



Liisa Ansio & Milla Koskela (toim.)

# Polku työelämään – Opas tuetun osuuskunnan kautta työllistyvälle



Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020

Liisa Ansio ja Milla Koskela (toim.)

©2023 Tekijät & Jyväskylän ammattikorkeakoulu

Etu- ja takakannen kuva: Ina Majaniemi 2023

Ulkoasu ja taitto: Grano Oy 2023

Kuvat ja tehtäväsivujen suunnittelu: Milla Koskela

Jakelu:

Tuettu osuuskunta -hankkeen verkkosivut, [jamk.fi/tuettuosuuskunta](http://jamk.fi/tuettuosuuskunta) sekä paperiversio



Tämä teos on lisensoitu Creative Commons Attribution (CC BY) 4.0 lisenssillä.



# Sisältö

1. Työ ja tuettu osuuskunta .....	4
2. Polku työn tekemiseen .....	7
3. Unelmat ja kiinnostuksen kohteet .....	11
4. Unelmista taidoiksi .....	15
5. Työn etsiminen .....	17
6. Työtehtävät ja työyhteisössä toimiminen .....	34
7. Työtehtävien harjoittelu .....	41
8. Työstä poisjääminen tai työpaikan vaihtaminen .....	44
Lähteet .....	51

# 1. Työ ja tuettu osuuskunta

Työ tuo merkitystä monien ihmisten arkeen.  
Työssä voi tutustua uusiin ihmisiin ja siitä saa sisältöä päivään.  
Työstä maksetaan palkkaa.  
Työpaikka voi tarjota uusia kokemuksia  
ja onnistumisen elämyksiä.

Työ ei aina ole helppoa.  
Joskus voi tulla haastavia tilanteita,  
mutta yleensä työyhteisön avulla kaikesta selvitään  
ja vaikeista tilanteista opitaan.

Tuettu osuuskunta on yksi mahdollisuus tehdä työtä.  
Osuuskuntia on erilaisia,  
joissain osuuskunnissa voit myydä  
tekemiäsi tuotteita tai palveluita,  
joidenkin osuuskuntien kautta voit tehdä työtä työpaikalla.  
Tuetussa osuuskunnassa saat työhösi tukea  
työhönvalmentajalta tai ohjaajalta.

Tämä opas on suunniteltu avuksi työn hakuun  
ja se auttaa myös työpaikalla toimimisessa.  
Opasta on ollut tuottamassa Tuettu osuuskunta -hankkeen tiimi.  
Liisa Koiramäki on osallistunut oppaan tekemiseen  
työssään Keski-Suomen Kehitysvammaisten Tuki ry:ssä.  
Myös Jyvässeudun Me itse -ryhmä Mataran menevät  
on kommentoinut ja auttanut oppaan valmistumisessa.  
Kiitos erityisesti Sami Laineelle, Marko Majanderille ja  
Pasille Pumperille.

Oppaassa on tiedon lisäksi tehtäväsivuja, joiden avulla pääset itse harjoittelemaan työelämän taitoja.

## Tehtäväsivut

Turkoosireunaiset sivut ovat tehtäväsivuja. Voit piirtää tai kirjoittaa niihin.

Hei!  
Minä olen Marianne.

## Marianne

Oppaassa seikkailee Marianne. Mariannella on monenlaista kokemusta työelämästä. Hän kertoo ajatuksistaan tässä oppaassa.



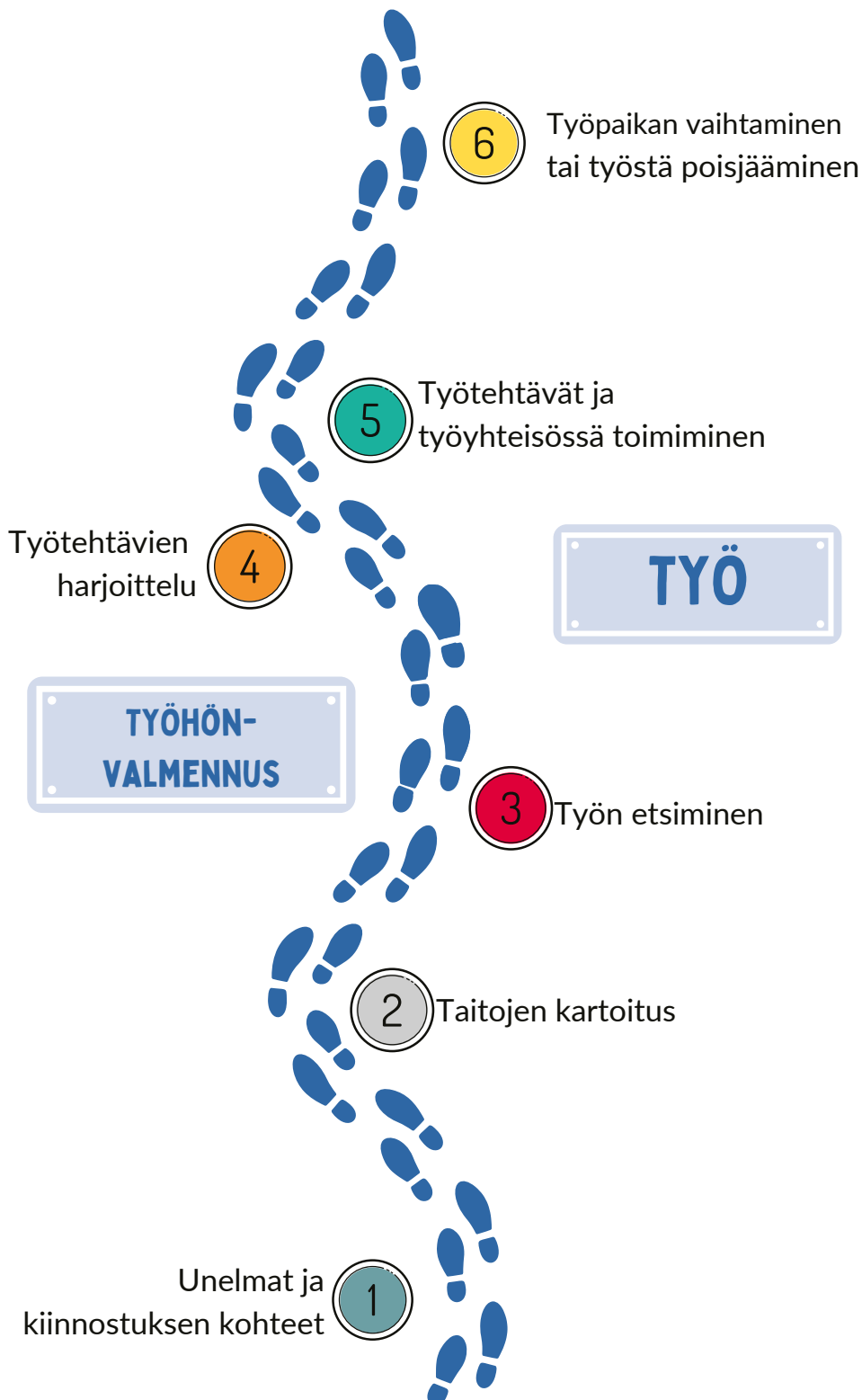
## Infolaatikot

Infolaatikoissa on kiinnostavia tai tärkeitä asioita. Ne ovat vähän kuin muistilappuja.

## Vinkilaatikot

Vinkilaatikoista saat hyviä vinkkejä oppaan aiheista. Niissä voi olla esimerkiksi linkki Internettiin, josta voit etsiä lisätietoa.

# POLKU TYÖELÄMÄÄN



## 2. Polku työn tekemiseen

Työn tekemiseen on useita erilaisia polkuja. Yleensä työuran alkuun johtavat omat unelmat. Ihmisillä on erilaisia kiinnostuksen kohteita, jotka voivat auttaa oman alan löytämisessä. Kun tiedät, millaisesta työstä unelmoit, voit alkaa miettiä, mitä taitoja sinulla on ja mitä taitoja sinun täytyy vielä oppia.

Voit edetä polulla monella tavalla. Yksi vaihtoehto on, että alat miettiä, millaisia työtehtäviä osaat jo nyt tehdä. Voit myös ensin harjoitella työssä tarvittavia taitoja esimerkiksi toimintakeskuksessa ja työharjoitteluissa työpaikoilla. Sitten voit alkaa etsiä työpaikkaa, jossa tarvitaan osaamiasi taitoja.

Toinen vaihtoehto on etsiä itseä kiinnostava työpaikka, ja selvittää, millaisia työtehtäviä siellä on tarjolla. Voit harjoitella juuri tässä työpaikassa tarvittavia taitoja.

Voi olla, ettei työpaikkaa heti löydy, mutta ei kannata antaa sen lannistaa, vaan yritä uudestaan. Työhönvalmentaja voi auttaa työn löytämisessä.



Työuran eri vaiheissa olen saanut apua työhönvalmentajalta. Enhän itse osaisi etsiä uusia töitä enkä yksin tehdä CV:tä.

### **Vinkki!**

Polkuja työhön on monia.  
Töitä voi etsiä eri paikoista ja työsuhteita on erilaisia.  
Yksi mahdollisuus on tuetun osuuskunnan kautta työn tekeminen.

### **Etuudet ja palkka**

Työstä maksetaan palkkaa.  
Palkka saattaa vaikuttaa etuuksiin tai tukiin, joita saat.  
Etuuksia ovat esimerkiksi eläke tai työttömyysturva, asumistuki ja vammaistuki.  
Sosiaalityöntekijän tai ohjaajan kanssa kannattaa selvittää ennen työn aloitusta, millä tavoin tulojen muutos vaikuttaa etuuksiin.





## Tuetun osuuskunnan kautta työllistyminen

Tuetun osuuskunnan kautta työllistymisessä on eri vaiheita.

### Työn löytäminen

- Työ voi löytyä esimerkiksi työharjoittelupaikasta tai muuten tutusta työpaikasta.
- Osuuskunnalta voi myös tilata työtä.
- Esimerkiksi yritys voi tilata alihankintatyötä osuuskunnalta.
- Työhönvalmentaja auttaa työn etsimisessä.

### Tuetun osuuskunnan kanssa sopimusten tekeminen

- Työntekijä ja osuuskunta tekevät työstä työsopimuksen tai toimeksiantosopimuksen.
- Työntekijä saa työstä palkkaa tai työkorvausta.
- Työnantaja ja osuuskunta tekevät palvelusopimuksen.

### Työn aloittaminen ja työhön perehtyminen

- Työhönvalmentaja tai työnantaja auttaa perehtymään työhön.

# TYÖELÄMÄN TAITOSI

Tässä voit pohtia, mitä taitoja sinulla jo on, ja mitä taitoja sinun täytyy vielä oppia.

Millaisia taitoja sinulla on jo?

Mitä taitoja sinun täytyy vielä oppia?

Missä voisit opetella uusia taitoja?

### 3. Unelmat ja kiinnostuksen kohteet

Unelmat kertovat, millaista elämää tahtoisit elää ja mitä toivot elämältäsi.

Ne auttavat tärkeiden päätösten tekemisessä, kuten mieluisan työpaikan tai alan valitsemisessa.

Unelmani oli tehdä kevyttä toimistotyötä ja käyttää tietokonetta.



## **Unelmaelämä-nelikenttä**

Tähän voit kirjoittaa tai piirtää unelmiasi.

Millaista työtä tahtoisit tehdä ja  
mitä taitoja sitä varten tahtoisit oppia?

Entä millaista vapaa-aikaa toivot  
ja millaisten ihmisten kanssa tahdot  
viettää vapaa-aikaa tai olla töissä?

# UNELMAELÄMÄNI

**TYÖ**

**TAIDOT**

**IHMISSUHTEET**

**VAPAA-AIKA**

## Unelmakartta

Ohje:

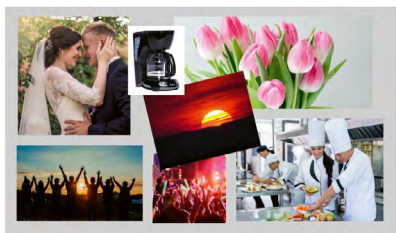
Omia haaveita ja tavoitteita voi hahmottaa askartelemalla unelmakartan.

Unelmakarttaan voi leikata ja liimata kuvia itsellesi merkityksellisistä asioista.

Kuvia voi löytää lehdistä tai niitä voi tulostaa Internetistä.

Voit myös itse piirtää tai kirjoittaa siihen omia unelmiasi.

Unelmakartta voi auttaa hahmottamaan, millaista tulevaisuutta tahdot itsellesi rakentaa.



Esimerkkejä



## UNELMAKARTOISTA



## 4. Unelmista taidoiksi

Voit miettiä, mitä taitoja unelma-ammattisi vaatii ja missä ja miten niitä pääsisi treenaamaan. Kaikkea ei voi osata heti. Silloin on hyvä pyytää muilta apua.

Innostuin koulussa tietokonehommista, ja pidin tietokonekerhoa. Siitä jäi kipinä tehdä tietokoneella töitä. Nyt olen saanut töissä käyttää näitä taitojani!



# UNELMISTA TYÖTEHTÄVIKSI

Tässä voit pohtia, millaista työtä tahtoisit tehdä ja mitä taitoja kyseinen työ vaatii.

Millaisesta työstä haaveilet?

Millaisia työtehtäviä se sisältäisi?

Millaisia taitoja ne työtehtävät vaatii?



## 5. Työn etsiminen

Mistä voi löytää työpaikkoja?

Työpaikkoja voi löytää monista eri paikoista.

Kun tekee työtä tuetun osuuskunnan kautta, työhönvalmennus ja ohjaus etsivät uusia töitä.

On hyvä, että olen saanut apua työn etsimisessä työhönvalmentajilta.



Jos löydät sinua kiinnostavan työpaikan, voit ottaa työpaikkaan yhteyttä ja kysyä, onko sinun mahdollista tulla kertomaan itsestäsi ja kysymään lisää työpaikasta. Tähän voit pyytää apua työhönvalmentajalta.

### Vinkki!

Internetin työnhakusivustoja on esimerkiksi:

[www.tyokanava.fi](http://www.tyokanava.fi)

<https://duunitori.fi/tyopaikat/selaa>

<https://tyopaikat.oikotie.fi/>

<https://www.jobly.fi/tyopaikat>

Lisää työhausta ja työstä voit lukea [verneri.net](http://verneri.net) -sivustolta:

[www.verneri.net/selko/tyo](http://www.verneri.net/selko/tyo)

## Mitä työnhaussa tarvitaan?

Tarvitset ainakin työhakemuksen ja CV:n.

CV:ssä kerrot, mitä osaat ja millaista kokemusta sinulla on.

Lisäksi voit tehdä portfolion eli kansion,  
jossa esittelet osaamistasi.

Työpaikkailmoituksessa useimmiten kerrotaan,  
mitä muuta työpaikan hakemiseen tarvitaan.

Saatat tarvita hygieniapassin,

jos aiot työskennellä kahvilassa tai ruokakaupassa.

Joissain töissä tarvitaan esimerkiksi ensiapukorttia tai  
tulityökorttia.

## Työhakemus

Työhakemus on kirje, jonka kirjoitat työnantajalle.

Voit hakea työpaikkailmoituksessa esiteltyä työpaikkaa  
tai voit tehdä avoimen hakemuksen.

Työhakemuksessa kerrot,

kuka olet ja miksi olet kiinnostunut työstä, jota haet.

Kerro myös, mitä työssä tarvittavia taitoja Sinulla on.

Voit tehdä työhakemuksesi seuraavalla sivulla olevan mallin avulla.

Kirjoita työhakemukseesi,

mitä työtä haet, miksi työ kiinnostaa sinua

ja mitä työssä tarvittavia taitoja sinulla on.

# TYÖHAKEMUS

Haen työhön

Miksi työtehtävä kiinnostaa minua?

Vastaanottaja

Nimeni on

Mitä tähän työhön tarvittavia taitoja minulla on?

Miksi juuri minä olisin hyvä tekemään työtä, jota haet?

Paikka

Päivä

---

Allekirjoitus

## **CV eli ansioluettelo**

Työhakemuksen liitteeksi tehdään CV.  
CV:ssä eli ansioluettelossa on sinun perustietosi  
sekä koulutuksesi ja aikaisemmat työpaikkasi.  
Voit liittää siihen myös oman kuvasi.

Voit tehdä CV:n seuraavalla sivulla  
olevan mallin mukaan.

# Nimi

Puhelin: +123-456-7890

Osoite:

Sähköposti:

Yhteyshenkilöni tarvittaessa: Nimi, tehtävänimike, puh., sähköposti

## Kuka minä olen



Hei!

Minä olen (nimi) ja olen syntynyt vuonna...

Haluaisin tehdä erityisesti (työtehtävät)...

Olen taitava (työtehtävä, taito, vahvuus)...

Tarvitsen tukea tai ohjausta (arkinen tai työhön liittyvä asia: millaista ohjausta?)....

## Minä osaan



Taito



Työtehtävä



Taito



Työtehtävä

## Olen opiskellut

Oppilaitos

*Koulutus ja valmistumisvuosi*



Mitä opiskelin ja opin?...

Oppilaitos

*Koulutus ja päättymisvuosi*



Mitä opiskelin ja opin?...

## Olen tehnyt työtä

Työpaikka (Esim. toimintakeskus)

*Työtehtävä ja -aika (milloin alkanut ja päättynyt)*

- Palkkatyö vai muu (esim. työtoiminta)?
- Kuinka usein ja kuinka monta tuntia?

## Video-CV

Voit toteuttaa CV:si myös videon muodossa.  
Suunnittele video etukäteen  
ja kirjoita videolle valmiiksi käsikirjoitus.  
Vinkkejä käsikirjoitukseen saat  
seuraavilla sivuilla olevasta video-CV-ohjeesta.  
Video-CV:n ohje on tehty Honkalampisäätiön  
#IhanDiginä! -hankkeessa.

### **Vinkki!**

Näin onnistut video-CV:n kuvaamisessa.

### **Kuvauspaikka:**

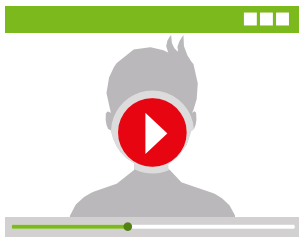
Sopiva kuvaustila on siisti ja valoisa  
eikä siellä kuulu ylimääräisiä ääniä.

### **Pyydä kaveri kuvaajaksi:**

Videon voi kuvata tavallisella matkapuhelimella.  
Kameran tai puhelimen kanssa kannattaa käyttää jalustaa.

### **Rentoudu ja hymyile:**

Ota rennosti ja hymyile kameralle.



# Video-CV



## Vaihe 1: Tee käsikirjoitus!

Käsikirjoituksessa vastaa seuraaviin kysymyksiin:

- Kuka olet?
- Millaista työtä teet nyt?
- Mitä työtä olet tehnyt aiemmin?  
(kerro lyhyesti työhistoriastasi)
- Miksi haet juuri kyseistä paikkaa?
- Missä asioissa olet hyvä?
- Missä asioissa tarvitset tukea?
- Yhteystiedot (puhelinnumero ja sähköposti)





## Vaihe 2: Harjoittele esiintymistä

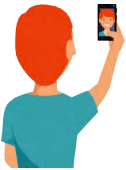


Harjoittele käsikirjoitustasi puhumalla ääneen.



Miten paljon puheeseen menee aikaa?

Hyvä pituus videolle on noin 2 minuuttia.



Voit kuvata videon itse tai pyytää kaveria kuvaamaan. Harjoittele videokuvassa olemista.







## Vaihe 3: Tee koekuvaus



Tarkista miltä näytät.

Onko sinulla siistit vaatteet ja hiukset hyvin?



Valitse hiljainen kuvauspaikka.

Tarkista mitä taustallasi näkyy.

Taustalla näkyvän ympäristön kannattaa olla siisti.



Tee koekuvauksia.

Kokeile videokuvaamista ja puhumista videolle. Katso video.

- Kuuluuko ääni?
- Onko kuva tarkka?
- Näkökö kasvosi hyvin?





## Vaihe 4: Kuvataan!



Aseta puhelin tasaiselle alustalle.  
Voit myös käyttää selfiekeppiä.

Voit kuvata koko videon kerralla.



Voit myös kuvata videon osissa esimerkiksi  
yksi kysymys kerrallaan.



Ota useampi video.

Katso videot ja valitse parhaat.

Poista turhat videot digilaitteeltasi.





## Vaihe 5: Viimeistely



Lataa itsellesi videon editointiohjelma.



Valitse parhaat video-otokset.

Muokkaa videota haluamallasi tavalla.

Tarkista, että kaikki tärkeää on mukana.



Tarkista videon pituus (noin 2 minuuttia).

Tallenna video.



Katso video yhdessä toisen ihmisen kanssa.

Pyydä videosta mielipide.



Video-CV on valmis!

Lähetä se työnantajalle.



## Portfolio

Portfolio on kansio,  
joka kertoo omasta osaamisestasi.  
Kokoa siihen asioita, jotka kertovat, kuka olet,  
mitä olet tehnyt ja oppinut  
aiemmissa työpaikoissasi tai vapaa-ajallasi.  
Ero portfolion ja CV:n välillä on se,  
että CV:ssä kerrotaan lyhyesti ja ytimekkäästi koko työhistoriasi  
ja portfoliossa keskitytään asioihin, joita osaat ja olet oppinut.

Aloita portfolio lyhyellä itsesi esittelyllä.  
Portfoliossa voi olla kuvia itsestäsi työskentelemässä  
tai kuvia tuotteista, joita olet tehnyt.  
Myös portfolion voi tehdä videoksi.



Oma kuva

**Etunimi**

**Sukunimi**

# PORTFOLIO

---

---

## Portfolion sisältö:

Esittelyni

Omat taitoni

Mitä olen oppinut töistä

## Hissipuhe

Hissipuhe tarkoittaa lyhyttä esittelyä itsestäsi ja omista taidoistasi, jonka voit esittää mahdolliselle työnantajalle.

Hissipuheessa kerrotaan tiivistetysti, kuka olet, mitä olet tehnyt aiemmin työksesi, mitä taitoja osaat ja miksi juuri sinut pitäisi palkata.

Hissipuhe on saanut nimensä siitä, että sen tulee olla niin lyhyt ja ytimekäs, että sen ehtii esittää yhden hissimatkan aikana.

Seuraavalla sivulla voit suunnitella oman hissipuheesi, jossa kerrot osaamisestasi tai miksi juuri sinut kannattaa ottaa työhön.

# HISSIPUHE

Tässä voit pohtia, mitä asioita tahtoisit kertoa omassa hissipuheessasi.

Kuka olet?

Mitä osaat?

Miksi juuri sinä olet paras kyseiseen työhön?

## Työhaastattelu

Kun työpaikalla on tutustuttu työhakemukseesi, työnantaja saattaa kutsua sinut työhaastatteluun. Työhaastattelua varten kannattaa valmistautua ajoissa. Mieti, mitä haastattelussa saatetaan kysyä ja miten vastaat niihin. Mieti valmiiksi, miten kerrot siitä, mihin tarvitset apua ja millaista apua tarvitset.

### Työhaastattelu

Työhaastattelussa kysytään usein:

- Kuka olet?  
Esittele itsesi lyhyesti.
- Mitkä ovat vahvuuksiasi?  
Kerro haettavaan työpaikkaan liittyviä vahvuuksia.
- Miksi sinä haet tätä työpaikkaa?  
Kerro rehellisesti kiinnostuksestasi ja siitä, miten uskot olevasi hyödyksi työpaikassa.

Työhaastattelu on oiva tilaisuus kysyä työhön liittyviä kysymyksiä, joita sinulla on. Työhaastattelussa voit vakuuttaa, että juuri sinä olet hyvä valinta työntekijäksi.





Kun kävin tutustumassa työkokeilupaikkaan, tuntui heti, että tulin tutuksi työkavereiden kanssa. Työ oli kiva aloittaa tutulta tuntuvien ihmisten kanssa.

### **Vinkki!**

Työhaastattelussa teet hyvän vaikutuksen, kun tulet ajoissa paikalle siisteihin vaatteisiin pukeutuneena. Kysymällä kysymyksiä työstä annat työnantajalle motivoituneen kuvan itsestäsi.

### **Työsopimus**

Työstä kannattaa tehdä aina työsopimus. Työsopimuksessa sovitaan työn kestosta, työajasta, palkasta ja lisäksi työsopimukseen kirjataan työnkuva. Yleensä työsopimus tehdään valmiilla lomakkeella.

## 6. Työtehtävät ja työyhteisössä toimiminen

Useimmissa työpaikoissa työskennellään yhdessä muiden kanssa.

On tärkeää ottaa muut huomioon.

Tervehdi työkavereitasi ja ole kohtelias.

Auta heitä, jos he pyytävät apua.

Myös sinä voit pyytää heiltä neuvoa ja apua.

Noudata työyhteisön sääntöjä.

Voit kirjoittaa sääntöjä muistiin sivulle.

Olen saanut jonkin verran itse vaikuttaa työtehtäviini.



# TYÖPAIKKANI MUISTILISTA

Mitä sääntöjä työpaikalla on?

---

---

---

---

---

---

---

---

Mitä pitää muistaa mennessä töihin?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Mitä pitää muistaa työpaikalla?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Mitä pitää muistaa lähtiessä töistä?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Olin hirveän tylsässä työpaikassa, jossa tein päivästä toiseen samoja työtehtäviä. Tauolla työkaverit eivät jutelleet kansani. Siitä tuli yksinäinen olo.

Työkaveriini tutustumista voi auttaa, jos pyydät heitä täyttämään ystäväkirjan sivuja. Tässä oppaassa on Työkaverini-ystäväkirjan sivu Sinulle itsellesi sekä muutamalle työkaverillesi. Voit tulostaa lisää Työkaverini-ystäväkirjan sivuja oppaan Internet-versiosta. Voit myös askarrella oman ystäväkirjasi. Tee tyhjään vihkoon kysymyksiä tämän oppaan mallin mukaan ja anna työkavereidesi täyttää vihko.

Kun työtehtävien lomassa voi rupertella työkavereiden kanssa niitä näitä, niin raskaatkin työt tuntuvat kepeämmiltä!



# TYÖKAVERINI-YSTÄVÄKIRJA

Töissä on kivempaa,  
kun tulee toimeen työkaverien kanssa.  
Ystäväkirja-sivut auttaa sinua  
tutustumaan paremmin työkavereihisi.  
Täytä sinä ensimmäinen sivu,  
niin työkaverit oppivat tuntemaan sinut,  
kun annat heille oman sivun täytettäväksi.  
Anna työkaveriesi täyttää ystäväkirja-sivut  
ja opitte tietämään enemmän toisistanne.



# TYÖKAVERINI

Täytä tämä sivu itse

Oma nimeni

---

Työtehtävä

---

Parasta työpaikassasi

---

---

Syntymäpäiväsi

---

Lempieläimesi

---

Lempiherkku

---

Lempileffa

---

Paras biisi

---

Mikä saa sinut aina iloiseksi?

---

---

Terveisesi työkavereillesi

---

---

# TYÖKAVERINI

Anna työkaverisi täyttää tämä sivu

Nimesi

---

Työtehtäväsi

---

Parasta työpaikassasi

---

---

Syntymäpäiväsi

---

Lempieläimesi

---

Lempiherkku

---

Lempileffa

---

Paras biisi

---

Mikä saa sinut aina iloiseksi

---

---

Terveisesi kirjan omistajalle

---

---

# TYÖKAVERINI

Anna työkaverisi täyttää tämä sivu

Nimesi

---

Työtehtäväsi

---

Parasta työpaikassasi

---

---

Syntymäpäiväsi

---

Lempieläimesi

---

Lempiherkku

---

Lempileffa

---

Paras biisi

---

Mikä saa sinut aina iloiseksi

---

---

Terveisesi kirjan omistajalle

---

---



## 7. Työtehtävien harjoittelu

Uudet työtehtävät vaativat kaikilta harjoittelua ennen kuin ne oppii kunnolla.

Älä lannistu, vaikka et osaisikaan kaikkia asioita heti.

Uskalla pyytää apua, jos sinusta tuntuu, ettet yksin vielä osaa.

Oppiminen vie aikaa, eikä haittaa, vaikka joskus tekee virheitä, sillä juuri virheistä me opimme.

Työhönvalmentaja tai ohjaaja voivat auttaa tutustumaan uusiin tehtäviin.

Työelämässä voi asettaa itselleen tavoitteita.

Käytä tavoitteiden miettimisessä apuna seuraavien sivujen tehtäviä.

Olen oppinut paljon töissä.  
Eri työtehtävien harjoittelu  
on ollut mielenkiintoista.  
Kun jokin onnistuu hyvin,  
silloin hymyilyttää.



# TAVOITTEENI

## MITÄ TAHDON SAAVUTTA?

Omien tavoitteiden asettaminen auttaa niiden saavuttamisessa.

Aseta oma tavoite

ja kirjoita se seuraavalla sivulla pienempiin osiin,

niin tie sen saavuttamiseen selkeytyy.

**Kirjoita tai piirrä oma tavoitteesi tähän.**

# TAVOITTEENI

## MITEN SAAVUTAN SEN?

Tavoitteet on helpompi saavuttaa,  
kun ne jakaa pienempiin vaiheisiin.  
Mieti, mitä vaiheita tavoitteesi saavuttaminen vaatii.  
Kirjoita ne tähän  
ja laita rasti,  
kun olet saanut sen tehtyä.

## 8. Työstä poisjääminen tai työpaikan vaihtaminen

Joskus tulee ajankohtaiseksi lopettaa työt tai vaihtaa työpaikkaa. Voit haluta vaihtaa työpaikkaa itse tai työnantajasi voi päättää työsuhteesi.

Syitä työsuhteen päättymiseen voi olla monenlaisia: esimerkiksi työtehtävät eivät ole sinulle sopivia tai terveyssyyt voivat vaikuttaa mahdollisuuteesi jatkaa työssä. Joskus työpaikalla tapahtuu muutoksia, jotka voivat vaikuttaa sinunkin työhösi.

Työhönvalmentajasi voi auttaa sinua pohtimaan tilannettasi ja hän auttaa keskusteluissa työpaikkasi kanssa. Yhdessä työhönvalmentajan tai ohjaajan ja esihenkilösi kanssa voit keskustella työsuhteesi mahdollisesta päättämisestä.

Työsuhdetta ei voi lopettaa yhtäkkiä, vaan sen lopussa on irtisanomisaika. Jo irtisanomisajalla voi etsiä uutta työpaikkaa.

## Työtodistus

Kun työsi päättyy, muista pyytää esihenkilöltäsi työtodistus.  
Tarvitset työtodistusta,  
kun haet esimerkiksi työttömyysetuuksia  
tai kun haet uutta työpaikkaa.

### **Työtodistus**

Työtodistuksessa on vähintään työntekijän nimi,  
aika jonka työntekijä työskenteli yrityksessä sekä  
työnantajan allekirjoitus.

### **Vinkki!**

Lopetettuasi työpaikassa,  
muista kirjoittaa siitä sinun CV:een.  
Siitä on hyötyä, kun haet uutta työpaikkaa.

### **Muistilista etuuksista.**

Kun työsuhteesi päättyy, muista tarkistaa,  
miten tulojen muutos vaikuttaa tukiin, joita saat.

Eläke?

Työttömyysturva?

Asumistuki?

Muut etuudet?

Toisinaan on hyvä miettiä,  
mitä on juuri tässä työssä ja työyhteisöissä oppinut.  
Hyvä hetki pohtia on, kun jäät lomalle  
tai kun vaihdat työpaikkaa.  
Voit kirjata ajatuksiasi seuraavalle sivulle.



Kerran tuttu työhönvalmentaja  
kysyi, viihdynkö työssäni.  
Kerroin, että en viihdy.  
Sitten työhönvalmentaja  
auttoi etsimään uuden työn.  
Jäi kiva mieli siitä,  
että joku auttoi.

# MITÄ OLEN OPPINUT ?

Täytä tämä sivu kun olet ollut pitkään työssäsi,  
tai jos olet lopettamassa siellä.

Näin voit nähdä,  
kuinka paljon uutta olet oppinut.

**Mitä taitoja olet saanut työstäsi?**

**Mistä asioista sinulla on nyt enemmän tietoa?**

**Mitä olet oppinut työkavereiltasi?**

Voit pyytää esihenkilöltäsi ja  
työkavereiltasi suosituksia.  
Seuraavalla sivulla on malli,  
jolla voit pyytää suosituksia  
samalla tavoin kuin pyysit heti  
täyttämään ystäväkirjan sivua.  
Voit liittää suositussivut portfolioosi.



# SUOSITUKSIA

Anna työkaveriesi täyttää tämä sivu

Mitä asioita kirjan omistaja osaa hyvin?



Miksi hän on hyvä työkaveri?



# SUOSITUKSIA

Anna työkaveriesi täyttää tämä sivu

Mitä asioita kirjan omistaja osaa hyvin?



Miksi hän on hyvä työkaveri?



## Lähteet:

Ansio, L. & Koivisto, A. (toim.) 2023: Tuettu osuuskunta – silta työelämään. JAMK.

Työkirja. Osallistava ryhmätoiminta.  
Kehitysvammaisten Tukiliitto ry.

Rieppo, S. & Päiväpuro, L. 2020: Porukkahautomo. Työkirja yhteisöllisyyden kehittämiseen asuinalueilla. Kehitysvammaliitto.

Rantanen, V. & Seppälä, R. 2023: Käsikirja Tuettu osuuskuntamalli. Omillaan osuuskunta.

[www.verneri.net/selko/tyo](http://www.verneri.net/selko/tyo) (viitattu 27.4.2023)



Toivon, että Sinäkin  
saat iloa työstäsi.



*"Saisin olla päivätoiminnassa ja eläkkeellä, mutta mieluummin käyn välillä töissä. Töistä saan enemmän rahaa ja saan olla yksi muiden joukossa. Ei tarvitse aina olla vain toisten kehitysvammaisten kanssa."*

Marianne, tukityöllistetty

**Polku työelämään - Opas tuetun osuuskunnan kautta työllistyville** on opas tuetusti työllistyville ihmisille. Oppaassa on tietoa ja tehtäväsivuja, joiden avulla voi rakentaa omaa polkuaan työelämään. Opas on tehty Tuettu osuuskunta -hankkeessa ja sen tekemisessä on ollut mukana Jyväskylän seudun Me itse -ryhmä Mataran menevät.