

Naisyrittäjäpäivänä korostuu hyvinvointi

Perjantaina vietettävänä naisyrittäjäpäivänä kiinnitetään huomiota työhyvinvointiin, josta on menossa laajamittainen tutkimus yhdessä Työterveyslaitoksen kanssa.

Raumalaisen Fysiopankin omistajat **Heli Vastamäki, Pirjo Lujala** ja **Anu Mäkilä** toteavat, että siihen kuuluvat työn tekeminen mahdollisimman hyvin, samanhenkisyys, jatkuva kouluttautuminen ja yrittämisen kokeminen elämäntapana.

Heidän mukaansa yritykset panostavat yhä voimakkaammin ikääntyvien työntekijöitensä hyvinvointiin ja myös omaehtoinen kiinnostus omaa kuntoa kohtaan on selvästi kasvanut.

sivu 5

Heli Vastamäen, Pirjo Lujalan ja Anu Mäkilän työssä korostuvat ennen kaikkea tuki- ja liikuntaelinsairaudet.



Työn laatu ja yhteishenki kuuluvat työhyvinvointiin

Pekka Lehmuskallio

► Raumalaiset yritykset panostavat ikääntyviin työntekijöihin.

► Lama ohjaa ihmisiä lisäämään myös omaehtoista liikuntaa.

VESA VEIKKOLA
Länsi-Suomi, Rauma

Kolmen yrittäjänaisen luotsaama Fysikaalinen Hoitolaitos Fysiopankki Ky jatkaa yrityksen puolivuosisataa kestänyttä naisyrittäjäperinnettä, sillä itse firma aloitti Raumalla uranuurtajana jo kuusikymmenluvulla, silloin nimellä Kuntokeskus.

Yrityksen nykyiset omistajat Pirjo Lujala, Anu Mäkilä ja Heli Vastamäki ostivat oman työpaikkansa vuosituhannen alkupuolella ja ovat nyt toimineet yrittäjinä nelisen vuotta. Kokemukset naisyrittäjyydestä ovat kaikilla myönteisiä eikä kukaan haluaisi palata toisen palvelukseen.

– Naisyrittämistä voi pitää raskaan sarjan lajina. Se merkitsee alkuvaiheessa epävarmuutta ja jännittämistä, myöhemmin pitkiä työpäiviä ja työn sekä vapaa-ajan yhteensovittamista.

– Parasta tässä on suhteellisen vapaus sen suhteen, mitä tekee. Ilman hyviä taustavoimia kotona, samanhenkisyyttä ja tähän liittyviä harrastuksia tästä ei tulisi yhtään mitään, sanovat naiset, jotka pitävät yrittämistä ennen kaikkea elämäntapana.

Keskenään tultava toimeen

Lujala Mäkilä ja Vastamäki



Vielä varhain aamulla on jumpparin sohvalla tilaa, mutta keväisin ja syksyisin tekevät fysioterapiayrityksen omistajat Heli Vastamäki, Pirjo Lujala ja Anu Mäkilä pitkää päivää.

” Senkin olemme havainneet, että yhä useampi yrityksen lähettämä nä meille tullut kysyy omaehtoisesti jumppaohjeita.”

Fysiopankki

hoitavat ennen kaikkea tuki- ja liikuntaelinten sairauksia. He muistuttavat, että asiakkaat tarvitsevat apua heti. Viivytyksiin ei yleensä ole varaa.

– Kyse on sairauden oireiden helpottamisesta. Emme me voi myydä eiota ja lähteä lomalle.

Naiset muistuttavat kuitenkin samalla, että fysioterapian alalla lomat voidaan vuorotellen pitää, koska myös lääkärit lomailevat ja suuri osa poti-

laista tulee heidän kauttaan.

– Hiljaisinta on heinäkuussa ja joulun aikaan, mutta se sopii meille.

Fysiopankin naiset sanovat suoraan, että tärkeintä on tulla toimeen toistensa kanssa. Vain se takaa onnistumisen.

– Meillä on suunnilleen sama koulutus, halu työhön ja samanhenkisyys. Harrastuksetkin ovat pitkälle yhteisiä, liikuntaan liittyviä. Suuria konflikteja ei ole koskaan syntynyt.

Yritykset panostavat

Fysiopankin kokemusten mukaan yritykset panostavat nyt entistä enemmän iäkkäiden työntekijöitensä hyvinvointiin, mutta edellyttävät myös tuloksia.

– Senkin olemme havainneet, että yhä useampi yrityksen lähettämänä meille tullut kysyy omaehtoisesti jumppaohjeita. Tietoisuus oman kehon tarpeista on kyllä lisääntynyt.

► Kannustusta naisyrittäjille

- Yrittäjänaisen Keskusliitto ja Työterveyslaitos ovat käynnistäneet yhteistyössä työ- ja elinkeinoministeriön kanssa naisyrittäjien työhyvinvointia ja liiketoiminnan kehittämistä koskevan hankkeen.
- Se koostuu laajasta tutkimuksesta sekä naisten yrittämistä ja bisnesosaamista tukevan palvelukokonaisuuden kehittämisestä.
- Suomessa on Tilastokeskuksen mukaan noin 230 000 yrittäjää, joista reilu kolmannes on naisia.
- Noin 70 prosenttia naisyrittäjistä on yksinyrittäjiä ja valtaosa naisyrittäjistä toimii kaupan ja palvelutuotannon aloilla.
- Naisyrittäjien työhyvinvointia ja liiketoiminnan menestymistä edistäviä konkreettisia tekijöitä ovat esimerkiksi työterveyshuoltoon panostaminen, yrittäjän ammattitutkinnon suorittamisen tukeminen ja yrittäjän sijaispalvelujärjestelmän (SIPA) juurruttaminen.
- Naisten vetämien yritysten henkiinjääminen on sukupolvenvaihdoksissa enemmän vaakalaudalla kuin miesten yrityksissä.

Toisaalta myös taloudellisen tilanteen epävarmuus heijastuu asiakkaitten käyttäytymiseen.

– Jos on varattu kymmenen hoitokertaa, aprikoidaan nyt entistä useammin, voisiko seitsemän sittenkin riittää. Halutaan säästää ja hoitaa asiaa itse enemmän.

Naiset korostavat, että kilpailu on alalla kovaa.

– Paras yrityksen menestymiskeino onkin se, että tehdään työt niin hyvin kuin osataan ja ollaan jatkuvassa koulutuksessa. Sekin kuuluu työhyvinvointiin.