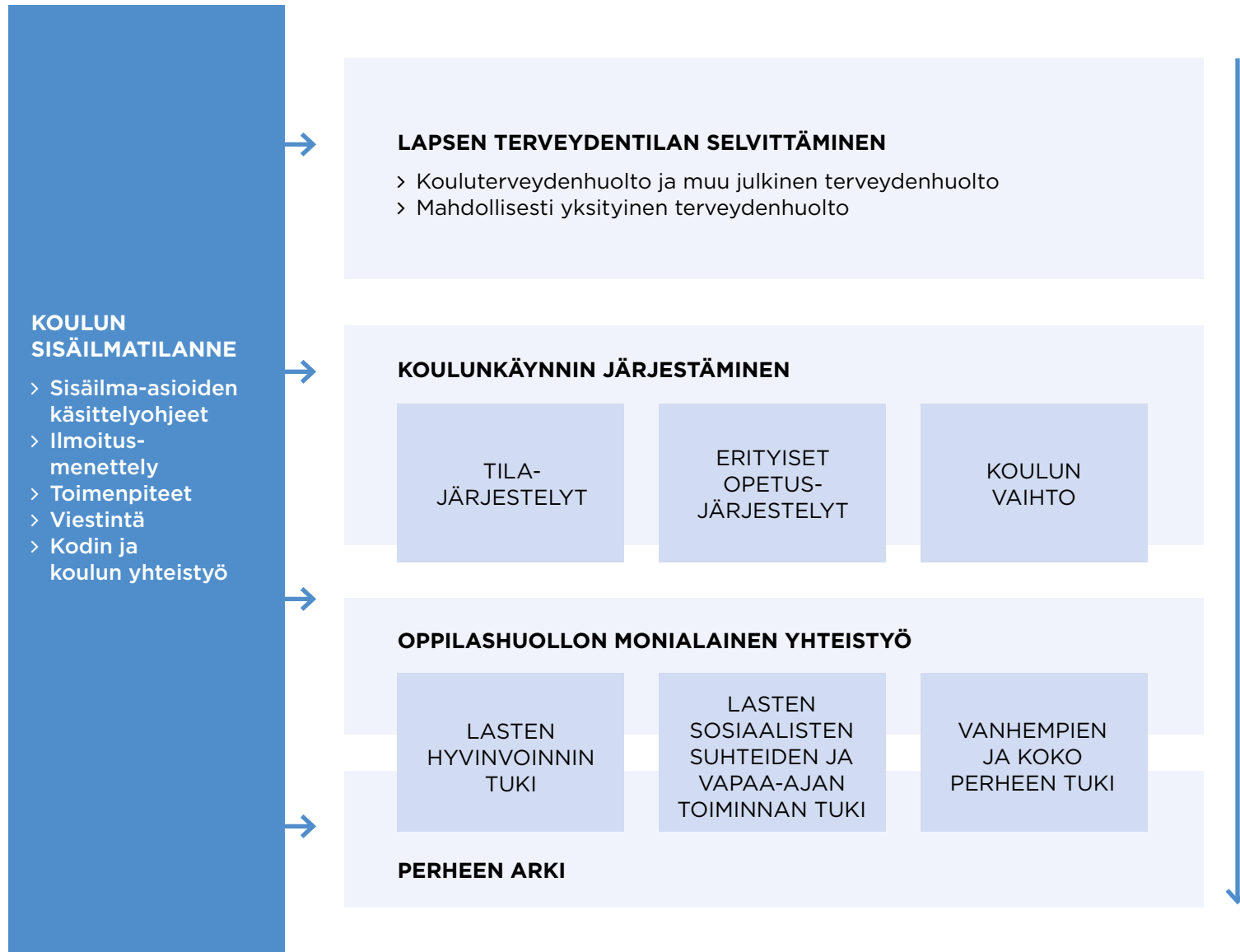
Tämä julkaisun kolmas osa kirjoitettu kaikille, jotka huolehtivat lasten koulunkäynnistä ja perheiden hyvinvoinnista. Avaintoimijoita ovat vanhemmat, rehtorit, opettajat, kouluterveydenhuollon ja muun oppilashuollon toimijat sekä perhe- ja sosiaalipalvelujen työntekijät.

Lasten ja perheiden tuen osatekijät koulujen sisäilmatilanteissa

Seuraavassa kuviossa esitellään lasten ja perheiden tuen osatekijöitä koulujen sisäilmatilanteissa. Kuvio on luotu Ratkaistaan yhdessä! -hankkeessa kerättyjen arjen kokemusten pohjalta. Osatekijät ja niiden sisällöt mukailevat Yhteistyöllä eteenpäin! -julkaisun lukujen teemoja.



LASTEN JA PERHEIDEN TUEN OSATEKIJÄT KOULUJEN SISÄILMATILANTEISSA



3.1 TERVEELLINEN JA TURVALLINEN OPISKELUYMPÄRISTÖ

Koulujen sisäilmaongelmien selvittämisen yhteydessä käytävissä keskusteluissa muistutetaan lapsen oikeudesta terveelliseen ja turvalliseen opiskeluympäristöön. Tätä oikeutta kuvataan useissa eri laeissa ja säädöksissä, joista tässä luvussa esitellään muutamia.

Lapsen oikeus terveelliseen ja turvalliseen opiskeluympäristöön

- Varhaiskasvatuslaki, perusopetuslaki, lukiolaki ja laki ammatillisesta koulutuksesta säätävät oikeudesta turvalliseen opiskeluympäristöön.
- Lastensuojelulaki turvaa lapsen oikeuden turvalliseen kasvuympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen sekä erityiseen suojeluun.
- Terveystarkastuslain mukaan oppilaitosten terveellisyyden, turvallisuuden ja hyvinvoinnin tarkastus tehdään 3 vuoden välein.
 - Tarkastus tehdään yhteistyössä oppilaitoksen ja sen oppilaiden tai opiskelijoiden, koulu- tai opiskeluterveydenhuollon, terveystarkastajan, henkilöstön työterveyshuollon, työsuojeluhenkilöstön ja tarvittaessa muiden asiantuntijoiden kesken.
 - Tarkastuksessa todettujen puutteiden korjaamista on seurattava vuosittain. (Valtioneuvoston asetus neuvola toiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta 338/2011.)
- Oppilas- ja opiskelijahuoltolain 4 § säätää yhteisöllisestä oppilashuollosta.
 - Oppilashuollon toimijoiden tehtävänä on edistää muun muassa oppilaiden hyvinvointia ja terveyttä sekä kouluympäristön terveellisyyttä, turvallisuutta ja esteettömyyttä.
 - Lisäksi kaikkien koulussa oppilaiden kanssa työskentelevien sekä oppilashuoltopalvelujen työntekijöiden on tehtävissään edistettävä oppilaiden ja koulu yhteisön hyvinvointia sekä kodin ja koulun välistä yhteistyötä. Koulun henkilökunnalla on ensisijainen vastuu koulu yhteisön hyvinvoinnista.
- Terveystarkastuslaki velvoittaa kuntia huolehtimaan kiinteistöjensä sisäilmastoista niin, ettei niistä aiheudu terveyshaittaa. Kunnan terveystarkastusviranomaisen voi velvoittaa tilanhaltijaa terveyshaitan poistamiseen.

Lue lisää:

- Terveellinen, turvallinen ja hyvinvoiva oppilaitos: Opas ympäristön ja yhteisön monialaiseen tarkastamiseen (2015). THL. Lisätietoja: www.thl.fi
- Ohjeistus rehtoreille sisäilmatilanteeseen (2020). THL. Lisätietoja: www.thl.fi
- Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki (1287/2013). Lisätietoja: www.finlex.fi
- Uusi soveltamisohje oppilas- ja opiskelijahuoltolainsäädännön toteuttamisen tueksi. Sosiaali- ja terveysministeriö, Kuntainfo 13/2015. www.stm.fi
- Selvitys sisäympäristössä oireilevien hoito- ja palvelupolkujen nykytilasta perusterveydenhuollossa ja erikoissairaanhoidon keuhkoklinikoissa. (2020) Filha ry. Lisätietoja: www.filha.fi

Oppilashuollon toimijat ja työryhmät

Monialainen oppilashuollon ohjausryhmä

Koulutuksen järjestäjäkohtaisen oppilashuollon yleisestä suunnittelusta, kehittämisestä, ohjauksesta ja arvioinnista vastaa monialainen oppilashuollon ohjausryhmä.

Monialainen oppilaitoskohtainen oppilashuoltoryhmä

Koulun oppilashuollon suunnittelusta, kehittämisestä, toteuttamisesta ja arvioinnista vastaa monialainen koulukohtainen oppilashuoltoryhmä. Tätä kutsutaan usein yhteisölliseksi oppilashuoltoryhmäksi.

Yhteisöllinen oppilashuolto

Oppilashuoltoa järjestetään ensisijaisesti ennaltaehkäisevänä ja yhteisöllisenä. Yhteisöllistä oppilashuoltoa toteuttavat kaikki oppilashuollon toimijat. Lisäksi oppilaille on oikeus yksilökohtaiseen opiskeluhuoltoon.

Yksilökohtainen oppilashuolto

Yksilökohtaisella oppilashuollolla tarkoitetaan yksittäiselle oppilaille annettavia kouluterveydenhuollon palveluja, oppilashuollon psykologi- ja kuraattoripalveluja, monialaista yksilökohtaista oppilashuoltoa ja koulutuksen järjestäjän järjestämiä sosiaali- ja terveystalveluja erityisoppilaitoksissa.

Monialaista yksilökohtaista oppilashuoltoa toteutetaan tapauskohtaisesti koottavassa monialaisessa asiantuntijaryhmässä ja siitä laaditaan oppilashuoltokertomus.

Vinkit sisäilma-asioiden huomioimiseen koulussa ja oppilashuoltosuunnitelmassa

Tätä vinkkilistaa voit hyödyntää oppilashuoltosuunnitelman ja sen ohjeistuksien laatimisessa sekä eri toimijoiden välisen yhteistyön suunnittelussa.

Ilmoitusmenettely

- Kuvatkaa sisäilmaongelmien ilmoitusmenettely kouluterveydenhuollon ja muun oppilashuollon näkökulmasta sekä oppilaiden ja vanhempien näkökulmasta.
- Tiedottakaa oppilaita, vanhempia ja koulun henkilökuntaa ohjeista ja niiden sijainnista.

Oireilevan lapsen tilanteen selvittäminen ja palvelupolun kuvaus

- Laatikaa ohjeet oppilaan ohjaamiseksi kouluterveydenhuoltoon.
- Laatikaa koululääkärin kanssa apukysymykset oppilaan tilanteen kartoittamiseksi kouluterveydenhoitajan vastaanotolla.
- Sopikaa, millaisissa tilanteissa konsultoidaan koululääkärinä tai ohjataan oppilas suoraan lääkärille.

Kouluyhteisön tilanteen seuranta

- Sopikaa, millaista tietoa sisäilmasta oireilusta tai sen epäilyistä kerätään ja kuinka sitä kootaan, säilytetään ja esitellään tietosuoja huomioiden.
- Laatikaa suunnitelma vuosittaisten, laajojen tai mahdollisten ylimääräisten terveystarkastusten hyödyntämisestä sisäilmasta oireilun seurannassa.
- Laatikaa suunnitelma oppilaiden terveyden ja hyvinvoinnin seurannasta sisäilmatilanteissa.
- Liittäkää suunnitelma osaksi koulun tai kunnan sisäilma-asioiden käsittelyohjetta.

Oppilashuollon monialainen yhteistyö

- Kuvatkaa kouluterveydenhuollon ja muun oppilashuollon yhteistyö eri toimijoiden kanssa. Yhteistyön muotoja voivat olla esimerkiksi
 - koulun sisäilmatyöryhmän kokouksiin osallistuminen
 - oireilevien oppilaiden tai oire-epäilyjen määrän seuranta sisäilmatyöryhmän kanssa sovitulla tavalla
 - koulujen sisäilmatilaisuuksiin ja -tiedotteiden laatimiseen osallistuminen
 - sisäilmastokyselyiden tilaamiseen ja niistä tiedottamiseen osallistuminen
 - terveydensuojeluviranomaisen suorittamiin koulujen terveellisyden ja turvallisuuden tarkastuksiin osallistuminen.

Viestintä väistötiloihin siirtyessä

Väistötiloihin tai uusiin tiloihin siirtymiseen kannattaa laatia oma toiminta- ja viestintäohje. Usein pohditaan esimerkiksi sitä, millaisia kalusteita ja oppimateriaaleja voidaan tuoda mukana vanhoista tiloista.



LIITE 5: Koulun irtaimiston puhdistusohjeisiin kosteus- ja homevaurion jälkeen

3.2 KOULUTERVEYDENHUOLLON JA MUUN OPPILASHUOLLON TUKI

Kouluterveydenhuoltoa toteuttavat terveydenhoitaja ja lääkäri. He ovat usein ensimmäisiä terveydenhuollon ammattilaisia, joille lapsi tai hänen vanhempansa kertovat koulun sisäilman aiheuttamasta oireilusta tai sen epäilyistä.

Kouluterveydenhuolto on osa koulun oppilashuoltoa. Muita oppilashuoltopalveluiden toimijoita ovat koulupsykologit ja koulukuraattorit.

Tähän lukuun on koottu esimerkkikuvauksia eri kuntien kouluterveydenhuollon toimintatavoista ja ratkaisuista. Lisäksi mukana on vinkkejä koko oppilashuollon työn ja suunnittelun tueksi.

Luvun sisältöjä on koottu ja kehitetty Ratkaistaan yhdessä! -hankkeen kumppanikunnissa järjestetyissä ratkaisutyöpajoissa. Mukana yhteistyössä on ollut koululääkäreitä, kouluterveydenhoitajia, muita oppilashuollon toimijoita ja lasten vanhempia.

Lasten palvelupolut kouluterveydenhuollossa ja muussa oppilashuollossa

Koulun sisäilmasta oireilu voi vaikuttaa lapsen terveyden lisäksi myös hänen muuhun hyvinvointiinsa. Esimerkiksi jatkuvat sairauspoissaolot vaikuttavat koulunkäyntiin ja kaverisuhteisiin.

Ratkaistaan yhdessä! -hankkeen haastatteluissa vanhemmat kertovat olevansa huolissaan lapsensa terveydestä ja tulevaisuudesta.

Vanhemmat toivovat, että lapsi saisi olla terveenä ja että heille nimetään yhteyshenkilö lapsen terveydentilan selvittämiseen ja seurantaan. Lasten toiveena on saada olla terveenä ja käydä koulua normaalisti luokkatovereiden kanssa.

Haastattelujen perusteella osa kouluterveydenhuollon toimijoista toivoo, että lasten sisäilmasta oireilun selvittämiseen luotaisiin lisää valtakunnallista ohjeistusta ja työkaluja erityisesti kouluterveydenhoitajan vastaanotolle.

Vanhemmat tuovat esiin, että lasten palvelupolkujen kuvausten avulla heidän on helpompi hahmottaa, mistä apua voi saada ja kuinka tilanteen selvittämisessä edetään.

Selkeän ja eri toimijoilla tiedossa oleva palvelupolun koetaan auttavan lapsien ja perheiden ohjaamista nopeammin avun ja tuen piiriin. Tiedon katsotaan ehkäisevän vanhempien yksin jäämisen tunnetta.

Yhteistyön ja tiedonkulun käytäntöjen kuvaamisen merkitys korostuu tilanteissa, joissa lapsen tilannetta selvitetään kouluterveydenhuollon ja muun oppilashuollon lisäksi terveystieteiden keskuksessa, erikoissairaanhoidossa tai yksityisessä terveydenhuollossa.

Esimerkki: Lapsen palvelupolku kouluterveydenhuollossa ja muussa oppilashuollossa

Oppilaan oireilun tai koulun sisäilmaongelmien selvittämisen vaiheet voivat vaihdella kuntakohtaisesti. Tämä esimerkki on yhdistelmä kahden eri kunnan hyvistä käytännöistä.

1 Sisäilmasta oireilun epäily

Oppilaalla, vanhemmalla tai esimerkiksi opettajalla herää huoli oppilaan voinnista.

- › Oppilas ohjataan kouluterveydenhoitajalle.
- › Oppilaan tilanne kartoitetaan koululääkärien kanssa yhteistyössä laadittujen apukysymysten avulla.
- › Pyydetään oppilaan vanhempi mukaan vastaanotolle.
- › Konsultoidaan tarvittaessa koululääkäriä.
- › Annetaan oppilaalle ohjeet kotiin voinnin seuranta varten.
- › Varataan uusi vastaanottoaika.

Kouluyhteisön tilanteen seuranta

- › Kirjataan sisäilmasta oireilun epäily potilasjärjestelmään tai muuhun sovittuun tilastointipaikkaan.
- › Kirjataan oppilaan havaitsema sisäilmaongelma koulun kiinteistön ilmoitusjärjestelmään.

2 Oppilaan terveydentilan selvittäminen

Oppilas palaa kouluterveydenhoitajan vastaanotolle oireilun jatkuessa.

- › Tehdään oppilaalle terveystarkastus ja konsultoidaan koululääkäriä.
- › Varataan aika koululääkärille tai terveyskeskuksen lääkärille. Lääkäri tekee tarvittaessa lähetteen jatkotutkimuksiin erikoissairaanhoidon.
- › Sovitaan oppilaan ja vanhempien kanssa, kuinka oppilaan terveydentilaa seurataan kouluterveydenhuollossa.

Kouluyhteisön tilanteen seuranta

- › Tutkitaan koulun tilojen kunto ja sisäilman laatu matalalla kynnyksellä, ja välitetään tieto tuloksista ja toimenpiteistä kouluterveydenhuoltoon.
- › Seurataan oireilevien tai oire-epäilyjen määrää kouluterveydenhuollossa yhteistyössä rehtorin ja sisäilmatyöryhmän kanssa.

3 Oppilashuollon monialainen yhteistyö

Oppilaan terveydentilan selvittäminen jatkuu ja hän tarvitsee lisää tukea.

- › Kootaan tarvittaessa monialainen asiantuntijaryhmä oppilaan tilanteen selvittämistä ja tuen järjestämistä varten.
- › Nimetään oppilaalle yhteyshenkilöt terveydentilan seurantaan ja muuhun oppilashuollon tukeen.
- › Tuetaan koulunkäyntiä väliaikaisilla opetusjärjestelyillä.
- › Selvitetään oppilaan sosiaalisten suhteiden tuen tarpeet.
- › Selvitetään koko perheen jaksamisen ja muun tuen tarpeet

Esimerkki: Apukysymyksiä kouluterveydenhoitajalle, kun epäillään sisäilmasta oireilua

Kouluterveydenhoitaja on usein ensimmäisiä terveydenhuollon edustajia, joille oppilas kertoo voinnistaan ja sisäilmasta oireilun epäilystään.

Tämä lista on mukaelma yhden kunnan hyvästä käytännöstä tilanteen kartoittamiseksi kouluterveydenhoitajan vastaanotolla.

Esitiedot

Oppilaalta kerätään esitietoja oireiluun liittyen seuraavista asioista:

- sairaudet, kuten pitkäaikaissairaudet, astma, allerginen nuha, muut allergiat, atooppinen iho
- säännöllinen tai tarvittava lääkitys
- lemmikkieläimet kotona
- asuminen sekä mahdolliset kosteusvahingot tai sisäilmaongelmat kotona
- nuoren tupakointi tai kotona tapahtuva tupakointi.

Oppilaan oireet

Oppilas kertoo omin sanoin oireistaan. Tarvittaessa esitetään täydentäviä kysymyksiä seuraavista asioista:

- yleisoireet, kuten väsymys ja päänsärky, tarvittaessa tarjotaan päänsärkypäiväkirjaa
- silmäoireet, kuten kutina ja vuotavat silmät
- ylähengitystieoireet, kuten nuha, nenän tukkoisuus, kuiva tai kipeä kurkku ja äänenkäheys
- alahengitystieoireet, kuten yskä, hengityksen vinkuminen ja hengenahdistus
- iho-oireet
- psykosomaattiset oireet, miten koulussa sujuu, onko kavereita tai kiusaamista.



Täydentävät kysymykset oireiden esiintymisestä

Oppilaalle voidaan esittää täydentäviä kysymyksiä, kuten:

- Missä ja milloin oireilua esiintyy? Esiintyykö oireilua koulussa, päiväkodissa, kotona tai vapaa-ajalla?
- Kuinka nopeasti oireet helpottavat? Helpottavatko oireet esimerkiksi päivän tai viikonlopun aikana tai loma-aikana?
- Kuinka kauan oppilas on ollut tilassa, jonka sisäilman epäillään aiheuttavan oireilua?

Ohjeet oireiden ja voinnin seurantaan

- Pitäkää oireista ja voinnista kirjaa vähintään kahden viikon ajan.
- Kirjatkaa ylös kaikki päivät, myös oireettomat päivät.
- Kirjatkaa ylös oireiden alkamisen ja päättymisen kellonajat, jos mahdollista.
- Kirjatkaa tilat ja paikat, joissa oppilas oleskellut oireiden esiintyessä.
- Palauttakaa seurantalomake kouluterveydenhoitajalle.



**Tutustu Hengitysliiton materiaaliin:
Valmistaudu vastaanotolle -kortti**
www.hengitysliitto.fi

SISÄILMASTA OIREILU

Valmistaudu vastaanotokäynnille

Voit tehdä paljon vastaanotokäyntiä onnistumiseksi. Ennen vastaanotokäyntiä kirjaa voititisi viimeisen puolen vuoden ajalta. Listaa myös asiat, joihin tarvitset ohjausta tai neuvoja sekä asiat, joista haluat kysyä.

VASTAANOTOLLE HAKEUTUMINEN

Kirjaa tähän yhtye kuvuus syistä, joiden vuoksi hakeudut vastaanotolle.

YLEISVOINTI

Mitäisiä oireita sinulla on? Kuinka kauan tai usein niitä on ollut?
Palauttaako tai helpottaako jokin oireista?

SAIRAUDET JA ALLERGIAT

Mitä sairauksia tai allergioita sinulla on?

Vinkki: Seuraa terveysaiotajasi Omakanta.fi -palvelusta.

Tee selvästi, jos sinulla on todettu astma

www.astmaliitto.fi
Tämä kuvaa astman tasapainoa viimeisten neljän viikon aikana.

Kirjaa lääkitys

Kirjaa kaikki käyttämäsi lääkkeet (www.laakekortti.fi).
Lääkkeet, joille olet allerginen:

Tentin yhteispuistämällä >

Tulosta testi mukaisesti.

Kysymykset tai epäselvyydet liitteen lääkkeisiin tai lääkkeenotto-ohjeisiin.

Hengitysliitto

Hyviä käytäntöjä oppilashuollon monialaiseen yhteistyöhön toimijoittain

Seuraavassa taulukossa kuvataan hyviä käytäntöjä sisäilmasta oireilevan oppilaan tukeen toimijoittain.

Tehtävänimike	Hyviä käytäntöjä oireilevien oppilaiden koulunkäynnin ja hyvinvoinnin tukeen koulujen sisäilmatilanteissa
Kouluterveydenhoitaja	<ul style="list-style-type: none"> › Kartoittaa oppilaan tilanteen yhteistyössä koululääkärin kanssa. › Antaa ohjeet kotiin voinnin seurantaan varten.
Koululääkäri	<ul style="list-style-type: none"> › Tutkii oppilaan terveydentilan. › Tekee tarvittaessa lähetteen jatkotutkimuksiin.
Koulukuraattori ja koulupsykologi	<ul style="list-style-type: none"> › Selvittää oppilaan ja hänen perheensä tuen tarpeet ja suunnittelee niihin tarvittava tuen.
Monialainen asiantuntijaryhmä	<ul style="list-style-type: none"> › Nimeää oppilaalle yhteyshenkilöt terveydentilan seurantaan ja muuhun oppilashuollon tukeen. › Järjestää oppilaan ja vanhempien tapaamiset tarvittaessa ulkona tai etäyhteydellä. › Ohjaa perheen tarvittaessa lisätuen piiriin perhekeskukseen tai muihin palveluihin.
Rehtori	<ul style="list-style-type: none"> › Tiedottaa ja ohjeistaa, jos oppilaan tai oppilaiden tila- tai opetusjärjestelyt muuttuvat. › Selvittää, voidaanko oppitunteja järjestää koulun muissa tiloissa, kunnan toisissa kouluissa tai vaikka kirjastossa. › Selvittää, voidaanko oireilevista oppilaista muodostaa opetukseen erillisiä opiskeluryhmiä. › Tekee oppilaalle tarvittaessa hallinnollisen päätöksen erityisistä opetusjärjestelyistä (POL 18 §) ja sopii työnjaosta. › Nimeää oppilaalle koulunkäynnin koordinointiin yhteyshenkilön, joka voi olla esimerkiksi luokanvalvoja tai erityisopettaja. Suunnittelee käytännöt arviointiin, kouluruokailuun, opiskeluhooltoon ja koulukuljetuksiin. › Järjestää koulunvaihtotilanteessa palaverin, jossa on oppilaan ja vanhempien lisäksi mukana myös uuden koulun edustajia. Tekee asiasta hallinnollisen päätöksen, vaikka koulun vaihto olisi kokeilu. › Pohtii koulunkäynnin ohjaajan antaman tuen mahdollisuuksia. › Esittää koulussa hajusteiden ja hajustettujen tuotteiden vähentämistä kaikkien tuoksukuorman pienentämiseksi.
Luokanvalvoja / koordinaattori	<ul style="list-style-type: none"> › Laatii tarvittaessa oppimissuunnitelman yhteistyössä oppilaan ja opettajien kanssa. › Laatii oppilaalle lukujärjestyksen, johon aikataulutetaan lähiopetus, verkkovälitteinen opetus ja itsenäinen opiskelu. › Koordinoi kotona opiskelevan oppilaan tehtävät ja läksyt yhteistyössä aineenopettajien kanssa. › Huolehtii kodin ja koulun välisestä tiedonkulusta. › Järjestää kotona opiskelevalle oppilaalle mahdollisuuden osallistua etäyhteydellä koulun juhliin ja tapahtumiin. Pyytää mukaan koulun retkille.

Tehtävänimike	Hyviä käytäntöjä oireilevien oppilaiden koulunkäynnin ja hyvinvoinnin tukeen koulujen sisäilmatilanteissa
Aineenopettaja	<ul style="list-style-type: none"> › Järjestää tapaamisia ja oppitunteja mahdollisuuksien mukaan ulkona. › Antaa oppilaalle tarvittaessa tukiopetusta. › Laatii oppimissuunnitelman opetettavan aineen osalta. › Ylläpitää yhteyttä kotiin opetettavan aineen osalta. Tekee yhteistyötä tehtäväpakettien ja kokeiden osalta oppilaalle nimetyn koordinaattorin kanssa. › Huomioi oppilaan tarpeita opetuksessa ja selvittää opetuksen mukauttamisen mahdollisuudet. Oppilaan oireilua voivat vaikeuttaa esimerkiksi hajustetut tuotteet, tulosteiden musteet, jauhopölyt, pölyiset kankaat ja uimahallien kloori. › Hyödyntää oppilaiden kiinnostusta sisäilmateemaan eri oppiaineiden tehtävien sisällöissä.
Erityisopettaja	<ul style="list-style-type: none"> › Selvittää erityisopetuksen tarpeen ja antaa erityisopetusta. › Selvittää etäyhteydellä opettamisen mahdollisuudet.
Koulunkäynnin ohjaaja	<ul style="list-style-type: none"> › Auttaa ja tukee oppilasta tehtävien tekemisessä.
Opinto-ohjaaja	<ul style="list-style-type: none"> › Tukee oppilasta hänelle soveltuvan työharjoittelupaikan ja jatkokoulutuspaikan etsimisessä. › Laatii suunnitelman jatko-opintojen käytännön suorittamisesta. › Kertoo mahdollisuudesta hakea erityisjärjestelyjä pääsykokeiden järjestäjältä.

Tutustu lapsen hyvinvointia kartoittaviin työkaluihin ja menetelmiin:

- › Lapsiystävällisen kohtaamisen tarkistuslista. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. www.mll.fi
- › Lapset puheeksi (LP) -menetelmä. Mieli ry. www.mieli.fi

 **LIITE 6: Lapsen kohtaaminen ja tilanteen kartoittaminen**

3.3 KOULUNKÄYNNIN JÄRJESTELYT

Koulun sisäilmaongelmien selvittäminen ja korjaaminen voivat viedä aikaa. Lasten koulunkäynti on turvattava myös tuona aikana. Ongelmien laadusta ja laajuudesta riippuen siirrytään väistötiloihin tai turvataan koulunkäynti muilla sopivilla väliaikaisilla järjestelyillä. Opiskeluun tulee käyttää vain tiloja, jotka sopivat opetukseen. Talotekniikan toimivuus kannattaa tutkia matalalla kynnyksellä. Joskus jo ilmanvaihdon säätäminen oikealle tasolle voi tuoda tilanteeseen muutosta.

Tähän lukuun on kirjattu koulunkäynnin järjestelyissä huomioitavia asioita ja hyviä käytäntöjä. Luku on kirjoitettu perusopetuksen näkökulmasta, mutta keinoja voidaan osin soveltaa myös muilla koulutusasteilla.

OPPILAAN KOULUNKÄYNNIN JÄRJESTELYT

Oireilevalla oppilaalla voi olla paljon poissaoloja tai muita vaikeuksia pysyä opetuksessa ja koulu yhteisössä mukana. Näin ollen hän voi tarvita oppimisen ja koulunkäynnin tukea.

Tuki voi esimerkiksi olla tilajärjestelyjä, tukiopetusta, erityisiä opetusjärjestelyjä tai tukea koulu yhteisöön kiinnittymiseen.

Oppimisen ja koulunkäynnin tuki

Perusopetuslaki (POL 30 §) takaa jokaiselle perusopetukseen osallistuvalla oppilaalla oikeuden saada opetussuunnitelman mukaisen opetuksen ohella riittävää oppimisen ja koulunkäynnin tukea. Tukea on tarjottava heti tuen tarpeen ilmetessä.

Perusopetuslaissa mainittua oppimisen ja koulunkäynnin tukea tarjotaan kolmiportaisen tuen mallin mukaisesti. Kolmiportaisen tuen tasoja ovat yleinen, tehostettu ja erityinen tuki.

Yleisen tason tukea voidaan antaa matalalla kynnyksellä ilman erillisiä pedagogisia selvityksiä tai hallintopäätöksiä. Yleisen tason tukea ovat muun muassa tukiopetus ja osa-aikainen erityisopetus. Tehostetun ja erityisen tuen tasot vaativat erilliset asiakirjat ja päätökset.

Jos sisäilmasta oireileva oppilas saa jo tehostettua tai erityistä tukea, on sisäilma-asiat hyvä huomioida osana tuen kokonaisuutta.

”Sisäilmasta oireilevien lasten kouluarkea voidaan helpottaa heti tänään. Loppukevään liikuntatunnit päätettiin pitää ulkona ja joka perjantai opiskellaan ulkona.”

-OPETTAJA

”Nauru ja oppimisen ilo palasivat luokkaan, kun päästiin terveeseen rakennukseen oppimaan.”

-OPETTAJA

Oppimissuunnitelman laatiminen

Oppilaalle voidaan laatia oppimisen ja koulunkäynnin tueksi oppimissuunnitelma. Se voidaan laatia jo yleisen tuen tasolla. Oppimissuunnitelma tulee laatia aina, mikäli oppilas saa tehostettua tukea tai erityistä tukea. Lisäksi se on laadittava, mikäli oppilaalle tehdään hallintopäätös erityisistä opetusjärjestelyistä.

Oppimissuunnitelmaan kirjataan muun muassa oppilaskohtaiset tavoitteet, pedagogiset ratkaisut, oppilashuollon tuki ja se, miten ja milloin oppimissuunnitelman toteutumista seurataan ja arvioidaan. Suunnitelmaan kirjataan muun muassa, jos oppilas tarvitsee tukiopetusta tai osa-aikaista erityisopetusta. Pedagogisten ratkaisujen kohdalle voidaan kirjata, missä eri paikoissa ja kuinka opetus järjestetään. Oppimissuunnitelma laaditaan yhteistyössä oppilaan ja huoltajan kanssa.

”Ainoa vaihtoehto on viestittää lapselle, että ratkaisuja ja toivoa on. Kuunnella herkällä korvalla ja toimia.”

-OPPILAANOHJAAJA

Sosiaalisten suhteiden tukeminen

Ratkaisuja mietittäessä on huomioitava, että vuorovaikutus opettajiin ja luokkatovereihin säilyy ja oppilaan oikeus saada opetussuunnitelman mukaista opetusta toteutuu.

Ryhmässä opiskelu auttaa oppilaita luomaan ja ylläpitämään sosiaalisia suhteita kouluyhteisössä. Se myös toteuttaa opetussuunnitelman näkemystä siitä, että oppiminen tapahtuu vuorovaikutuksessa muiden oppilaiden kanssa.

Sosiaalisten suhteiden tuki kannattaa käynnistää heti, kun koulunkäynnin järjestelyt muuttuvat. Näin oppilas ei ehdi etäännyä kouluyhteisöstä, ja uudet käytännöt tuntuvat oppilaista luontevilta.

Tiedottaminen yhteistyössä perheen kanssa

Kun oppilaan opetusjärjestelyt muuttuvat, rehtori tiedottaa ja ohjeistaa oppilaan opettajia. Oppilaan terveyteen tai koulunkäyntiin liittyvien asioiden tiedottamisesta kouluyhteisössä tulee sopia oppilaan ja hänen vanhempiansa kanssa. Muuttuneet järjestelyt voivat pohdituttaa oppilaan luokkatovereita, ja he voivat haluta tietää tilanteesta. Osa oppilaista voi haluta osoittaa tukeaan oppilaalle, ja jotkut voivat olla muualla opiskelevalla oppilaalle jopa kateellisia. Asiaa pohtiville luokkatovereille voi esimerkiksi kertoa, että huono sisäilma vaikuttaa eri tavoin eri ihmisiin ja aina ei saada selville syytä siihen, miksi joku toinen oireilee enemmän kuin toinen.

Suunnitelman määräaikaisuus ja arviointi

Oppilaan koulunkäynnin järjestelyt kannattaa suunnitella määräajaksi. Samalla sovitaan, kuinka järjestelyjen toimivuutta arvioidaan. Suunnitelma laaditaan yhteistyössä oppilaan ja vanhempien kanssa, kuulemisvelvoitteen toteutumisesta huolehtien. Oppilaan tilannetta ja tuen tarvetta on hyvä arvioida myös oppilashuollossa.

Hyvät käytännöt oppilaan koulunkäynnin järjestelyjen suunnittelussa

- Selvitä, tarvitseeko oppilas tukiopetusta tai osa-aikaista erityisopetusta.
- Arvioi kolmiportaisen tuen mallin mahdollisuudet tuen suunnittelussa, mikäli lapsi saa tehostettua tai erityistä tukea.
- Pohdi, tuleeko oppilaalle laatia oppimissuunnitelma.
- Huolehdi, että muista erillään opiskelevan oppilaan tai oppilasryhmien vuorovaikutus kouluyhteisöön säilyy erilaisten järjestelyjen aikana. Suunnittele muun muassa käytännöt koulun juhliin ja muihin tapahtumiin osallistumiseen.
- Huolehdi oppilaan ja vanhempien kuulemisvelvoitteen toteutumisesta. Sovi vanhempien kanssa, milloin tilannetta tarkastellaan yhdessä uudelleen.
- Ota tuen tarpeen kartoittamiseen ja suunnitteluun mukaan myös muita oppilashuollon toimijoita.
- Sovi oppilaan ja hänen vanhempiensa kanssa, kuinka oppilaan tilanteesta tiedotetaan ja keskustellaan kouluyhteisössä.
- Keskustele luokan kanssa muuttuneesta tilanteesta.
- Suunnittele koulunkäynnin järjestelyt aina määräajaksi. Suunnittele, miten niiden toimivuutta arvioidaan.



Tilajärjestelyt

Oppilaan oppimisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin kannalta on tärkeää löytää ratkaisuja, joiden avulla oppilas voi jatkaa opiskelua omassa ryhmässään tuttujen koulukavereiden kanssa.

Vaihtoehtoisia tiloja voivat olla esimerkiksi koulun tai kunnan muut tilat, kuten kirjasto tai erilliset väistötilat. Taito- ja taideaineiden osalta voi selvittää kunnan muiden koulujen tilojen käyttöä.

Jos opiskelutilan vaihtaminen koko ryhmänä ei onnistu, tulee oireilevalle oppilaalle tarjota jokin muu opiskeluun soveltuva tila. Jos sisäilmasta oireilevia oppilaita on useita, kannattaa selvittää, voidaanko heistä muodostaa oma opiskeluryhmänsä. Ryhmille voi esimerkiksi järjestää omaa opetusta lähiopetuksena tai etäyhteyden kautta.

Hyvä ja raitis ilma on kaikkien etu. Koulussa voi pohtia myös ulkoilmassa oleilun lisäämistä ja tuoksukuorman vähentämistä.

Hyvät käytännöt tilajärjestelyissä

- Suosi ratkaisuja, joissa koko ryhmä vaihtaa yhdessä opiskelutilaa yksittäisen oppilaan sijaan. Näin lasten sosiaalisia suhteita turvataan.
- Selvitä, voidaanko koko ryhmän opetus järjestää koulun tai kunnan muissa tiloissa, esimerkiksi kirjastossa. Taito- ja taideaineiden osalta tiloja voi etsiä kunnan muista kouluista.
- Tarjoa oireilevalle oppilaalle muu opiskeluun soveltuva tila, jos edellä mainitut järjestelyt eivät onnistu.
- Selvitä, voidaanko sisäilmasta oireilevista oppilaista muodostaa opetukseen erillisiä opiskeluryhmiä. Opiskeluryhmille voi esimerkiksi järjestää yhteistä lähiopetusta tai opetusta etäyhteyden kautta.

Vinkit ulkoilun lisäämiseen ja tuoksukuorman vähentämiseen

- Tuuleta luokkaa. Selvitä kuitenkin ensin kiinteistöhuollosta tuuletuksen vaikutukset koulun ilmanvaihtoon.
- Kannusta oppilaita ulkoiluun välituntisin.
- Jaloittele luokan kanssa ulkona oppitunnin aikana.
- Järjestä opetusta ulkona.
- Keskustele koulu yhteisössä hajusteiden ja hajustettujen tuotteiden käytön vähentämisestä ja niistä luopumisesta.

Erityiset opetusjärjestelyt terveydentilaan liittyvistä syistä

Oppilaan opiskelu voidaan järjestää osittain toisin kuin perusopetuslaissa säädetään, jos se on perusteltua esimerkiksi oppilaan terveydentilaan liittyvistä syistä (POL 18 §). Tällöin puhutaan erityisistä opetusjärjestelyistä. Niiden järjestämiseksi tulee laatia erillinen hallintopäätös.

Kun päätös tehdään terveydellisistä syistä, pyydetään päätöksen tueksi usein lääketieteellinen lausunto. Poikkeaminen perusopetuslaista on viimesijainen keino, jota tulee käyttää vain, jos muut keinot eivät ole riittäviä koulunkäynnin turvaamiseksi.

Hallintopäätöksen tekee usein rehtori tai sivistystoimen johtaja. Mikäli oppilaan huoltaja ei ole tehnyt esitystä erityisistä opetusjärjestelyistä, on huoltajalle varattava tilaisuus tulla kuulluksi ennen päätöksen tekemistä. Erityisten opetusjärjestelyjen tueksi tulee oppilaalle laatia oppimissuunnitelma.

Etäyhteyksiä hyödyntävä opetus kokonaan tai osittain

Joskus päädytään väliaikaiseen ratkaisuun, jossa sisäilmasta oireileva lapsi opiskelee kotona etäyhteyksiä hyödyntävässä opetuksessa kokonaan tai osittain. Kun etäyhteyksiä hyödyntävä opetus järjestetään koulun päätöksellä erityisenä opetusjärjestelynä, säilyy oppilaalla lähtökohtaisesti kaikki oppilaalle kuuluvat oikeudet.

Mikäli vanhemmat tekevät päätöksen kotona opiskelusta itse, oppilaalla ei enää ole oikeutta muun muassa koulukirjoihin, kouluruokailuun tai oppilashuoltoon. Kunnat voivat järjestää edellä mainitut myös näissä tapauksissa, mutta oppilaan oikeuksien ja koulunkäynnin turvaamisen kannalta on selkeämpi, että se tapahtuu koulun päätöksellä oppilaan tuen tarpeet huomioiden.

Kun siirrytään erityisiin opetusjärjestelyihin, kannattaa nimetä oppilaan koulunkäyntiä koordinoiva henkilö, joka seuraa oppilaan tilannetta ja johon oppilas ja vanhemmat voivat olla yhteydessä.

Oppilaalle kannattaa laatia lukujärjestys, johon kirjataan eri opiskelumuodot, kuten etätukiopetustunnit. On myös tärkeää suunnitella, miten oppilas saa koulutehtävät ja miten oppilaan arviointi, kouluruokailu, oppilashuolto ja koulun tapahtumiin osallistuminen järjestetään.

Muita erityisiä opetusjärjestelyjä

Erityisten opetusjärjestelyjen yksi keino on oppilaan koulupäivän lyhentäminen. Tällöin hän osallistuu vain osaan lähiopetuksesta. Mikäli oppilas osallistuu vain osaan lähiopetuksesta tai opetus järjestetään muualla kuin omassa koulussa, on huomioitava koulukuljetusten tarve. Erityisiä opetusjärjestelyjä ovat myös itsenäinen tai tuettu opetus muualla kuin koulun tiloissa ja osaamisen osoittaminen poikkeavilla tavoilla.

Hyvät käytännöt erityisissä opetusjärjestelyissä

- Huolehdi oppilaan ja vanhempien kuulemisveloitteen toteutumisesta.
- Selvitä, mitä asioita hallintopäätöksen tueksi mahdollisesti tarvittavan oppilaan lääkärintodistuksen tulee sisältää, mistä se hankitaan ja mihin se toimitetaan.
- Nimeä oppilaan koulunkäynnin järjestelyihin koordinaattori, joka seuraa oppilaan tilannetta ja johon vanhemmat voivat olla yhteydessä.
- Laadi oppilaalle lukujärjestys, johon aikataulutetaan lähiopetus, etäyhteyden kautta tapahtuva opetus ja itsenäinen opiskelu.
- Varmista, että oppilas ja vanhemmat saavat ajantasaista tietoa opetuksesta.
- Sovi vanhempien kanssa, miten esimerkiksi läksyt toimitetaan oppilaalle ja miten toimitaan oppilaan ollessa sairaana.
- Varmista, että kotona opiskelevalla oppilaalla on tarvittavat opiskeluvälineet.
- Suunnittele käytännöt oppilaan arviointiin, kouluruokailuun, opiskeluhuoltoon ja koulukuljetuksiin.
- Järjestä oppilaalle mahdollisuus osallistua koulun juhliin, välitunteihin ja kouluyhteisön tapahtumiin etäyhteyden kautta. Varmista, että oppilas saa kutsun koulun retkille.
- Varmista, että oppilas saa tarvitsemansa oppimateriaalit ja yhteys oppilashuollon palveluihin säilyy.

Koulun vaihto

Joskus ratkaisuna kokeillaan oppilaan lähikoulun vaihtamista. Kunta voi perusopetuslain (6 §) mukaan vaihtaa opetuksen järjestämispaiikkaa opetuksen järjestämiseen liittyvästä syystä.

Koulun vaihtaminen ja hyvinvointia tukevat toimet tulee suunnitella yhdessä oppilaan ja hänen vanhempiensa kanssa. Siirtymisen tukemiseksi kannattaa tehdä yhteistyötä entisen ja uuden koulun rehtorin lisäksi opettajien, oppilaanohjaajan, oppilasta avustavien työntekijöiden ja oppilashuollon toimijoiden kanssa.

Oppilaan uusi lähikoulu voi sijaita omassa tai jossain toisessa kunnassa. Kun lähikoulua vaihdetaan kunnan päätöksellä, kaikki lähikoulun oikeudet, kuten oikeus maksuttomaan koulukuljetukseen, säilyvät (POL 32 §).

Mikäli vanhempi ei ole tyytyväinen päätökseen kunnan osoittamasta lähikoulusta, voi hän hakea siihen oikaisua aluehallintovirastosta. Jos vanhempi itse hakee oppilaalle koulupaikkaa johonkin muuhun kuin kunnan osoittamaan lähikouluun, voi haettavan koulun ylläpitäjä vaatia hakuvaiheessa, että vanhempi kustantaa mahdolliset koulukuljetukset.

Hyvät käytännöt koulua vaihtaessa

- Selvitä oppilaan ja vanhempien toiveet ja tarpeet koulun vaihtoon liittyen.
- Tee hallintopäätös myös silloin, kun koulunvaihtoa kokeillaan aluksi lyhytaikaisesti.
- Järjestä tapaaminen vanhan ja uuden koulun toimijoiden kanssa, jossa suunnitellaan oppilasta tukevat käytännöt ja tilanteen seuranta.
- Mahdollista oppilaan vanhempien ja oppilashuollon edustajien tutustuminen uuteen kouluun.
- Suunnittele, kuinka uusi oppilas ryhmäytyy luokkatovereidensa kanssa. Voivatko esimerkiksi tukioppilaat auttaa oppilasta uuteen kouluun tutustumisessa?

Esimerkki: Yhden kunnan oma etäkoulu sisäilmasta oireileville oppilaille

Kunnan omassa etäkoulussa opiskelee sisäilmasta oireilevia yläkoulun oppilaita. Oppilaille on tehty päätökset erityisistä opetusjärjestelyistä, ja heille on laadittu oppimissuunnitelmat.

Ryhmälle on palkattu vastuuopettaja, joka tapaa oppilaat päivittäin parin tunnin ajan alakoulun väistötiloissa. Vastuuopettajan tehtävänä on koordinoita oppilaiden koulunkäyntiä, pitää yhteyttä aineenopettajiin ja vanhempiin sekä ohjata oppilaita aineenopettajien antamien töiden tekemisessä ja valvoa kokeet.

Oppilailla on aineenopettajien antamaa etäopetusta tehdyn lukujärjestyksen mukaan. Etäopetus toteutetaan videopuhelun välityksellä, ja läsnä ovat vain etäkoulun oppilaat ja aineenopettajat. Oppilailla on mahdollisuus ruokailuun alakoulun väistötiloissa ennen lähiopetuksen alkamista. Kouluterveydenhuollon, kuraattorin ja psykologin palvelut järjestetään alakoulun kautta.



3.4 LASTEN SOSIAALISET SUHTEET JA VAPAA-AIKA

3.4 LASTEN SOSIAALISET SUHTEET JA VAPAA-AIKA

Ratkaistaan yhdessä! -hankkeessa on haastateltu sisäilmasta oireilevia lapsia, heidän perheitään sekä ammattilaisia, jotka kohtaavat oireilevia lapsia ja nuoria.

Haastatteluista nousee esiin oireilun ja terveyshaittojen vaikutukset lapsen koulunkäyntiin, sosiaalsiin suhteisiin ja jaksamiseen. Lasten sosiaalinen elämä kaventuu oireilun ja siitä aiheutuvien poissaolojen vuoksi. Etäyhteyden kautta opiskelu tai koulun vaihto ovat haastavia tilanteita ylläpitää sosiaalisia suhteita luokkatovereihin.

Sisäilmasta oireilevat lapset kertovat yksinäisyydestä ja epävarmuudesta. On raskasta olla jatkuvasti kipeänä ja odottaa tervehtymistä. Koska sisäilmasta oireilu ei välttämättä näy päällepäin, voi kavereiden ja muiden läheisten olla vaikea ymmärtää, mistä on kyse.

Lapsen oireilu ja voinnin heikentyminen tai harrastuspaikan sisäilmaongelma voivat johtaa myös harrastuksesta poisjäämiseen. Osa sisäilmasta oireilevista saa oireita hajusteista ja hajustetuista tuotteista, kuten pyykinpesu- ja huuhteluaineiden käytöstä. Oireilu vaikeuttaa koulunkäynnin lisäksi kyläilyä ja kavereiden tapaamista.

Lapsi voi kokea erillisyyden tunnetta silloin, kun hän ei pysty osallistumaan muiden tavoin opetustilanteisiin ja harrastuksiin. Lapselle tärkeä turvallisuuden tunne saattaa heikentyä, kun ratkaisujen löytäminen ja avunsaanti pitkittyvät. On tärkeää, että aikuiset viestivät lapselle, että hän on tärkeä ja aikuiset ovat hänen tukenaan.

Tähän lukuun on koottu vinkkejä lasten sosiaalisten suhteiden tukeen ja keskustelumahdollisuuksien luomiseen. Tukea voivat antaa niin vanhemmat, opettajat, oppilashuollon toimijat, nuorisotyöntekijät, tukioppilasohjaajat kuin harrastusten ohjaajatkin.

”Luulin, ettei kukaan muista, että olen olemassa, kunnes eräs opettaja kysyi, että mitä minulle kuuluu.”

-LAPSI

Vinkkejä lasten sosiaalisten suhteiden tukemiseen

Vinkit kotiin, harrastuksiin ja vapaa-ajalle

- Kysy lapselta, mitä hänelle ja hänen kavereilleen kuuluu.
- Pohdi lapsen kanssa, miten kavereihin voi pitää yhteyttä muuttuneessa tilanteessa.
- Selvitä, onko lapsella kiinnostusta ja mahdollisuutta tavata kavereitaan ulkona välitunneilla.
- Selvitä, voiko joitain lapsen harrastuskertoja järjestää vaihtoehtoisissa tiloissa tai ulkona.
- Vähennä tuoksukuormaa luopumalla hajusteista ja muista hajustetuista tuotteista.

Vinkit kouluun

Kotona tai väistötiloissa opiskellessa

- Varmista, että väistötiloissa tai muualla opiskelevat oppilaat säilyttävät yhteyden koko kouluyhteisöön, niin oppilaisiin, opettajiin kuin muuhun koulun henkilökuntaan.
- Selvitä, onko muualta käsin opiskelevien lasten mahdollista osallistua koulun juhliin ja muihin tapahtumiin etäyhteyden kautta.

Etäyhteyden kautta opiskellessa

- Selvitä, mikä on paras videokameran asettelu opetustilanteen seuraamisen kannalta.
- Huomioi etäyhteydellä olevan oppilaan näkyminen muille oppilaille, esimerkiksi ryhmätöiden aikana.
- Huomioi etäyhteydellä opiskelevaa oppilasta erikseen oppitunnin alussa ja lopussa.
- Sovi, millä tavalla hän voi esittää kysymyksiä oppitunnin aikana.
- Teetä oppitunnilla pari- ja ryhmätöitä, joihin voi helposti osallistua etäyhteyden kautta.
- Varmista kysymyksillä, että etäyhteyden päässä oleva oppilas pystyy seuraamaan opetusta.
- Tarkista, että etäyhteyden kautta välittyvä ääni ja kuva pysyvät laadukkaina koko oppitunnin ajan.

Koulun tai luokan vaihtuessa

- Auta lasta sopeutumaan uuteen kouluunsa ja tutustumaan tiloihin.
- Suunnittele, kuinka uusi oppilas ryhmäytyy luokkatovereidensa kanssa.
- Selvitä, voivatko koulun tukioppilaat tukea koulua vaihtanutta oppilasta tervehtimällä tai juttelemalla hänen kanssaan.



Tutustu ratkaistaan yhdessä! -hankkeen materiaaleihin

Mistä sisäilmasta oireilussa on kyse? – Tukimateriaali yläkouluikäisen kanssa keskusteluun

Tukimateriaaliin on koottu tietoa huonon sisäilman syistä ja siitä, millaisia oireita se voi aiheuttaa ja mitä asialle voi silloin tehdä.

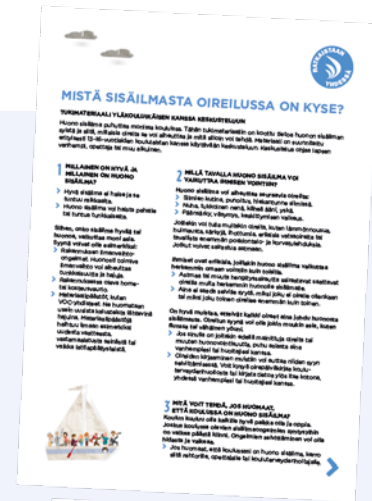
Materiaali on suunniteltu erityisesti 13-16-vuotiaiden koululaisten kanssa käytävään keskusteluun. Keskustelua ohjaa lapsen vanhempi, opettaja tai muu aikuinen.

Tehtäväkortteja tukioppilaiden koulutuksiin. Teema: Sisäilmasta oireilevan oppilaan tukeminen koulun arjessa.

Koulun sisäilmasta oireilu voi vaikuttaa koulukaverin oloon ja jaksamiseen monin tavoin. Esimerkiksi sairauspoissaolot aiheuttavat sen, ettei luokatovereita näe niin usein.

Tukioppilaat voivat tarjota tukeansa kuten muillekin oppilaille. Samalla on muistettava, että koulujen sisäilmaongelmien hoitaminen ja lasten terveydestä huolehtiminen ovat aina aikuisten vastuulla.

Lataa materiaalit osoitteesta: www.hengitysliitto.fi/ratkaistaanyhdessa ja www.mll.fi/tehtavakortit



LIITE 7: Sisäilmasta oireilevien lasten ja heidän vanhempiensa vertaisryhmien käynnistäminen

3.5 VANHEMPIEN JA KOKO PERHEEN TUEN TARPEET

3.5 VANHEMPIEN JA KOKO PERHEEN TUEN TARPEET

Tähän lukuun on koottu vanhempien kokemuksia heitä kuormittavista ja toisaalta myös kuormitusta helpottavista asioista. Luku on kirjoitettu vanhemmille sekä perheitä työssään kohtaaville sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille. Vanhemmille on koottu ohjeita lapsen tilanteen selvittämiseen ja avun hakemiseen.

Luettavuuden vuoksi käytetään lasten vanhemmista, huoltajista ja muista lasten kotiväkeen kuuluvista aikuisista termiä vanhemmat.

Luvun kokemukset on koottu Ratkaistaan yhdessä! -hankkeen valtakunnallisesta kyselystä sekä vanhempien ja koulujen ja kuntien työntekijöiden haastatteluista. Lisäksi luvussa on hyödynnetty Mannerheimin Lastensuojeluliiton Vanhemman ääni -kyselyn (2019) tuloksia. Kyselyn tuloksissa nousi esiin lapsen sisäilmasta oireilun mukanaan tuoma kuormitus.

Vanhemmat ovat huolissaan lapsensa terveydestä ja tulevaisuudesta

Vanhemmat toivovat, että lapsi saa olla terveenä ja että joku ottaa lapsen terveydentilan selvittämisen ja seurannan asiakseen.

Joskus lapsi joutuu olemaan oireilunsa vuoksi paljon pois oman luokkansa ryhmäopetuksesta. Hankkeen keräämän tiedon mukaan vanhemmat kokevat uusien koulunkäynnin järjestelyjen jättävän lapsen yksin ilman ikä- tai luokkatovereidensa seuraa ja yhteisiä jaettuja kokemuksia.

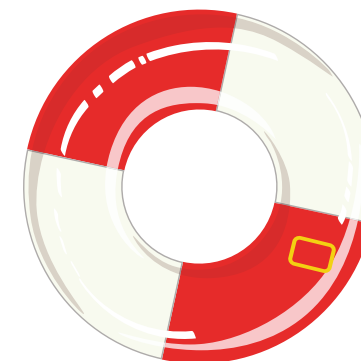
Vanhemmat tarvitsevat tietoa siitä, keneltä he saavat apua missäkin tilanteessa ja mikä on toimenpiteiden aikataulu. Koulun sisäilma-asioista kaivataan avointa ja ajantasaista tietoa sekä mahdollisuutta olla mukana ratkaisujen etsimisessä.

”Hallinnan tunne palasi. Enää lapsemme ei ole ongelma, vaan hänellä on erityistarpeita, jotka osataan kuulla ja ottaa huomioon”

-VANHEMPI

”Kun kohtaat vanhemman, joka ottaa yhteyttä, keskity ensin juuri siihen sisäilma-asiaan. Sen jälkeen kartoittakaa muut tuen tarpeet. Näin vältetään ohittaminen.”

-REHTORI



Kohtaamisissa ja kuulluksi tulemisessa on haasteita

Lapsen oireiden vähättely ja todistamisen taakka mainitaan kuormittaviksi tekijöiksi. Vanhemmat kuvaavat jääneensä haastavassa tilanteessa yksin, vaikka he hakevat apua terveydenhuollosta ja sosiaalipalvelusta.

Vanhemmat toivovat, että kohtaamiset koulun henkilökunnan ja muiden toimijoiden kanssa ovat ymmärtäväisiä ja vastavuoroisia.

Tapaamisissa on tärkeää keskustella ensin vanhempien esille nostamasta sisäilmateemasta. Näin voidaan vahvistaa kuulluksi tuleamista. Vanhemmat kertovat, että jos keskustelua laajennetaan liian nopeasti, he voivat kokea itsensä sivuutetuiksi. Taustalla on usein epäuskon kohtaamisen ja ohittamisen kokemuksia.

Vanhemmat kertovat tarpeistaan perheen ulkopuolisiin keskustelumahdollisuuksiin. Tunteiden sanoittaminen helpottaa vaikeassa tilanteessa. Myös lapsen saama keskusteluapu helpottaa välillisesti vanhempien kuormitusta.

Kotiarjen pyörittäminen voi muuttua kuormittavaksi

Toisinaan sisäilmasta oireilevan lapsen koulunkäynnin järjestelyissä päädytään ratkaisuun, jossa lapsi siirtyy väliaikaisesti käymään koulua kotona. Tällöin vanhempi saattaa jäädä pois työstä voidakseen huolehtia lapsestaan ja tämän opetuksesta.

Työstä poisjäänti voi aiheuttaa perheelle tarvetta taloudelliseen apuun. Osa vanhemmista tuo esille tarpeensa väliaikaiseen kotiapuun.

Lapsen oireilu voi tuoda vanhemmuuteen uudenlaisia, kohtuuttomilta tuntuvia haasteita ja vastuita. Oman lapsen hyvinvoinnin turvaamiseksi vanhempi saattaa joutua omaksumaan moniosaajan roolin. Tämän roolin puitteissa hän toimii koulunkäynnin ohjaajana, edunvalvojana, psykologina, sisäilma-aktiivina sekä vaatteiden ja paikkojen puhdistajana.

Vanhemmat toivovat selkeyttä, aikataulutusta sekä johdonmukaisuutta opetuksen ja koulunkäynnin järjestelyihin.

Jotta vanhemmat pystyvät tukemaan lapsiaan tarvittavalla tavalla, tarvitsevat he helpotusta omaan taakkaansa. Vanhempien keskinäinen vertaistuki nimettiin hankkeen kyselyssä henkisen jaksamisen keskeiseksi tukipilariksi.

Tilanne on vaikea koko perheelle

Lapsen sisäilmasta oireilu vaikuttaa moniin elämän osa-alueisiin, joten sillä voi olla vaikutuksia koko perheen hyvinvointiin. Vanhemmilla voi olla vaikeuksia löytää yhteistä näkemystä siitä, miten oireilevan lapsen asioissa on parasta edetä.

Oireilevan lapsen sisarukset voivat kokea jäävänsä vaille huomiota tai pelätä, että he myös he alkavat oireilla ja kokea samanlaisia vaikeuksia.

Vanhemmat kaipaavat apua siihen, kuinka puhua asiasta niin oireilevan lapsen ja muiden perheenjäsenten kanssa. Sanoitusta kaivataan myös lähipiirin kanssa käytäviin keskusteluihin.

Oireiden moninaisuus ja yksilöllisyys voivat vaikeuttaa tilanteen ymmärtämistä lähipiirissä. Sisäilmasta oireilulla voi olla perheitä eristävä vaikutus.

Jos lapsen tilanteen selvittäminen pitkittyy, on hyvä kartoittaa tuen tarpeita myös vanhempien parisuhteen ja koko perheen kannalta. Hyvä vuorovaikutus ja jaettu ymmärrys tilanteesta ja sen synnyttämistä tunteista auttavat perhettä pysymään samalla puolella vaikeassa tilanteessa.

Pitkittyessään tilanteet voivat kriisiytyä

Sisäilmasta oireilusta voi muodostua vanhempien ja koko perheen voimavaroja kuluttava tilanne, jossa vanhempi joutuu pohtimaan, miten hän itse jaksaa ja miten tästä selviydytään.

Vanhemmat voivat joutua tasapainoilemaan eri vastuiden hoitamisen kanssa ilman riittävää tukiverkkoa. Elämänmuutosta voi olla vaikea käsitellä yksin.

Osa ihmisistä selviytyy erilaisista vaikeuksista omin avuin. Jotkut tilanteet ovat kuitenkin niin rankkoja ja pitkäkestoisia, etteivät omat eivätkä läheisten voimavarat riitä. Lisäapua kannattaa hakea koulun oppilashuollosta, kunnan perhekeskuksesta ja sosiaali- tai kriisipäivystyksestä.

Vanhempien kuormitusta helpottavat seuraavat asiat:

- Koulun sisäilmatilanteesta on saatavilla selkeää ja ajantasaista tietoa.
- Vanhemmilla on mahdollisuus esittää sisäilmatilaisuuksissa kysymyksiä ja olla mukana ratkaisujen etsimisessä.
- Lapsen terveydentilan selvittämiseen ja koulunkäynnin järjestelyihin on nimetty yhteyshenkilöt, joiden kanssa asiaa voi selvittää ja seurata.
- Kohtaamiset koulun henkilökunnan ja muiden eri toimijoiden kanssa ovat kiireettömiä ja keskustelevia.
- Vanhemmille tarjotaan tukea heidän esille tuomiinsa tarpeisiin.
- Vanhemmat saavat positiivista palautetta vanhemmuudestaan.
- Lapsen kaverisuhteista huolehditaan yhdessä lapsen kavereiden vanhempien kesken erityisesti tilanteissa, joissa sisäilmasta oireileva lapsi joutuu olemaan poissa koulusta tai opetuksesta.
- Perheen läheiset osoittavat ymmärrystä ja auttavat perheen arjessa.
- Samassa tilanteessa olevat vanhemmat tarjoavat vertaistukea toisilleen.

LIITE 8: Askelmerkkejä vanhemmille lapsen ja koko perheen tukeen



LASTEN JA VANHEMPIEN VERTAISTUKI

Mitä vertaistuki on

Vertaistuki on omien kokemusten kertomista ja toisen kuulemista, tunteiden ilmaisemista ja niiden käsittelemistä sekä toisten kokemuksista oppimista ja uusien selviytymiskeinojen löytämistä.

Vertaistoiminnassa ihmiset, joita yhdistää sama elämäntilanne, kokemus tai ongelma, kohtaavat ja jakavat ajatuksiaan, tunteitaan ja kokemuksiaan toistensa kanssa. Vertaistoiminta perustuu yhteenkuuluvuuden tunteeseen, yhteisöllisyyteen ja kunnioittavaan kohtaamiseen.

Vertaistoiminta eheyttää ja tukee jaksamista. Vertaistuen avulla voidaan löytää ratkaisuja ja selviytymiskeinoja yhdessä. Vertaistoiminta ei korvaa ammattilaisten tarjoamaa apua ja tukea.

Sisäilmasta oireilevien lasten ja heidän vanhempiensa vertaistuki

Joskus lapsi joutuu olemaan oireilunsa vuoksi paljon pois oman luokkansa ryhmäopetuksesta ja harrastuksista. Koska sisäilmasta oireilu ei välttämättä näy päällepäin, voi kavereiden ja muiden läheisten olla vaikea ymmärtää, mistä on kyse.

Kouluyhteisöön kiinnittymisen ja harrastamisen tukemisen rinnalla voi selvittää, haluaako lapsi viettää aikaa ja jakaa kokemuksiaan vertaisten kanssa. Myös vanhemmilla voi olla tarve keskustella asiasta muiden samassa tilanteessa olevien vanhempien kanssa.

Kuulluksi tuleminen on monelle sisäilmasta oireilevalle tai hänen läheiselleen tärkeää, koska tukea ja apua voi olla vaikea saada. Parhaimmillaan kokemusten vaihto auttaa jäsentämään asiaa ja luo toivoa.

Kokemuksia Ratkaistaan yhdessä! -hankkeen vertaisryhmistä

Lasten vertaisryhmät tuovat toivoa

Ratkaistaan yhdessä! -hankkeessa järjestettiin vertaisryhmiä lapsille, joille sisäilmaongelmat olivat aiheuttaneet haasteita koulunkäyntiin ja kaverisuhteisiin. Vertaisryhmän tarkoituksena oli tarjota turvallinen paikka kokemusten jakamiselle. Tapaamisissa lapset ja ohjaaja pohtivat yhdessä, mikä auttaa silloin, kun on hankalaa, mistä on mahdollista löytää voimavaroja ja miten selvitä oireilun kanssa.

Vertaisryhmä kokoontui kaikille osallistujille sopivassa tilassa. Lasten vertaisryhmän ohjaaminen vaatii suunnitelmallisuutta ja hankkeessa ohjaajaksi päätettiin rekrytoida hankkeen toimesta erityisnuorisotyöntekijä. Lasten vertaisryhmät järjestettiin kasvokkaisina tapaamisina. Toisiin tutustuminen ja luottamuksen rakentaminen on näin helpompaa ja samalla vältetään etäyhteyden välityksellä toimimisen yksityisyyden suojan ja tietosuojan haasteet.

Lapset kokivat vertaisryhmän tärkeäksi tuen muodoksi haastavan kouluarjen keskellä. Vertaisryhmän kerrottiin tarjonnan henkistä virkistäytymistä ja vähentäneen ahdistusta. Ryhmään kuulumisen kokemus kasvoi, osa kertoi saaneensa jopa uusia ystäviä.

Vanhempien vertaisryhmät auttavat jaksamaan arjessa

Ratkaistaan yhdessä! -hankkeessa järjestettiin vertaisryhmiä vanhemmille, joiden lapsi tai lapset oireilivat sisäilmasta. Vertaisryhmän tarkoituksena oli tarjota vanhemmille mahdollisuus keskusteluun toisen samassa tilanteessa olevan tai olleen vertaisen kanssa. Tapaamisissa keskusteltiin lasten koulunkäynnin tukemiseen, sosiaalisten suhteiden ylläpitoon ja vanhempien jaksamiseen liittyvistä asioista.

Vertaisryhmiä järjestettiin kasvokkain kohtaamisina sekä verkkovälitteisesti. Kasvokkain kohdannut ryhmä kokoontui kaikille osallistujille sopivassa tilassa.

Vanhempien kohdalla myös verkossa tapahtuva vertaistoiminta koettiin onnistuneeksi. Kynnys osallistua oli matala, eikä siirtyminen kohtaamispaikalle vienyt aikaa. Ryhmien ohjaajina toimivat vanhemmat itse.

Vanhemmat kertoivat vertaisryhmän vahvistaneen heidän osallisuuden tunnettaan ja lisänneen arjessa jaksamista. Osa kertoi ryhmään osallistumisella olleen positiivista vaikutusta heidän parisuhteeseensa. Vertaisryhmästä sai myös tietoa sisäilma-asioista ja omiin tarpeisiin soveltuvista palveluista.

 **LIITE 7:**
Sisäilmasta oireilevien lasten ja heidän vanhempiensa vertaisryhmien käynnistäminen

LIITTEET

LIITE 1:

YHTEISTYÖLLÄ ETEENPÄIN! -RATKAISUTYÖPAJAT

Yhteistyöllä eteenpäin! -ratkaisutyöpaja on valmis työskentelymuoto, jonka voit ottaa käyttöön omassa koulussasi tai kunnassasi, kun sisäilma-asiat tuottavat huolta ja kuormitusta.

Se on luottamusta ja yhteistyötä vahvistava foorumi koulun, kunnan työntekijöiden ja vanhempien kohtaamiselle. Tuloksena syntyy isoja tai pieniä ratkaisuja sisäilmasta oireilevien lasten tueksi. Lähtökohtana on aina oman koulusi tai kuntasi ajankohtainen tilanne.

Parhaimmillaan tuloksena syntyy prosessi, jossa lasten hyvinvointi paranee, vanhempien huoli helpottaa ja koulun tai kunnan työntekijöiden arki sisäilmaongelmien äärellä helpottuu.

Mitä ja kenelle?

- Ratkaisutyöpajassa vanhemmat ja koulun tai kunnan edustajat kokoontuvat etukäteen valmistellun työskentelyn äärelle etsimään lasten hyvinvointia tukevia ratkaisuja.
- Työpajalla on aina yhteisesti valittu teema ja ennalta määritelty, selkeä tavoite.
- Työpajan voi järjestää kunta, koulu tai vanhempainyhdistys – tai nämä kaikki yhdessä. Ohjaajana voi toimia tehtävään sopiva koulun tai kunnan edustaja, vanhempi tai ulkopuolelta pyydetty henkilö.
- Työpajan kesto on tavallisesti 2–3 tuntia. Sopiva osallistujamäärä on 5–12 henkilöä.
- Työpaja voidaan järjestää myös esimerkiksi vanhempainillan, koulun johtokunnan tai sisäilmatyöryhmän kokouksen yhteydessä. Mallia voi soveltaa myös isommille ryhmille.
- Työpajoissa ei käsitellä yksittäisten oppilaiden tai perheiden asioita, vaan lisätään yhteistä ymmärrystä ja etsitään hyviä käytäntöjä, jotka voisivat helpottaa arkea.
- Työpajassa sovitaan aina yhdessä jatkotyöskentelystä ja etenemistavoista.
- Valmis työpajarunko tukee työskentelyä ja Yhteistyöllä eteenpäin! -julkaisun vinkit ja hyvät käytännöt auttavat kohti konkreettisten, oman koulun tilanteeseen sopivien ratkaisujen löytämistä.

Näin järjestät ratkaisutyöpajan

Valmistelut

- › Selvitä, keitä kaikkia asia koskettaa ja millaisia tarpeita heillä on asiassa.
- › Kokoa ydinryhmä valmistelemaan ratkaisutyöpajaa.
- › Tarkenna teema ja tavoite. Pohdi esimerkiksi, onko tavoitteena kuulla eri osapuolia kokonaiskuvan hahmottamiseksi vai etsiä jo ratkaisua johonkin konkreettiseen asiaan.
- › Kokoa taustatietoa ja -materiaalia, josta voi olla hyötyä ratkaisutyöpajassa.
- › Nimeä osallistujat, ohjaaja ja kirjuri.
- › Suunnittele tilaisuuden kulku, alustukset ja työskentelytavat.
- › Varaa aika, paikka ja mahdolliset tarjoilut.
- › Lähetä kutsut.

Ratkaisutyöpaja

Aloitustilaisuus ja esittäytymiskierros

- › Toivota kaikki tervetulleeksi.
- › Esittele tilaisuuden ohjelma ja aikataulu.
- › Kertaa, kuinka ratkaisutyöpajaidea syntyi ja mikä on tilaisuuden tavoite.
- › Esittele työskentelytavat, esimerkiksi puheenvuorojen jakaminen ja rakentavan keskustelun pelisäännöt.
- › Järjestä esittäytymiskierros. Kierroksen yhteydessä jokainen voi kertoa, missä roolissa hän on paikalla ja millä tavalla ratkaisutyöpajan teema näyttäytyy juuri hänelle.
- › Ota talteen kierroksella esiin tulleet kysymykset ja huomiot, joihin voitte palata ratkaisutyöpajatyöskentelyn aikana tai sen jälkeen.

Työskentely ja yhteenveto

- › Viritä osallistujia teemaan alustuksien ja kootun taustatiedon avulla.
- › Hyödynnä työskentelyssä Yhteistyöllä eteenpäin! -julkaisuun koottuja teemakohtaisia vinkkejä, hyviä käytäntöjä ja palvelupolkukuvauksia.
- › Esitä osallistujille ratkaisutyöpajan tavoitteen mukaiset keskustelukysymykset tai tehtävät.
- › Jaa osallistujat tarvittaessa pienempiin ryhmiin.
- › Jäsentäkää keskustelua eri otsikoiden alle nähtäville, esimerkiksi seuraavasti: 1. Mikä toimii jo nyt? 2. Mitä tulee kehittää? 3. Millaisia ratkaisuehdotuksia löytyy?
- › Tee yhteenveto käydystä keskustelusta.

Jatkosta sopiminen ja lopetus

- › Sovi jatkotoimien aikataulusta ja vastuuhenkilöistä.
- › Varaa tarvittaessa seuraavan ratkaisutyöpajan ajankohta.
- › Sovi, miten ja missä ratkaisutyöpajasta ja sen tuloksista viestitään.
- › Kertaa, milloin ja miten teemaan liittyvien asioiden etenemistä seurataan.
- › Kerää palautetta tilaisuudesta.
- › Kiitä järjestäjiä ja osallistujia.

Jatkotoimet

- › Kokoa ratkaisutyöpajan tulokset.
- › Lähetä materiaalit osallistujille sovitusti.
- › Kerää palautetta.
- › Järjestä tarvittaessa uusi ratkaisutyöpaja.
- › Viesti ratkaisutyöpajan tuloksista ja asiassa etenemisestä.
- › Seuraa ja arvioi jatkotoimia.



LIITE 2:

VIESTINNÄN SUUNNITTELU KOULUJEN SISÄILMATILANTEISSA

VIESTINTÄSUUNNITELMA	HUOMIOI OPPILAIDEN JA VANHEMPIEN NÄKÖKULMA
<input type="checkbox"/> Kirkasta viestinnän tavoite. Mitä oman koulusi tilanteessa erityisesti tarvitaan? Mitä vaikutuksia viestinnän pitäisi tuottaa?	Tavoitetila: Luottamus vahvistuu, kaikki saavat tarvitsemansa tiedon oikeaan aikaan, perheiden huoliin vastataan, tilanne näyttäytyy selkeältä ja ratkaistavalta.
<input type="checkbox"/> Listaa kaikki olennaiset viestinnän kohderyhmät. Ketkä kaikki tarvitsevat tietoa tilanteesta? Keihin kaikkiin tilanne vaikuttaa?	Kohderyhmiä: Oireilevien lasten vanhemmat, kaikkien oppilaiden vanhemmat ja huoltajat, koulun henkilökunta, oppilashuolto, koulua harrastuksissa käyttävät, teknisen toimen edustajat, paikallismedia, kaikki kuntalaiset...
<input type="checkbox"/> Määrittele viestinnän sisällöt kohderyhmäkohtaisesti. Pohdi, mitä tietoa kukin ryhmä erityisesti tarvitsee oman tilanteensa näkökulmasta. Mitkä asiat ovat tärkeitä, jotta he voivat suunnitella arkeaan ja työtään eteenpäin vaikeassakin tilanteessa?	Oireilevien lasten vanhemmat: Esimerkiksi tietoa oman lapsen terveydentilan selvittämisestä, koulunkäynnin järjestelyistä ja kiinteistön tilanteesta, mieluiten mahdollisimman ajantasaisesti. Yhteyshenkilöt, joihin olla yhteydessä eri asioissa. Koulun henkilöstö: Esimerkiksi tieto tulevista korjauksien aikatauluista, tieto koulun toimintatavoista oireilevien oppilaiden koulunkäynnin järjestelyissä, tieto menettelytavoista, jos havaitsee sisäilmaongelmia tai oma terveys huolettaa.
<input type="checkbox"/> Kirjaa ylös, millaista viestinnän sävyä tai tyyliä sisäilmaviestinnässänne tavoitellaan. Pohdi, millainen sävy tukee parhaiten tavoitteiden toteutumista ja vastaa viestin vastaanottajien tarpeisiin.	Jos tavoitteena on vahvistaa luottamusta, viestinnän on hyvä olla avointa, selkeää ja inhimillistä. Vältä vaikeasti avautuvaa tekniikan ja hallinnon kieltä. Puhu ihmisille ja ota huolet huomioon!
<input type="checkbox"/> Määrittele viestintäkanavat, joilla tavoitat kunkin kohderyhmän ja saat viestisi sujuvasti perille. Hyödynnä välineitä ja kanavia, joita kohderyhmä muutenkin käyttää arjessaan ja jotka ovat käyttäjille jo ennestään tuttuja.	Esimerkiksi kaikki vanhemmat ja huoltajat: koulun verkkosivut, oppilashallintojärjestelmä, tiedotteet, vanhempainillat ja sisäilma-infot, koulun some-kanavat tilanteen mukaan
<input type="checkbox"/> Kirjaa sisäilmaviestinnälle selkeät vastuut ja työnjaot. Kuka johtaa, suunnittelee ja kehittää viestintää? Kuka muotoilee viestit? Kuka huolehtii kunkin kohderyhmän tavoittamisesta yhteisen suunnitelman mukaan sovitussa kanavissa? Miten toimitaan äkillisissä tai yllättävissä tilanteissa?	Mikä on muun muassa koulun rehtorin, opettajien, oppilashuollon, sivistystoimen, sisäilmatyöryhmän, kiinteistön tutkineen tahon, kunnan viestinnän ja vanhempaintoimijoiden rooli kokonaisuudessa?
<input type="checkbox"/> Aikatauluta viestintätoimet selkeästi. Tee viestinnän toimenpiteitä varten viikko- tai kuukausikohtainen suunnitelma esimerkiksi puoleksi vuodeksi kerrallaan. Muista miettiä prosessia eteenpäin ja ennakoita tulevia viestintätarpeita riittävän varhaisessa vaiheessa!	Viesti säännöllisesti, vaikka ei olisikaan uutta tiedotettavaa ja tiedotettavat asiat tuntuisivat itsestään selviltä. Tämä kaikki vähentää epä tietoisuutta, väärinkäsityksiä ja erillisiä tiedusteluja.

LIITE 3:

SISÄILMAVIESTINNÄN KOHDERYHMÄKARTTA

Mitä kohderyhmä tarvitsee meiltä? Millaisella viestinnällä pääsemme parhaiten tavoitteisiin?

KOHDE- RYHMÄ	Viestinnän tavoite?	Mitä asioita pitää viestiä? Mitä tietoa tarvitsee?	Mikä tärkeää viestin sävyssä?	Miten tavoitam- me kohde- ryhmän? (Välineet/kana- vat/käytännöt)	Milloin/miten usein tietoa tarvitaan?	Vastuu- henkilö(t)

LIITE 4:

VANHEMPAINTOIMIJOIDEN YHTEISEN VIESTIN LAATIMINEN

Yhteisen vaikuttamistyön tueksi voi laatia vanhempaintoimijoiden yhteisen tiedotteen, aloitteen tai kannanoton. Tekstin kannattaa olla tiivis ja hallittava kokonaisuus, jotta lukijoiden on helpompi saada sen viestistä kiinni. Tähän työkaluun on koottu apukysymyksiä ja vinkkejä kirjoittamisen tueksi.

Vietin tavoite ja kohderyhmä

- Mikä taho on viestin takana? Vanhempainyhdistys tai muu vanhempien ryhmä?
- Mikä on yhteisen viestin tavoite?
- Onko kyseessä esimerkiksi tiedote, kannanotto, aloite, mielipidekirjoitus vai viesti sisäilmatyöryhmään?
- Keille kaikille viesti on suunnattu?
- Kuka tai ketkä toimivat yhteyshenkilöinä ja vastaavat kysymyksiin?
- Milloin julkaistaan? Miten ja millä aikavälillä viestiä on tarkoitus levittää?

Kuvaus koulun tilanteesta ja sen vaikutuksista perheisiin

- Millainen on koulun sisäilmatilanne nyt?
- Miten se vaikuttaa lasten koulunkäyntiin ja hyvinvointiin? Entä perheiden arkeen? Huomioitthän, että lasten oireilua tulee kuvata usein vain yleisellä tasolla yksityisyyden suojaamiseksi.

Ratkaisuehdotukset ja yhteistyön tarjous

- Mihin asioihin on saatava ratkaisu kiireesti?
- Mitä toivotte ja ehdotatte ratkaisuksi? Kirjatkaa ylös mahdollisimman konkreettisia ehdotuksia. Ehdotuksia voivat olla esimerkiksi yhteinen sisäilmailta, sisäilmakyselyn teettäminen, vanhempien edustus koulun sisäilmatyöryhmään tai väistötilat.
- Mitkä asiat ovat pidemmällä aikavälillä kehitettäviä? Missä asioissa on jo onnistuttu?
- Millaista apua ja yhteistyötä te vanheppina voitte tarjota asian edistämiseksi? Voitteko tarjota esimerkiksi apua tiedottamiseen tai yhteistyötapaamista?

Yhteenveto

- Tarkista lopuksi, onko perusviesti riittävän tiivis ja sisältö helposti hahmotettavissa.
- Kertaa tärkeimmät toiveenne lyhyesti.
- Liitä mukaan yhteyshenkilöidenne yhteystiedot sopimallanne tavalla.

LIITE 5:

KOULUN IRTAIMISTON PUHDISTAMINEN KOSTEUS- JA HOMEVAURION JÄLKEEN

Sisäilmaongelmaisen koulun irtaimisto tulee arvioida ja puhdistaa huolellisesti ennen kuin sitä siirretään toisiin tiloihin.

Hyvin laadittu puhdistusohje helpottaa prosessia. Ohjeeseen kannattaa kirjata toimintatavat erilaisten tavaroiden ja materiaalien osalta sekä vastuutahot ja yhteistyö eri toimijoiden kesken.

Usein kunnan tila- ja siivouspalvelut suunnittelevat puhdistustoimet yhteistyössä koulun rehtorin kanssa.

Irtaimiston puhdistaminen ja siinä onnistuminen pohdituttaa niin lasten vanhempia kuin koulun henkilökuntaa. Kiinteistön käyttäjille kannattaa viestiä toimista ajantasaisesti ja ottaa heidät mukaan prosessiin.

Alle on listattu kosteus- ja homevaurioisen irtaimiston puhdistamisen pääperiaatteita. Lista on laadittu Hengitysliiton asiantuntijoiden toimesta ympäristöministeriön hometalkoot.fi-hankkeen ohjeen pohjalta.

Irtaimiston hävittäminen

- Hävitä tavarat, joissa on näkyvää homekasvustoa tai homeenhajua. Älä myy tai anna niitä eteenpäin.
- Hävitä tavarat, jotka haisevat poikkeavalle tai aiheuttavat oireita vielä puhdistuksen jälkeen ja joita et voi säilyttää erillisessä tilassa.
- Kysy tarvittaessa neuvoa kunnan terveydensuojeluviranomaiselta.

Irtaimiston puhdistaminen

- Puhdista tavarat paikassa, jossa epäpuhtauksia sisältävä pöly ei pääse leviämään muille pinnoille.
- Pyyhi kovapintaiset tavarat yleispuhdistusaineella. Noudata tavaroiden omia puhdistusohjeita.
- Imuroi imuroitavissa olevat tavarat huolellisesti HEPA-suodattimella varustetulla imurilla.
- Pese pestävissä olevat tavarat. Noudata tavaroiden omia puhdistusohjeita.

- Pese tekstiilit, kuten verhot, matot ja kankaiset oppimateriaalit mahdollisimman korkeassa lämpötilassa, kuitenkin vähintään 60 asteessa. Huomioi tekstiilien omat pesuohjeet.
- Uusi huonekasvit tai vaihda vähintään mullat.
- Kopioi, skanna, laminoi tai varastoi talteen säilytettävät paperit. Huomioi, että home- tai kosteusvaurioituneita papereita ja kirjoja on mahdotonta puhdistaa.
- Käytä tarvittaessa asiantuntevan tahon apua.
 - Tietotekniset laitteet, kodinkoneet ja muut elektroniset laitteet: Pyyhi pölyt laitteista ja niiden kansista ja koteloista. Jätä varsinainen puhdistaminen asiantuntevan tahon tehtäväksi. Kysy neuvoa elektronisia laitteita huoltavista liikkeistä.
 - Soittimet: Pyyhi pölyt soittimista ja niiden koteloista. Kysy neuvoa soittimia huoltavista liikkeistä.
 - Taulut: Kysy neuvoa taulujen konservointia tekevistä liikkeistä.
 - Täytetyt eläimet: Kysy neuvoa eläinten konservointia tekevistä liikkeistä.

Varastoiminen

- Varastoi tärkeät ja vaikeasti puhdistettavat tavarat, kuten alkuperäiset asiakirjat, valokuvat, kirjat ja taulut varastoon tai muuhun ilmanvaihdoltaan erilliseen tilaan, jossa ei jatkuvasti oleskella.
- Ota puhdistettuja tavaroita käyttöön vähitellen, jotta voit helpommin selvittää, aiheuttavatko ne oireilua.

Vältä seuraavia toimia:

- Vältä puhdistuksessa pesuaineita, jotka sisältävät biosidejä, kuten PHMG:tä. Ne aiheuttavat terveyshaittoja. Myös desinfiointiaineet ja otsoni luokitellaan biosideihin.
 - Käytä desinfiointiaineita vain viemärivereden saastuttamiin tiloihin. Tarkista aineen soveltuvuus eri pinnoille ja noudata käyttöohjeita.
 - Älä käytä otsonointia kosteus- ja homevaurioiden puhdistamiseen. Se ei puhdistu tehokkaasti. Se haurastuttaa useita materiaaleja ja on terveydelle haitallista.
- Älä yritä puhdistaa tavaroita pakastamalla. Se ei tuhoa mikrobeja.
- Älä yritä puhdistaa tavaroita kuumentamalla. Monet tavarat eivät kestä kuumuutta, ja ne voivat sulaa. Lämpö voi myös lisätä tavaroiden materiaalipäästöjä, kuten VOC-päästöjä. VOC tarkoittaa haihtuvaa orgaanista yhdistettä.



LIITE 6:

LAPSEN KOHTAAMINEN JA TILANTEEN KARTOITTAMINEN

Tähän on koottu vinkkejä lapsen kohtaamiseen ja tilanteen kartoittamiseen, kun lapsi kertoo sisäilmasta oireilusta tai koulussa on havaittu sisäilmaongelma. Osa vinkeistä sopii kaikille aikuisille, niin kotiin kuin kouluun. Osa on kirjoitettu enemmän oppilashuollon toimijoiden näkökulmasta.

Vinkit on koottu lapsia, vanhempia ja oppilashuollon toimijoita haastatteleamalla. Tilanteet ovat hankalia, ja monet perheet kertovat kohdanneensa epäuskoa ja ihmettelyä asiasta kertoessaan. Tämän vuoksi he toivovat erityisen kiireettömiä ja kuuntelevia kohtaamisia ammattilaisten kanssa. Tuen ja toivon antamista arvostetaan.

Pysähdy

Lapsi saattaa kertoa huonovointisuudestaan ohimennen arkisessa tilanteessa.

- Kohtaa lapsi tavallisesti arjessa, pysähdy ja tervehdi.
- Kysy mitä lapselle kuuluu ja kerro, että kanssasi voi jutella, jos jokin asia mietityttää.
- Kuuntele, kertooko lapsi jotain voinnistaan. Lapsi saattaa kertoa esimerkiksi, että hänen on vaikea keskittyä opiskeluun koulussa tai että hän jää usein kotiin huonovointisuuden vuoksi.
- Kerro, että on hienoa, että lapsi pystyi kertomaan sinulle asioistaan ja huolistaan.
- Muistuta, että lapsi voi aina tulla uudelleen juttelemaan kanssasi.

Kuuntele

Lapset ja vanhemmat toivovat usein, että heillä olisi mahdollisuus kertoa ensin rauhassa ja omin sanoin sisäilma-asiasta.

- Varaa lapsen kohtaamiseen ja asian selvittämiseen aikaa.
- Osoita, että kiinnostunut lapsen kertomasta. Voit sanoa esimerkiksi ”kuulostaa ikävältä” ja ”pohditaan ratkaisuja yhdessä”.
- Keskustele aluksi sisäilma-asiasta, jos lapsi tai vanhempi aloittaa sillä keskustelun.
- Peilaa lapsen kertomaa. Voit sanoa esimerkiksi ”kuulinko oikein, kun sanoit...”
- Kysy, mitä lapsi itse toivoisi tapahtuvan ja miten voit auttaa.

Kartoita tilannetta

Voit kartoittaa lapsen tilannetta esimerkiksi näillä kysymyksillä:

- Kerro lisää voinnistasi ja oireilustasi. Kuinka kauan sitä on ollut?
- Oletko käynyt kouluterveydenhoitajalla tai lääkärissä? Mitä siellä sanottiin?
- Oletko jutellut tästä tilanteesta kotona?
- Mitä sinulle muuten kuuluu?
- Tapaatko kavereitasi tai pidättekö muuten yhteyttä?
- Kuinka koulunkäyntisi sujuu?

Auta ja anna toivoa

Lapset ja vanhemmat kertovat usein yksin jäämisen tunteesta.

- Kerro, että on aikuisten tehtävä huolehtia lapsesta ja hänen hyvinvoinnistaan.
- Kerro, että moni on selvinnyt haastavastakin tilanteista eteenpäin.
- Kerro, missä asioissa voit auttaa ja miten edetään yhdessä eteenpäin.
- Ohjeista, mitä tulee tehdä, jos tarjotusta avusta ei ole apua tai lapsen vointi huononee.

Ohjaa eteenpäin

Lapsen kertoessa oireilusta tulee tämän saada apua terveydentilansa selvittämiseen ja mahdollisesti koulunkäynnin järjestelyihin. Myös muun tuen tarve kannattaa selvittää.

- Ohjaa lapsi kouluterveydenhoitajalle tai lääkäriin.
- Ota yhteyttä lapsen perheeseen ja kerro koulun toimintamallista sisäilmasta oireilua epäillessä.
- Ota yhteyttä rehtoriin ja opettajiin koulunkäynnin järjestelyistä.
- Selvitä vanhempien ja koko perheen tuen tarpeet.
- Ota yhteyttä oppilashuollon edustajiin lapsen ja perheen tuen suunnittelua varten.

Seuraa tilannetta

Perheitä helpottaa, kun he tietävät, mitä tapahtuu seuraavaksi ja keneen voi olla yhteydessä tilanteen selvittämisen ja seurannan aikana.

- Varmista, että lapsi saa apua.
- Sovi, kuinka tieto kulkee lapsen, kodin ja eri toimijoiden välillä.
- Nimeä yhteyshenkilö, joka seuraa tilannetta.
- Sovi, milloin tapaatte seuraavan kerran ja milloin tilannetta arvioidaan uudelleen.

LIITE 7:

SISÄILMASTA OIREILEVIEN LASTEN JA HEIDÄN VANHEMPIENSA VERTAISRYHMIEN KÄYNNISTÄMINEN

Vertaistuki on omien kokemusten kertomista ja toisen kuulemista, tunteiden ilmaisemista ja niiden käsittelemistä sekä toisten kokemuksista oppimista ja uusien selviytymiskeinojen löytämistä.

Erlaisia vertaisryhmiä voi käytännössä perustaa kuka vain. Taustalla on kuitenkin usein jokin taho, kuten vanhempien oma tuttu porukka, vanhempainyhdistys, järjestö tai vaikka kunnan perhe- ja sosiaalipalvelut.

Vanhempien ryhmissä vertaisohjaajana toimii joku vanhemmista tai taustatahon osoittama työntekijä. Lasten vertaisryhmien ohjaajalla kannattaa olla osaamista sosiaali-, nuoriso- tai kasvatusalalta ja kokemusta ryhmien ohjaamisesta. Vertaisohjaajakoulutuksia tarjoaa muun muassa Hengitysliitto ry.

Sisäilmasta oireilevien lasten ja heidän vanhempiensa vertaisryhmät tulee järjestää erikseen, jotta perheen aikuiset voivat puhua omista kokemuksistaan vapaasti kuormittamatta lapsia. Samalla lapsilla on paremmat mahdollisuudet tulla kuulluksi omien vertaistensa kesken.

Vertaisryhmän käynnistäminen

- Kartoittakaa vertaistuen tarpeita ja mahdollisia osallistujia.
- Kirjatkaa ylös ryhmän tarkoitus ja tehkää toimintasuunnitelma.
- Etsikää vertaisryhmälle sopiva ohjaaja, joko vapaaehtoinen vertainen tai työntekijä. Vanhemmat voivat ohjata ryhmä pareittain tai sopia, että tapaamiskerroilla on vapaaehtoisten kesken kiertävä vastuuvuoro.
- Sopikaa ryhmän kokoontumisten ajankohdat. Päätäkää, kuinka monta kertaa ryhmä kokoontuu vai toimiiko ryhmä toistaiseksi.
- Varatkaa ryhmän jäsenille sopivat tilat ja mahdolliset tarjoilut tai järjestäkää ryhmätapaaminen etäyhteydellä.
- Tiedottakaa ryhmän käynnistymisestä ja siitä, miten ryhmään pääsee mukaan.
- Sopikaa vastuut ja toimintatavat, jos ryhmälle perustetaan oma pikaviesti- tai someryhmä.

Tapaamisten kulun suunnittelu

- Aloittakaa tapaamiset kertaamalla ryhmän tarkoitus, säännöt ja tapaamisen ohjelma. Järjestäkää lyhyt kuulumiskierros.
- Pohtikaa yhdessä tapaamisten keskusteluteemoja tai muuta mahdollista ohjelmaa ja virkistystä. Usein keskustelua syntyy ilman ennakkosuunnitelmaa, mutta keskusteluteema tai yhteinen tekeminen voi auttaa virittäytymään kokemusten jakamiseen.
- Päätäkää tapaaminen kiittämällä osallistumisesta ja muistuttamalla seuraavasta tapaamiskerrasta.
- Kerätkää palautetta siitä, vastasiko tapaaminen odotuksiin ja mitä ryhmän toiminnassa tulee kehittää.

Vertaistoiminnan alkaessa

- Keskustelkaa, millaista vertaisryhmän ilmapiiriä ja ryhmän henkeä ryhmässä tavoitellaan. Toimiva vertaisryhmä on kuunteleva, toisten kokemuksia kunnioittava ja ratkaisukeskeinen.
- Luokaa ryhmälle yhteiset pelisäännöt. Kertokaa luottamuksellisuudesta ja puheenvuorojen jakamisesta. Sopikaa, että ryhmässä ei markkinoida tai myydä tuotteita tai palveluja. Sopikaa myös, mitkä aiheet jätetään keskustelusta pois. Tällaisia aiheita voivat olla esimerkiksi politiikka ja uskonto. Sopikaa myös ryhmätapaamisten mahdollisesta tuoksuttomuudesta.

Lasten ryhmissä erityisesti huomioitavaa

- Valitkaa ohjaajaksi henkilö, jolla on osaamista sosiaali-, nuoriso- tai kasvatusalalta ja kokemusta ryhmien ohjaamisesta.
- Päätäkää, minkä ikäisille lapsille ryhmä on tarkoitettu.
- Järjestäkää alku- ja loppukeskustelut lasten vanhempien kanssa. Kysykää, mitä toiveita vanhemmilla on ryhmälle ja miten he voivat tukea sen toimintaa. Pyytäkää lupa lapsen ryhmään osallistumiselle ja esimerkiksi palautteen keräämiseen ryhmäkertojen lopussa.
- Hyödyntäkää toiminnallisuutta mukavan ilmapiirin luomisessa. Aina ei tarvitse olla valmis keskustelemaan. Ensimmäisellä tapaamiskerralla voi esimerkiksi pelata lautapelejä.
- Järjestäkää lasten ryhmät livetapaamisina. Verkossa järjestäminen haasteellinen yksityisyyden suojan ja turvallisuuden näkökulmasta. Sama haaste koskee vertaisryhmälle mahdollisesti muodostettavia some- tai pikaviestiryhmiä. Sopikaa, kuka toimii niiden vastuuhenkilönä ja miten toimitte erilaisissa tilanteissa.

Ryhmän lopettaessa

- Hävittääkö kerätyt yhteystiedot. Päätäkää, mitä mahdollisille pikaviesti- ja someryhmille tehdään.
- Kiittäkö ohjaajia ja osallistujia.

Tutustu järjestöjen materiaaleihin:

- Vertaistukea sisäilmasta oireileville lapsille ja heidän vanhemmilleen -opas.
Hengityслиitto ry. Lisätietoja: www.hengityслиitto.fi
- Voimaa vertaisuudesta kotona. Opas kotona toteutettavien vertaistapaamisten tueksi.
Hengityслиitto ry. Lisätietoja: www.hengityслиitto.fi
- Millainen selviytyjä olen? -julist. Mieli ry. Lisätietoja: www.mieli.fi.
- Kirjoituksia ja selvityksiä vapaaehtoistyöstä ja vertaistuesta. Kansalaisareena.
Lisätietoja: www.kansalaisareena.fi

LIITE 8:

ASKELMERKKEJÄ VANHEMMILLE - JOS EPÄILET LAPSESI OIREILEVAN SISÄILMASTA

Tähän listaan on koottu vinkkejä ja apukysymyksiä sisäilmasta oireilevan lapsen vanhemmille. Asioiden eritteleminen auttaa hahmottamaan tilannetta ja sitä, mitä perheenne tilanteessa tarvitsee. Listan voi ottaa mukaan muistin tueksi esimerkiksi lapsen koulupalaveriin tai perhekeskuksen työntekijän tapaamiseen.



1 Selvitä lapsen terveydentila

*Onko lapsesi terveydentilaa tutkittu tai seurattu riittävällä tavalla?
Joutuuko lapsi olemaan pois koulusta oireilun vuoksi?*

- Hae lapsen oireilun selvittämiseksi apua kouluterveydenhuollosta ja lääkäristä.
 - Osallistu lapsen kanssa vastaanottokäynnille.
 - Kerro vastaanotolla, missä kaikkialla lapsen terveydentilaa jo selvitetään ja lasta hoidetaan.
 - Kirjaa ylös havaintojasi lapsen oireilusta ja voinnista.
 - Kerro, kuinka tilanne vaikuttaa lapsen koulunkäyntiin ja arkeen.
- Tue lapsen terveyttä ja hyvinvointia.
 - Anna lapselle toivoa siitä, että asiat järjestyvät. Kerro, että aikuiset hoitavat asiaa.
 - Pidä huolta riittävästä unesta, ruokailuista, kavereiden tapaamisesta ja ulkoilusta.

Loppuun on koottu kertauksena vinkkejä ja hyviä käytäntöjä Yhteistyöllä eteenpäin! -julkaisun eri luvuista.

2 Ehdota toimenpiteitä kouluun

*Onko lapsen tilanne koulussa selvillä? Tarvitseeko lapsi tukea koulunkäyntiin?
Saatko tietoa koulun sisäilmatilanteesta?*

- Kerro sisäilmaongelmien epäilyistä koulun rehtorille tai käytä koulun ilmoitusjärjestelmää.
- Keskustele lapsen tilanteesta ja tarpeista rehtorin ja opettajien kanssa.
 - Kirjaa etukäteen ylös asioita, joita haluat tuoda esiin koulupalavereissa ja tapaamisissa.
 - Kerro, miten haluat tulla kuulluksi tai kohdatuksi, jos yhteydenpito ei nyt toimi.
- Pyydä, että väliaikaisista opetusjärjestelyistä sovitaan aina kirjallisesti ja määräajaksi.
 - Pyydä, että teille nimetään yhteyshenkilö.
 - Kysy, voiko opetusta järjestää muissa opetukseen sopivissa tiloissa tai ulkona.
 - Sovi lapsen ja koulun kanssa, kuinka tilanteesta viestitään lapsen luokkatovereille.
- Tuo esille, millaista lisätukea tarvitsette, mikäli lapsi opiskelee kotona.
 - Pyydä, että lapsen tuen suunnittelua varten järjestetään oppilashuoltotapaaminen.
 - Selvitä, onko koulun mahdollista järjestää lapselle mahdollisuuden osallistua koulun juhliin ja välitunteihin etäyhteyden kautta. Pyydä, että lapsi saa kutsut koulun retkille.
 - Huomioi, että kun etäopetus järjestetään koulun päätöksellä erityisenä opetusjärjestelynä, säilyy oppilaalla lähtökohtaisesti kaikki oppilaalle kuuluvat oikeudet. Mikäli vanhemmat tekevät päätöksen kotona opiskelusta itse, oppilaalla ei enää ole oikeutta muuan muassa koulukirjoihin, kouluruokailuun tai oppilashuoltoon.
- Ota koulun sisäilmatilanne esille vanhempainyhdistyksessä.

3 Hae lisää tukea lapselle ja koko perheelle

Tapaako lapsi kavereitaan kuten ennen? Onnistuuko harrastuksiin osallistuminen?

- Kysy lapselta, miten tai missä hän haluaa tavata kavereitaan ja voitko auttaa häntä siinä.
- Sovi lapsen kavereiden vanhempien kanssa yhteisistä toimista, jotta kyläilyt ja tapaamiset onnistuvat.
- Juttele harrastuksen ohjaajan kanssa keinoista, joilla lapsi voi osallistua harrastukseen.
- Selvitä tarvittaessa myös oman kotinne sisäilman laatu. On tärkeää, että lapsi voi kotona olla puhtaassa ilmassa.

Pääsetkö purkamaan ajatuksiasi? Kuinka arkenne sujuu? Tarvitsetko sinä tai perheesi lisää apua?

- Muista, että oma jaksamisesi on tärkeää.
 - Jaa ajatuksiasi läheisesi kanssa.
 - Jaa ajatuksiasi samassa tilanteessa olevan vanhemman eli vertaisen kanssa.
 - Kerro arkeasi kuormittavista asioista esimerkiksi oppilashuollon tai perhekeskuksen tapaamisissa.
 - Kartoita voimavarojesi lähteitä. Mitkä asiat tukevat omaa jaksamistasi?
 - Ota yhteyttä järjestöjen auttaviin puhelimiin tai chatteihin.
- Keskustele perheesi kanssa tilanteesta.
 - Kysy, mitä perheesi tilanteesta ajattelee ja millaista arkea he toivovat.
 - Järjestä kahdenkeskistä aikaa perheen jokaisen lapsen kanssa.
 - Huolehdi, että myös perheen aikuisten välinen keskusteluyhteys säilyy.
- Kysy lisää apua.
 - Kerro läheisillesi, millaista tukea perheenne toivoo. Konkreettiseen pyyntöön on usein helpompi tarttua.
 - Pyydä lastenhoitoapua lähipiiristäsi tai lastenhoitopalveluja tarjoavista järjestöistä.
 - Kerro perheenne tarpeista esimerkiksi neuvolassa, oppilashuollossa tai perhekeskuksessa.
 - Kysy, millaisia tukimuotoja kunnassanne on tarjolla. Palveluja ovat muuan muassa lapsiperheiden kotipalvelu ja perhe- tai pariterapiapalvelut.
 - Selvitä, oletteko oikeutettuja joihinkin etuuksiin, kuten asumistukeen.
 - Ota pikaisen tuen tarpeessa yhteyttä kunnan sosiaali- tai kriisipäivystykseen.

Yhteenveto: Askelmerkkejä ja hyviä käytäntöjä sisäilmasta oireilevan lapsen ja koko perheen tueksi

ASKELMERKKEJÄ VANHEMILLE

1 Selvitä lapsen terveydentila

- › Ota yhteyttä kouluterveydenhuoltoon.
- › Kerro missä kaikkialla lasta jo hoidetaan.
- › Kirjaa ylös havaintojasi lapsen oireilusta.
- › Anna lapselle toivoa ja tukea.

2 Ehdota toimenpiteitä kouluun

- › Ota yhteyttä rehtoriin ja opettajiin lapsen tilanteen selvittämiseksi.
- › Pyydä, että teille nimetään yhteyshenkilö koulunkäynnin järjestelyjen seurantaan.
- › Sovi milloin tilannetta tarkastellaan seuraavan kerran.
- › Ehdota tarvittaessa oppilashuollon tapaamisen järjestämistä.

3 Hae lisää tukea lapselle ja koko perheelle

- › Jaa ajatuksiasi läheisen tai vertaisen kanssa.
- › Keskustele perheenjäsenten kanssa heidän tarpeistaan ja toiveistaan.
- › Huomioi lapsen kaverisuhteet.
- › Kerro lapsesi ja perheesi tarpeista oppilashuollossa ja muissa palveluissa.

HYVIÄ KÄYTÄNTÖJÄ KOULUSSA JA OPPILASHUOLLOSSA

Kouluterveydenhoitaja ja -lääkäri

- › Kartoittaa lapsen terveydentilaa.
- › Seuraa oireilevien lasten ja kouluyhteisön tilannetta yhteistyössä koulun sisäilmatyöryhmän kanssa.

Lisää esimerkkejä hyvistä käytännöistä julkaisun luvussa: Kouluterveydenhuollon ja muun oppilashuollon tuki.

Rehtori ja opettaja

- › Selvittää tilannetta yhdessä lapsen ja vanhempien kanssa.
- › Selvittää tarvittaessa tuen järjestämistä kouluterveydenhuollon ja muun oppilashuollon kanssa.
- › Sopii, miten lapsen opetus ja koulupäivät käytännössä järjestetään.
- › Huolehtii, että lapsella säilyy yhteys kouluyhteisöön.
- › Tiedottaa tarvittaessa luokkaa tilanteesta lapsen ja vanhempien kanssa sovitulla tavalla.

Lisää esimerkkejä hyvistä käytännöistä julkaisun luvussa: Koulunkäynnin järjestelyt.

Muut oppilashuollon sekä lapsi- ja perhepalvelujen työntekijät

- › Selvittää tuen tarpeita yhdessä lapsen ja vanhempien kanssa.
- › Tukee lapsen hyvinvointia.
- › Huolehtii lapsen sosiaalisten suhteiden ylläpitämisestä omaan luokkaansa ja koko kouluyhteisöön.
- › Tukee koko perhettä.

Lisää esimerkkejä hyvistä käytännöistä julkaisun luvuissa Lapsen sosiaaliset suhteet ja vapaa-aika sekä Vanhempien ja koko perheen tuen tarpeet.

Järjestöjen auttavia puhelimia ja nettipalveluita

- Sisäilmavertaispuhelin 044 407 7010 ja Sisäilma- ja korjausneuvontapuhelin 020 757 5181. Hengitysliitto ry. Lisätietoja: www.hengitysliitto.fi.
- Vanhempainpuhelin 0800 92277, nettikirjepalvelu ja chat. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Lisätietoja: www.mll.fi.
- Valtakunnallinen kriisipuhelin 09 2525 0111. Mieli ry. Lisätietoja: www.mieli.fi.



Tukea tarjolla sisäilmasta oireilevien lasten vanhemmille - soita Sisäilmavertaispuhelimeen!


Jos lapsesi oireilee sisäilmasta ja kaipaat tukea sekä kuuntelevaa korvaa, voit soittaa Hengityслиiton Sisäilmavertaispuhelimeen.

Sisäilmavertaispuhelin palvelee tiistaisin kello 9–12 ja torstaisin kello 16–19 numerossa 044 407 7010. Hengityслиiton kouluttamat vapaaehtoiset antavat vertaistukea sisäilmaongelmia kohdanneille, sisäilmasta oireileville ja heidän läheisilleen.



Sisäilmavertaispuhelin
ti klo 9–12, to klo 16–19

 **044 407 7010**

Palvelu on maksuton. Ajantasainen tieto aukioloajoista:
 www.hengityслиitto.fi > Yhteystiedot > Neuvontapuhelimet



Ratkaistaan yhdessä!
-hanke auttaa löytämään ratkaisuja lasten ja perheiden tueksi koulujen sisäilmatilanteissa.

Lisätietoja:

 www.hengityслиitto.fi/ratkaistaanyhdessa

