

# UUTISKIRJE

Järjestöjen monikielisen ja monikanavaisen koronaviestinnän koordinaatiohankkeen uutiskirje



## Tässä uutiskirjeessä

Hankeseminaarin tallenteet -2  
Koronatilanne Suomessa -4  
Lasten koronarokotukset -7  
THL:n kampanja -9

## Hankeseminaarin pyörteessä

Monikielisen koronaviestintähankkeen marraskuu meni pitkälti Mitä olemme oppineet koronasta? -seminaarin järjestelyn parissa. 17.11. vietimme Helsingissä Paasitornissa inspiroivan päivän mielenkiintoisten puheenvuorojen ja keskustelujen äärellä. Kiitos lämpimästi kaikille puhujille ja osallistuneille!

Suomessa muunkielisten yhteisöjen määrä kasvaa jatkuvasti. Yhteisöt ovat keskenään myös erilaisia ja heillä on erilaisia tarpeita. Kun kriisi tulee, korostuu näiden ryhmien tiedonsaannin tarve. Ilman verkostoja ja verkoston sisäistä yhteistyötä ja -kehittämistä, olisi vaikeaa palautua kriiseistä nopeasti.

Seminaarissa järjestöjen edustajat sekä asiantuntijat nostivat esille, että korona-aikana luotujen verkostojen ylläpitäminen on tärkeää tehokkaan yhteistyön jatkuvuuden kannalta. Viranomaisella, kunnilla ja järjestöillä täytyy olla tietoa kohderyhmistä ja niille parhaiten sopivasta viestinnästä. Monikielinen viestintä olisi tärkeää saada osaksi viestintästrategioita ja -ohjeita sekä kriisi- ja valmiusviestintää. Katso seminaarin puheenvuorot ja anna palautetta sivun 2 linkeistä.

Seminaarin ohella olemme järjestäneet hankkeessa julkaistavan oppaan suunnittelu-työpajoja ja Monihelin jäsenjärjestön Pakolaisnuorten tuki ry:n kanssa nuorille teemaillan terveydestä ja koronasta (lue lisää sivulta 3). Myös joulukuun tulevia tapahtumia olemme ehtineet suunnittelemaan.

*SPR:n koronaviestintähankkeen seminaaripäivä oli täynnä kiinnostavia ja innostavia puheenvuoroja.*

Mitä olemme oppineet koronasta? - seminaari kokosi 60 osallistujaa järjestöistä, viranomaisilta ja kunnista puhumaan monikielisestä viestinnästä sekä kriisiajan opeista.

Järjestöistä puhumassa olivat Suomen Punaisen Ristin lisäksi edustajat Monihelistä, Suomi-Syyria Ystävyyss-seurasta, Varsinais-Suomen Viro-keskuksesta, Lääkärin sosiaalinen vastuu rystä, Suomen Venäjän-kielisten keskusjärjestöstä, Pääkaupunkiseudun omaishoitajista ja Monaliiku ry:stä.

Kiinnostavassa ja paljon positiivista palautetta keränneessä esityksessä Helsingin yliopiston apulaisprofessori Simo Määttä kertoi raportista, josta käyvät ilmi kääntämisen haasteet ja kehitystarpeet kaikilla sektoreilla.

Kaikissa puheenvuoroissa korostettiin yhteistyön ja verkostojen tärkeyttä, koordinoinnin roolia sekä kohde-ryhmien kuuntelua ja osallistamista. Monikielisessä kriisi- ja valmiusviestinnässä on kaikilla sektoreilla lukuisia kehitystarpeita ja työtä viestinnän sujuvoittamiseksi ja nopeuttamiseksi on tehtävä jatkuvasti myös kriisien ulkopuolella. Järjestöjen tärkeä rooli ihmisten tavoittamisessa on usein jäänyt isompien toimijoiden varjoon.

**Voit katsoa esitysluvan saanneet puheenvuorot SPR:n YouTube-kanavalta:**

<https://youtube.com/playlist?list=PLd8ziwoPNU8LNE7Y6Wojry69FBS2pWzy9>

**Anna seminaarista palautetta:**

<https://forms.gle/HDRwsQAKUxj7NEwKA>



Moniheli ry:n toiminnanjohtaja Abdirahim Hussein ja Suomi-Syyria Ystävyyss-seuran toiminnanjohtaja Mania Alkhatib puhumassa disinformaatiosta ja järjestötyöstä.

Lokakuussa alkanut yhteistyö Moniheli ry:n ja Tampereen Pakolaisnuorten tukiry:n Kølvi-toiminnan kanssa jatkui marraskuussa. Kølvi-toiminnan kohderyhmänä ovat 12–29-vuotiaat pakolais- ja maahanmuuttajataustaiset pojat ja nuoret miehet.

Kun lokakuussa keskustelevan illan aiheina olivat voimavarat ja korona-ajasta toipuminen, niin marraskuussa päästiin kilpailuhenkisesti, mutta rennosti, pelaamaan terveys- ja koronatiedoista. Parhaat tietäjät palkittiin leffalipuilla.

Nuoret osasivat vastata oikein suurimpaan osaan kysymyksistä ja mietityttäneisiin kysymyksiin saatiin vastauksia kysymällä ja juttelemalla illan ohjaajien ja vieraiden kanssa. Keskusteltiin muun muassa siitä, että verenluovutus ei ole perusterveelle henkilölle vaarallista ja minkä ikäisenä voi vertaa luovuttaa. Keskusteluun nousi myös kysymys influenssa- ja tehosterokotteen ottamisesta samanaikaisesti. On esiintynyt huhuja, että rokotteet voisivat sekoittua ja saada elimistössä aikaan vääränlaisen reaktion. Tämä ei kuitenkaan pidä paikkansa.



Kuvat: Lauren Stevens, Moniheli ry

*Tilannekatsaus marraskuu 2022*

Koronavirusta on yhä runsaasti liikkeellä, mutta suositusten mukaan otetut rokotukset suojaavat vakavalta tautimuodolta hyvin. Virus viihtyy viileässä.

Omikronmuunnosten aiheuttamia koronatartuntoja on koko Suomessa paljon. Kiertävän viruksen ominaisuudet ja väestön immuniteetti vaikuttavat siten, että tällä hetkellä vakavan koronataudin riski on hyvin pieni alle 65-vuotiailla terveillä aikuisilla.

Sairaalahoitoon joutuu siis entistä harvempi tartunnan saanut. Suuri osa sairaalahoitoon joutuvista on iäkkäitä tai muuten hauraita ihmisiä.

Heille onkin lisäsuojan saamisen takia tarjottu koronan tehosterokotuksia. – Syksyn aikana on jaettu viimeisimpiä tehosterokotteita yli 65-vuotiaille. Eli siellä on ainakin kaikilla vanhuksilla ollut mahdollisuus saada tehosterokotteet ja lisäksi influenssarokotteet, sanoo tutkimusprofessori **Hannu Kiviranta** THL:stä.

Joulun lähestyessä moni miettii, kannattaako tässä koronatilanteessa vierailia iäkkäiden sukulaisten tai ystävien luona.

Vanhustyön keskusliitosta kannustetaan tapaamisiin. Läheisten

ihmisten tapaaminen ja merkityksellinen kanssakäyminen tuo sisältöä iäkkäiden ihmisten elämään.

## **Miten tervehdyskäynneistä sitten tehdään mahdollisimman turvallisia koronan huomioon ottaen?**

Nyrkkisääntö on sama kuin ennenkin: sairaana tai edes hengitystieoireisena vierailulle ei mennä. Harkinta on paikallaan myös silloin, jos tietää altistuneensa koronatartunnalle. Jos omassa lähipiirissä on joku koronaan sairastunut ja tietää altistuneensa tälle henkilölle, kannattaa miettiä, olisiko fyysisen vierailun sijaan hyvä ottaa vaikka puhelimitse yhteyttä, Kiviranta sanoo.

Käsien huolellinen pesu ja hyvä yskimishygienia ovat yhä tärkeitä riippumatta siitä, vierailaanko iäkkään ihmisen kotona tai hoitokodissa. Kasvomaskin käyttö voi myös olla järkevää, jos haluaa pienentää mahdollista tartuntariskiä entisestään. Eri alueilla ja hoitoyksiköissä voi olla toisistaan eroavia vierailuja koskevia ohjeita. Voimassaolevat ohjeet kannattaa varmistaa suoraan hoitopaikasta.

## **Rokotukset**

Suomessa sosiaali- ja terveysministeriö on jättänyt kuntien päätettäväksi koronarokotusten laajentamisen eli sen, tarjotaanko tehosterokotuksia kunnan asukkaille.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen linjauksesta poiketen Lapin sairaanhoitopiiri alkoi marraskuun alussa antaa neljänsiä koronarokotuksia sote-henkilöstölle. THL ei suosita sote-henkilöstön rokottamista neljänsillä koronarokotteilla.

THL:n linja poikkeaa tässä muista EU-maista, sillä muut EU-maat tarjoavat jo sote-henkilöstölle neljänsiä rokotuksia. Euroopan komissio on jo lokakuussa suositellut neljänsiä koronarokotteita kaikille sote-työntekijöille.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen linja on ollut, että laajoja uusia rokotuskierroksia ei tarvita. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö on vetänyt tiukempaa linjaa. Kyseessä ei ole rokotus-suositus vaan ennemminkin poliittinen tahdonilmaus. Se ei muuta THL:n laatimaan viranomaissuositusta.

Tällä hetkellä THL suosittelee neljänsiä annoksia 60–64-vuotiaille perusterveille. Tehosteannosta THL suosittelee 65 vuotta täyttäneille, 18 vuotta täyttäneille lääketieteellisiin riskiryhmiin kuuluville ja voimakkaasti immuunipuutteisille 12 vuotta täyttäneille. Suositusten keskinäinen ero on se, että tehosteannos voidaan antaa koronataudin sairastaneellekin.

THL muotoili lokakuun lopun lausunnossaan, että neljännen rokotteen antamasta viranomais-suosituksesta poiketaan, se perustuu lääkärin yksilölliseen arviointiin. Esim. jotkut maat voivat edellyttää matkustajilta neljättä rokotetta.

## **Miksi THL ei ole laajentanut neljännen annoksen suositustaan?**

THL ei ole laajentanut rokotussuositustaan, koska jo suositellut rokotukset antavat suojan vakavaa koronatautia vastaan.

Lisäksi THL huomioi päätöksissään lääketieteelliset perusteet ja varovaisuusperiaatteen – jälkimmäinen nousee esille muun muassa sen vuoksi, että tutkimustietoa koronarokotteista kertyy yhä.

THL:n mukaan perusterveillä työikäisillä immuunivaste on jo toteutettujen rokotusten ja sairastettujen infektioiden pohjalta voimakkaampi kuin lisätehosteannos-suosituksen nykyisille kohderyhmille.

## **Kuolleisuus**

Koronarokotteen saaneiden kuolleisuus ei ole Suomessa lisääntynyt rokottamisen jälkeen, tiedottaa Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) verkkosivuillaan.

THL tutkii kuolleisuutta osana koronarokotusten turvallisuus-seurantaa. THL kertoo tehneensä 1. lokakuuta 2020–19. syyskuuta 2022 seurantatutkimuksen, jonka mukaan koronarokotteen saaneiden kuolleisuus ei ole ollut rokottamattomia korkeampaa yhdeksän viikon sisällä rokotuksesta.

THL:n seurantatutkimuksessa 16 vuotta täyttäneiden rokotettujen kuolleisuutta tarkasteltiin 0–3, 4–6 sekä 7–9 viikkoa rokotteiden saamisen jälkeen. Kuolleisuutta seurattiin yhteensä yli 12 miljoonan rokoteannoksen jälkeen.

# Uusi suositus: näin palaat urheilemaan koronan ja flunssien jälkeen

*Kuumeen, lihassäryn, kurkkukivun ja väsymyksen aikana ei tule harjoitella.*

Asiantuntijatyöryhmä on koostanut uuden suosituksen paluusta urheiluun hengitystieinfektion jälkeen. Tämä suositus korvaa aiemman suosituksen siitä, miten koronavirusinfektion jälkeen palataan urheilemaan.

Koronaviruspandemian alussa suositeltiin selvää rasiustaukoa lievän koronainfektion jälkeen. Nykyisen tutkimusnäytön perusteella lievän koronainfektion jälkeen liikuntaan ja urheiluun voi palata samalla tavalla kuten muidenkin lievien ylähengitystieinfektioiden eli flunssien jälkeen. Tartuntojen välttämiseksi tulee silti noudattaa yleisiä ohjeita kotona pysymisestä.

Nyrkkisääntönä voi suosituksen mukaan pitää sitä, että äkillisten oireiden, kuten kuumeen, lihassäryn, kurkkukivun ja väsymyksen, aikana ei tule harjoitella.

Näiden oireiden helpotuttua voi käydä esimerkiksi kävelyllä. Paluu urheiluun pitää tehdä vaiheittain oman kehon tunteuksia kuunnellen. Kunkin vaiheen kesto riippuu taudin vaikeudesta. Vaiheiden kestossa tulee ottaa huomioon myös lajin kuormittavuus sydämelle ja verenkiertoelimistölle.

Kun vointi arjessa on hyvä, voi aloittaa asteittain nousujohteisen määrän ja tehon lisäämisen harjoitteluun.

## **Kontrolliharjoitus apuna**

Kilpaurheilija ja aktiivikuntoilija voi hyötyä kontrolliharjoituksesta. Se tehdään noin 70 prosentin teholla maksimisykkeestä. Harjoituksen aikana seurataan yleistä vointia ja sykettä ja verrataan terveenä tehtyyn harjoitukseen. Mikäli urheilijalla on poikkeavia tunteuksia, pitää taukoa vielä jatkaa.

Ylähengitystieinfektiot ovat tavallisin syy urheilijan poisjääntiin kilpailuista ja harjoittelusta. Urheilu infektion aikana voi hidastaa paranemista ja lisätä riskiä vakaville ongelmille kuten esimerkiksi sydänlihastulehdukselle.

## **Hakeudu lääkäriin näissä oireissa**

Lääkäriin pitää hakeutua seuraavissa oireissa: rintakipu, hengenahdistus, rytmihäiriötunteukset, poikkeava väsyminen tai tajunnanhäiriö rasiuksessa. Mikäli virusinfektio ei parane tai oireet pahenevat, pitää myös mennä lääkäriin. Toistuvien tai pitkittyvien ylähengitystieinfektioiden taustalta voi löytyä esimerkiksi astma tai pitkittynyt sivuontelotulehdus.

*THL on päivittänyt lasten koronarokotussuosituksia.*

Terveystieteiden tutkimuskeskus (THL) ei suosittele koronarokotteita kaikille alle 5-vuotiaille lapsille. THL suosittelee Kansallisen rokotusasiantuntijaryhmän esityksen perusteella, että kunnat tarjoavat 6 kuukauden ikäisestä neljän vuoden ikäisiin lapsiin koronarokotusta yksilölliseen harkintaan perustuen. Tämän ikäiset lapset, joilla on jokin vakavalle koronataudille mahdollisesti altistava perussairaus, voivat hyötyä koronarokotusten perusrakotussarjasta.

Nykyisessä epidemiatilanteessa pienten lasten laajamittaiset koronarokotukset eivät ole THL:n arvion mukaan tarpeellisia.

Tämä tarkoittaa sitä, että myös 5-11-vuotiaiden lasten koronarokotussuosituksia muutetaan. THL katsoo, että ne ikäryhmän lapset, joilla on jokin vakavalle koronataudille mahdollisesti altistava perussairaus, voivat hyötyä koronarokotusten perussarjasta ja heille suositellaan tarjottavan koronarokote yksilölliseen harkintaan perustuen.

Aiemmin rokotteita tarjottiin myös muille 5-11-vuotiaille. Nyt tälle ei ole lääketieteellisiä perusteita. THL kuitenkin suosittelee, että jo aloitetut rokotussarjat täydennetään loppuun. 12-17-vuotiaiden rokotussuosituksia THL pitää ennallaan.

Vakavalle koronataudille mahdollisesti altistavia perussairauksia ovat esimerkiksi vakavat sydän- ja keuhkosairaudet sekä tietyt neurologiset sairaudet. Lisäksi voimakkaasti immuunipuutteiset ovat korkeammassa riskissä.

EU:n alainen Euroopan lääkevirasto (Ema) hyväksyi Modernan Spikevax-rokotteen sekä Biontechin ja Pfizerin Comirnaty-rokotteen myyntilupien laajennuksen kuuden kuukauden ikäisiin asti lokakuun lopulla. Ema suosittelee kuuden kuukauden ikäisestä 4-vuotiaaseen Comirnatya ja kuuden kuukauden ikäisestä 5-vuotiaaseen Spikevaxia. Molemmat rokotteet voidaan antaa olkavarteen tai reiteen.

Comirnatyn annoskoko on kolme mikrogrammaa. Annoksia suositellaan annettavaksi kolme, joista kaksi ensimmäistä kolmen viikon antovälillä. Kolmas annos annetaan kahdeksan viikon kuluttua toisesta annoksesta.

Spikavaxin suositeltu annoskoko on 25 mikrogrammaa. Rokotetta annetaan kaksi annosta neljän viikon antovälillä.

EMA arvioi, että pienten lasten rokotteella saavutetut hyödyt ovat haittoja suuremmat. Tutkimuksissa pienillä lapsilla ilmenneet sivuoireet ovat olleet samankaltaisia kuin aikuisilla.

Sivuoireita oli muun muassa väsymys, ruokahalun heikkeneminen, ihottuma ja pistokohdan arkuus. Sivuoireet olivat lieviä tai kohtuullisia.

Spikevax- ja Comirnaty-rokotteet on todettu turvallisiksi. Ne vähentävät tehokkaasti koronavirukseen liittyvää vakavaa tautia, sairaalahoidon tarvetta ja kuolemia.

THL:n mukaan tutkittua tietoa rokotteiden turvallisuudesta ja kliinisestä tehosta tarvitaan kuitenkin vielä lisää.

THL jatkaa lasten koronarokotteiden tehon ja turvallisuuden sekä epidemiatilanteen seuranta ja antaa myöhemmin tarkentavia ohjeita vakavan taudin riskiä mahdollisesti lisäävistä perussairauksista ja lasten rokotteiden annostuksesta.

Lähteet: THL, Yle ja HS

# THL:n influenssarokote- kampanja on vielä käynnissä!

Kampanjan kohderyhmänä ovat 65 vuotta täyttäneet sekä muut influenssan riskiryhmiin kuuluvat. Kampanjan tavoitteena on muistuttaa influenssarokotteen hyödyistä, sekä aktivoida ottamaan rokote. Kampanja on kaksikielinen, suomeksi ja ruotsiksi. Kampanja näkyy ja kuuluu televisiossa, aikakauslehdissä, radiossa, Ylen yleishyödyllisenä tietoisena sekä sosiaalisessa mediassa.

Kampanjan yhteydessä ajetaan myös näkyvästi mainosviestiä, joka kehottaa ottamaan koronarokotteen ja influenssarokotteen samanaikaisesti, kun se on mahdollista. Tämä viesti näkyy paikallislehdissä, sosiaalisessa mediassa, aikakauslehdissä ja niiden digitaalisissa kanavissa. Tätä viestiä mainostetaan myös monikielisesti sosiaalisessa mediassa seuraavilla kielillä: arabia, englantia, somali, ukraina, venäjä ja viro.

Kampanjan materiaaleja vapaaseen käyttöön:

<https://aineistopankki.thl.fi/l/zcNMXGmCZHM>

Monikieliset materiaalit:

[https://aineistopankki.thl.fi/l/rn5g\\_7tb6gZH](https://aineistopankki.thl.fi/l/rn5g_7tb6gZH)

Kampanjavideo Youtubessa (upota vaikka organisaatiosi sivuille):

<https://www.youtube.com/watch?v=UkpMEKa-n1k>

- Suomen suositukset poikkeaa muista Pohjoismaista, Yle: <https://yle.fi/a/74-20005316>
- Etelä-Savo, Essote, Yle: <https://yle.fi/a/74-20005732>
- Päijät-Häme, Päijät-sote, Yle: <https://yle.fi/a/74-20005735>
- Pohjois-Karjala, Siun sote, Yle: <https://yle.fi/a/74-20005714>
- Pohjois-Savo, Yle: <https://yle.fi/a/74-20005818>
- Etelä-Karjala, Eksote ja Kymenlaakso, Kymsote, Yle: <https://yle.fi/a/74-20005705>
- Helsinki, Espoo & Vantaa, Yle: <https://yle.fi/a/74-20005819>
- Pohjanmaa, Yle: <https://yle.fi/a/74-20006143>
- Lasten koronarokotukset, Yle: <https://yle.fi/a/74-20005560>
- Lasten koronarokotukset, HS: <https://www.hs.fi/kotimaa/art-2000009217876.html>
- Koronarokotteet eivät lisäänet kuolleisuutta, HS: <https://www.hs.fi/kotimaa/art-2000009215284.html>
- Korona hoivakodeissa, Yle: <https://yle.fi/a/3-12673129>
- Koronan tulevaisuus, Yle: <https://yle.fi/uutiset/3-12668289>
- Riskiryhmäläisten tapaamisesta, Yle: <https://yle.fi/a/74-20005597>
- Suomessa riskiryhmille suunnatun koronalääkkeen käyttö on osoittautunut monimutkaiseksi, Yle: <https://yle.fi/a/74-20003583>
- Suomessa riskiryhmille suunnatun koronalääkkeen käyttö on osoittautunut monimutkaiseksi, Yle: <https://yle.fi/a/74-20003583>
- WHO: Tuhkarokosta tuli maailmanlaajuinen uhka koronapandemian myötä, Yle: <https://yle.fi/a/74-20005852>
- Pikkulapsille vakava RS-virusepidemia alkoi Varsinais-Suomessa, Yle: <https://yle.fi/a/74-20006062>
- THL:n kaksoisrooli koronarokotteiden tutkijana ja suosittelijana oikeuskanslerin syyniin, Yle: <https://yle.fi/a/3-12680845>
- Moni menetti hajuistinsa koronan seurauksena – Erikoislääkärit selittävät, mistä ilmiössä on kyse, HS: <https://www.hs.fi/hyvinvointi/art-2000009169726.html>

# UUTISKIRJE

Järjestöjen monikielisen ja monikanavaisen koronaviestinnän koordinaatiohankkeen uutiskirje



Hankeseminaarin puhujia ja järjestökumppaneita. Kuva: Vieno Järventausta

## Seuraavat uutiskirjeet

**Uutiskirjeen tavoitteena on koota yhteen tietoa ajankohtaisesta pandemiatilanteesta, viranomaisten tiedotuksista sekä järjestöjen ja Suomen Punaisen Ristin piirien monikielisestä koronaviestinnästä.**

Haluatko esitellä järjestösi tai piirisi monikielistä toimintaa ja koronaan liittyviä materiaaleja? Voit tarjota uutiskirjeeseen aineistoa, juttuvinkkejä tai kirjoittaa jutun itse.

**Uutiskirjeen vuoden 2022 aineiston viimeinen eräpäivä on 12.12.**

Uutiskirje lähetetään kaikille yhteistyökumppaneillemme.

Haluatko liittyä uutiskirjeen postituslistalle? [Täytä tilauslomake täällä.](#)

### **Järjestöjen monikielisen ja monikanavaisen koronaviestinnän koordinaatiohanke**

Suomen Punainen Risti

Hankekoordinaattori Marian Ismail

marian.ismail@redcross.fi

040 5738778

Viestinnän asiantuntija Erika-Evely Ee Eisen

erika-evely.eisen@redcross.fi

040 5789197

[punainenristi.fi/monikielinen-koronaviestinta](https://punainenristi.fi/monikielinen-koronaviestinta)