

# Turvallisesti työmatkalla ulkomailla

---



# Sisällys

---

<b>Esipuhe</b> .....	3
<b>Johdanto</b> .....	4
<b>Osa I: Katsaus lainsäädäntöön</b> .....	5
Työntekijöiden lähettäminen töihin ulkomaille: Suomalainen näkökulma työnantajan yleiseen huolehtimisveloitteeseen työsuojeluasioissa.....	6
Suomen lainsäädäntö .....	6
Työterveys ja -turvallisuusveloitteet Työturvallisuuslain mukaan .....	7
Työnantajan työsuojeluvuorotteet lähetettäessä työntekijöitä ulkomaille.....	8
Työnantajan työterveyteen ja -turvallisuuteen liittyvät veloitteet vastaanottajamaan lainsäädännön mukaan.....	9
Vastuu työterveys ja -turvallisuusveloitteiden laiminlyönnistä .....	9
Yhteenveto.....	10
<b>OSA II: Ulkomaan työn turvallisuusriskit</b> .....	11
Ulkomaantyön toimintaohje.....	12
Kansainvälinen riskien arviointi.....	12
Malli matkатыön riskien vähentämiseen.....	13
Matkalle valmistautuminen.....	16
Viestintä ja yhteydenpito.....	17
Asuminen ja hotellit.....	17
Kulttuuri.....	18
Paikallinen liikenne .....	18
Henkilökohtainen turvallisuus.....	18
Kriisinhallinta.....	19
Turvallisen ulkomaantyön toimintasuunnitelma.....	19
<b>OSA III: Tarkistuslistat työntekijöille</b> .....	21
Turvallisuus ennen matkaa.....	22
Turvallisuus matkan aikana.....	23
Kuormittumisen hallinta.....	26
<b>Lähteet ja lisätietoa</b> .....	27

Julkaisija: Työturvallisuuskeskus TTK

Yhteistyössä: Asianajotoimisto Castren & Snellman, International SOS Foundation, Liikenneturva, Työterveyslaitos

Toimittaja: Päivi Rauramo

Työryhmä: Barbara Bergbom/Työterveyslaitos TTL, Rauno Hanhela/Työturvallisuuskeskus TTK, Päivi Rauramo/Työturvallisuuskeskus TTK,

Mika Susi/Elinkeinoelämän keskusliitto EK, Satu Tuomikoski/Liikenneturva

Taitto: Anne Kaikkonen/Timangi.fi

Paino: Pekan Offset Oy

2. uudistettu painos 2017

ISBN 978-951-810-651-0 (nid.)

ISBN 978-951-810-652-7 (pdf)

Tuotenumero 29019

# Esipuhe

Maailma muuttuu. Monet meistä eivät enää tee työtään kotimaassaan. Kansainvälistyvät ja uusia markkinoita hakevat organisaatiot lähettävät työntekijöitään eri puolille maailmaa, myös korkean riskin alueille. On arvioitu, että liikkuvien työntekijöiden määrä kasvaa jopa 50% vuodesta 2012 vuoteen 2020 (PwC Reports).

Terrori-iskut ovat järkyttäneet ihmisiä eri puolilla maailmaa samoin kuin mittavat luonnonkatastrofit ja epidemiat. Yritystoiminnan on oltava tuottavaa ja kannattavaa, mutta samanaikaisesti on huolehdittava työntekijöiden terveydestä ja turvallisuudesta. Työnantajilta ja turvallisuuden asiantuntijoilta edellytetään yhä enemmän perehtymistä muuttuvan toimintaympäristön riskien hallintaan.

Pelkkä työntekijöiden vakuuttaminen ei riitä, vaan tarvitaan enenevässä määrin myös lääketieteellistä, työterveyttä ja turvallisuutta tukevaa asiantuntijapalvelua ja osaamisen kehittämistä. Toimintaa ohjaavat lainsäädäntö sekä eettiset periaatteet. Mallina voivat toimia ICOH:in Eettiset Säännöt. ”Hyvä työterveys on kokonaisvaltaista ei valikoivaa” – ”Good occupational health is inclusive not exclusive” (ICOH Code of Ethics, kielivaihtoehdot: [www.icohweb.org](http://www.icohweb.org))

Matkatyön toimintaympäristöt vaihtelevat suuresti. Samoin matkustavat työntekijät ovat hyvin erilaisia, kuten myös itse työ ja työsuhteet. Olen itse työskennellyt kotimaani ulkopuolella eri mantereilla 38 vuotta pysyvästi, mutta jokainen työnantajani ja järjestetty työterveyshuolto on tukenut minua ja perhettäni esimerkillisesti. Näin ei kuitenkaan – valitettavasti – ole usein asianlaita. Puutteet riskien ehkäisyssä, voivat aiheuttaa merkittävää haittaa yri-

tykselle tai työllistävälle organisaatiolle ja kohtalokkaita seurauksia matkustaville työntekijöille. Myös oma läheinen työtoverini kuoli työnsä johdosta. Toisaalta tasokas turvallisuus- ja terveysjohtaminen, mukaan lukien kattava ja asiantunteva vaarojen tunnistaminen ja riskien ennaltaehkäisy, tuottavat mittavia hyötyjä yritykselle tai organisaatiolle ja hyvinvointia työntekijöille ja heihin sidoksissa oleville henkilöille.

Vastuussa olevien yritysten ja organisaatioiden strategioihin ja toimintaohjelmiin tulee sisällyttää terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia tukevat tavoitteet, prosessit, määräykset ja ohjeet. Matkustavien työntekijöiden riittävästä, asiantuntevasta ja ennaltaehkäisevästä perehdytyksestä on huolehdittava. Myös pahimman vaihtoehdon toteutuessa evakuoinnin suunnitelmallisuus ja toteutus on pidettävä mielessä.

Tämä opas on tarkoitettu auttamaan organisaatioita ja yrityksiä näiden velvoitteiden toteuttamisessa ja turvallisuus- ja terveyskulttuurin vahvistamisessa. Toimimalla vastuullisesti vahvistuu myös myönteinen työnantaja- ja yrityskuva.

Jukka Takala  
Presidentti, International Commission of  
Occupational Health, ICOH



# Johdanto

Suomalaisten yritysten kansainvälistyminen ja läsnäolo maailmalla on yleistynyt suuntaus, joka näkyy lisääntyvänä matkustamisena. Samanaikaisesti tiedostetaan entistä selvemmin työterveyden ja -turvallisuuden merkitys organisaatioiden menestykselle, maineelle ja liiketoiminnan jatkuvuudelle. Työnantajilla ja turvallisuusalan toimijoilla on edessään uusia haasteita:

- Miten huolehditaan työturvallisuudesta silloin, kun työntekijät matkustavat erityisen vaarallisiin maihin tai alueille?
- Miten organisaation työterveys- ja turvallisuusnormeja sovelletaan, kun yritys tai sen työntekijät toimivat ulkomailla?
- Miten otetaan huomioon työkuultuurien ja –ympäristöjen erilaisuus?

Toiminta ulkomailla edellyttää yrityksiltä ja organisaatioilta asema- tai kohdemaan lainsäädännön, kulttuuriteki- jöiden ja paikallisten erityispiirteiden monipuolista ja riittä- vää hallintaa. Normeissa ja tavoissa toimia saattaa olla tur- vallisuuden kannalta merkittäviä eroja. Lähtökohtana tulee olla, että kohdemaassa toimitaan vähintään yhtä turvallisesti kuin kotimaassa. Johdon, esimiesten, työsuojeluhenkilöstön, ja työterveyshuollon on myös hyvä tietää, millaisissa olosuh- teissa työtä tehdään ulkomailla ja miten kohdemaahan mat- kustetaan sekä miten siellä liikutaan.

Lähtökohtana turvallisuustyölle on yrityksen turvallisuus- politiikan pohjalta tehty toimintaohje, ulkomaantoiminnan osalta asemamaasta tehty turvallisuusanalyysi ja tähän perus- tuvat toimintayksikkökohtaiset erityistoimenpiteet. Kohde- maan asiantuntijaa tarvitaan usein riskien arvioinnissa.

Lisääntyneen matkustamisen myötä yritysten avainhenki- löt ja muu henkilöstö viettävät paljon aikaa erilaisissa lii- kenne- ja kulkuvälineissä, lento- ja muilla asemilla, hotel- leissa ja muissa majoitusliikkeissä olosuhteissa, joihin liittyy riskejä ja uhkia myös fyysiselle turvallisuudelle.

Matkustusriskien huomioon ottaminen yrityksen ulko- maantoimintojen turvallisuutta järjestettäessä on tärkeää. Toimivien ja tehokkaiden matkustus- ja käyttäytymisohjei- den laatiminen edellyttää yksinkertaisten mallien käyttöö- ottamista ja koulutusta. Erityisen tärkeää on kokemusperäi- sen ohjeiden ja neuvojen välittäminen matkustamisen eri vaiheita ja tilanteita varten.

Tämä julkaisu ja siihen liittyvät erilliset työntekijöille tarkoitetut tarkistuslistat antavat perustietoa sekä kansain-

välistyville yrityksille että niiden palveluksessa oleville työn- tekijöille, olkoon kyse lyhyestä työmatkasta tai pitkäaikai- sesta ulkomaankomennuksesta.

Laaja perehdyttäminen ulkomaanpalveluksen tiedossa oleviin ja ennalta arvattaviin olosuhteisiin antaa henkilölle ja hänen perheelleen turvallisuuden tunnetta, joka puolestaan edistää viihtyvyyttä sekä työskentelyssä ulkomaan toiminta- yksikössä, että vapaa-aikana perheen parissa. Perheen tullessa mukaan ulkomaankomennukselle, on hyvä huolehtia senkin riittävästä perehdyttämisestä.

*Turvallisesti työmatkalla ulkomailla* on kolmiosainen jul- kaisu. Ensimmäinen ja toinen osa on tarkoitettu turvalli- suusalan ammattilaisille ja niille esimiehille ja johtajille, jotka ovat vastuussa työn vuoksi ulkomaille matkustavasta henkilöstöstä. Ensimmäisessä osassa käsitellään matkatyöhön liittyvää lainsäädäntöä. Toisessa osassa tarkastellaan yleisesti esiin tulevia kysymyksiä painottaen erityisesti henkilöstöön kohdistuvia riskejä. Sivulla 19 on ulkomaantyötä koskeva toimintasuunnitelma. Kun toimintasuunnitelma on käyty läpi ja on sovittu tarvittavista toimenpiteistä, tulokset voi- daan liittää osaksi yksittäisen ulkomaille matkustavan henki- lön riskien arviointia.

Kolmas osa koostuu työntekijöille tarkoitetuista tarkistus- listoista. Niissä neuvotaan, mitä pitää tehdä ennen lähtöä ja miten omasta terveydestään ja turvallisuudestaan voi huo- lehtia perillä. Kaikissa osissa käsitellään erilaisia ulkomaan- työn muotoja päivän työmatkasta kuukausia tai vuosia kes- tävään komennukseen. Lopuksi käsitellään kuormituksen hallintaa.

Tämä julkaisu on toteutettu yhteistyössä INTERNATIONAL SOS FOUNDATION:in kanssa. Se on riippumaton, voittoa tavoittelematon organisaatio, jonka tavoitteena on edistää ulkomaille matkustavien ja niihin lähetettyjen työntekijöi- den terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia. Järjestöllä on viisi keskeistä painopistettä ja tavoitetta:

- Tutkimus: maailman laajuisen liikkuvuuden riskien ymmärtäminen
- Koulutus: terveys- ja turvallisuusriskeihin liittyvän tiedon tuottaminen työntekijöille, yrityksille, työnantajille ja valtionhallinnoille
- Sosiaalisen vastuun vahvistaminen yrityksissä
- Kansainvälisen toimintamallin ja työvälineen kehittämi- nen riskien hallintaan
- Riskeihin liittyvän informaation levittäminen eri kanavia hyödyntäen.

# Osa I: Katsaus lainsäädäntöön



# OSA I: Katsaus lainsäädäntöön

## Työntekijöiden lähettäminen ulkomaille – suomalainen näkökulma työnantajan huolehtimisvelvoitteeseen

Yhä useammat yritykset laajentavat toimintaansa uusille markkinoille ympäri maailmaa, aina kaukaisimpia kolkkia myöten. Kansainvälisen toiminnan kasvaessa myös liikematkustajien ja ulkomailla työskentelevien määrä kasvaa. Myös suomalaiset yritykset kansainvälistyvät kovaa vauhtia. Kun toiminta laajenee ulkomaille, yritysten työntekijät työskentelevät yhä useammin itselleen vieraassa ympäristössä, jossa heidän terveytensä, turvallisuutensa ja hyvinvointinsa saattaa kohdistua aiempaa suurempia riskejä ja uhkia. Tämä tuo kansainvälisesti toimiville työnantajille uusia, muun muassa työturvallisuuteen liittyviä haasteita.

Kun tavallisesti Suomessa työskentelevä työntekijä lähetetään ulkomaille töihin joko työmatkalle tai työkomennukselle, työnantajan on erilaisten käytännön vaikutusten ja jopa eettisten kysymysten lisäksi otettava huomioon useita työntekijän työturvallisuuteen liittyviä oikeudellisia näkökohtia.

## Suomen lainsäädäntö

Suomen lainsäädännössä työnantajalle asetetaan lukuisia työturvallisuuteen liittyviä velvoitteita. Säädöksistä keskeisin on työturvallisuuslaki (738/2002).

Työturvallisuuslaissa säädetään muun muassa työnantajan yleisestä velvollisuudesta huolehtia työntekijöidensä turvallisuudesta ja terveydestä työssä. Työturvallisuuslain lisäksi työturvallisuutta koskevia säännöksiä on useissa muissa laeissa ja alemman tasoisissa säädöksissä, jotka koskevat muun muassa rakennustyötä, työn kemiallisia ja biologisia tekijöitä sekä koneiden ja työvälineiden turvallista käyttöä.

Työturvallisuuslakia ja muita työturvallisuusmääräyksiä sovelletaan *työntekijöihin* eli henkilöihin, jotka tekevät työsopimuksen perusteella työtä työnantajan lukuun tämän johdon ja valvonnan alaisena vastiketta vastaan. Koska toimitusjohtajan ei katsota olevan työntekijä vaan osakeyhtiönlain (624/2006) mukainen toimielin, työturvallisuuslainsäädäntöä ei sovelleta toimitusjohtajiin.

Toinen työturvallisuussäätelyn soveltamisalan ulkopuolelle jäävä ryhmä ovat itsenäiset elinkeinonharjoittajat. He päättävät tavallisesti vapaasti muun muassa siitä, miten ja milloin he tekevät työn: he eivät siis ole sopimuskumppaninsa työnjohto-oikeuden alaisia, eikä heitä siten katsota työntekijöiksi.

Koska toimitusjohtajat ja itsenäiset elinkeinonharjoittajat eivät kuulu työturvallisuuslain soveltamisalaan, työturvallisuuslaki ei myöskään voi velvoittaa sitä osapuolta, jonka lukuun toimitusjohtaja tai itsenäinen elinkeinonharjoittaja työskentelee.

Vuokratyöntekijät ovat henkilöstövuokrausyrityksen työntekijöitä, mutta koska käyttäjäyritys tavallisesti käytännössä ohjaa ja valvoo vuokratyöntekijän työtä, suurin osa työturvallisuusvelvoitteista on käyttäjäyrityksellä. Vastaavasti työturvallisuuslain mukainen vastuu voidaan kohdistaa käyttäjäyritykseen.

Alueperiaatteesta johtuen Suomen työturvallisuussääntelyä sovelletaan vain Suomessa. Vastaavasti suomalaiset työsuojeluviranomaiset ovat toimivaltaisia valvomaan ainoastaan Suomessa tehtävää työtä. Tämä ei kuitenkaan tarkoita, että suomalainen työnantaja voisi jättää Suomen lainsäädännön mukaiset työturvallisuusvelvoitteensa huomiotta lähettäessään työntekijöitä ulkomaille, olipa kyseessä sitten lyhyt työmatka tai pidempi työkomennus.

Lähtökohtana on, että kohdemaassa työntekijän on voitava tehdä työ yhtä turvallisesti kuin lähtömaassa. Siksi on välttämätöntä, että työnantaja tiedostaa ja analysoi mahdolluuksiensa mukaan ulkomailla työskentelyyn liittyvät terveyteen ja turvallisuuteen kohdistuvat riskit sekä tiedottaa niistä työntekijälle. Työnantajan on myös tarjottava työntekijälle tietoa siitä, miten riskit voi parhaiten välttää ja työtä tehdä turvallisesti kohdemaasta riippumatta. Pidempien komennusten yhteydessä terveyteen ja turvallisuuteen liittyvien riskien lisäksi on aiheellista punnita myös kulttuurisia, poliittisia ja muita sosiaalisia tekijöitä, sillä ne saattavat vaikuttaa työntekijän fyysisen hyvinvoinnin lisäksi hänen psyykkiseen työhyvinvointiinsa.

Jos työnantaja saa tietää, että jotkin tunnistetut (tai tunnistamattomat) terveyteen ja turvallisuuteen liittyvät riskit ovat toteutuneet, sen on pyrittävä kaikin kohtuullisin keinoin varmistamaan, etteivät samat riskit toteudu tulevaisuudessa. Tämä saattaa tilanteen mukaan tarkoittaa esimerkiksi sopimusneuvotteluja sen yrityksen kanssa, jonka lukuun työntekijä on kohdemaassa työskennellyt, tai pahimmassa tapauksessa työntekijän kutsumista takaisin kotimaahan. Tärkeintä on, että työnantaja ryhtyy toimiin asiassa.

Jos työnantaja ei ryhdy toimiin tai jättää alun perinkin terveyteen ja turvallisuuteen kohdistuvien riskien arvioinnin tekemättä, se voi joutua Suomen lainsäädännön mukaiseen vastuuseen. Kuten jäljempänä kerrotaan, työturvallisuusvelvoitteiden laiminlyönnistä voidaan Suomen lain mukaan määrätä työnantajalle sekä yksityisoikeudellisia että rikosoikeudellisia seuraamuksia. Etenkin rikosoikeudellisen vastuun vuoksi työnantajan on erittäin suositeltavaa suhtautua työturvallisuusvelvoitteisiinsa vakavasti myös tilanteissa, joissa työntekijä työskentelee ulkomailla.

Tässä yhteydessä on hyvä huomata myös ulkomailta Suomeen lähetetyn työntekijän asema. Kun ulkomainen työnantaja lähettää työntekijänsä Suomeen niin, että työntekijän tavanomaisen työskentelypaikan katsotaan olevan Suomessa, työntekijään on sopimusvelvoitteisiin sovellettavasta laista annetun Euroopan parlamentin ja neuvoston asetuksen (EY) N:o 593/2008 (Rooma I -asetus) nojalla sovellettava työturvallisuuslakia ja muuta Suomen työturval-

lisuuslainsäädäntöä, vaikka työsuhteeseen muuten sovelletaisiin toisen valtion lainsäädäntöä.

Jos työnantajan Suomeen lähettämä työntekijä työskentelee täällä vain rajoitetun ajan alihankinta- tai työvoiman vuokrausta koskevan sopimuksen nojalla, taikka yritysrhythmin sisäisen siirron johdosta, työntekijään sovelletaan työntekijöiden lähettämisestä annetun lain (447/2016) mukaisesti ”vain” työturvallisuuslain säännöksiä ja mahdollisen työehtosopimuksen työturvallisuutta koskevia määräyksiä.

Edellä mainituissa tapauksissa työnantaja vastaa Suomen työturvallisuuslain rikkomisesta ikään kuin työnantaja olisi suomalainen.

## Työturvallisuuslain mukaiset työturvallisuusvelvoitteet

Kuten edellä todettiin, työturvallisuuslaki on Suomessa keskeisin työturvallisuutta koskeva säädös. Sen tarkoituksena on parantaa työympäristöä ja työolosuhteita työntekijöiden työkyvyn turvaamiseksi ja ylläpitämiseksi sekä ennaltaehkäistä ja torjua työtapaturmia, ammattitauteja ja muita työstä ja työympäristöstä johtuvia työntekijöiden fyysisen ja henkisen terveyden haittoja.

Työturvallisuuslailla suojataan työntekijän fyysistä terveyttä, mutta se sisältää myös nimenomaisen häirintää/kiusaamista koskevan säännöksen, jonka mukaan työnantajan on asiasta tiedon saatuaan käytettävissään olevin keinoin ryhdyttävä toimiin epäkohdan poistamiseksi.

Viime vuosina työntekijät ovat tulleet yhä tietoisemmiksi henkistä työhyvinvointia koskevista työnantajan velvoitteista. Työturvallisuuteen liittyviä syytteitä nostetaan yhä useammin myös sen perusteella, että työnantajan väitetään asiasta tiedon saatuaan jättäneen puuttumatta kiusaamistapauksiin tai kiusaamisepäilyihin. Onkin tärkeää, että työnantaja tunnustaa velvoitteensa myös tällä työhyvinvoinnin alueella.

Työturvallisuuslain mukaan työnantajalla on yleinen velvoite huolehtia työntekijöidensä turvallisuudesta ja terveydestä työssä. Tämän **yleisen huolehtimisvelvoitteen** lisäksi työnantajalla on muun muassa seuraavat velvoitteet:

- Työnantajalla on oltava kirjallinen työsuojelun **toiminta-ohjelma** turvallisuuden ja terveyden edistämiseksi ja työntekijöiden työkyvyn ylläpitämiseksi.
- Työnantajan on työn ja toiminnan luonne huomioon ottaen riittävän järjestelmällisesti selvitettävä ja tunnistettava työstä ja työympäristöstä aiheutuvat haitta- ja vaaratekijät sekä, jos niitä ei voida poistaa, arvioitava niiden merkitys työntekijöiden turvallisuudelle ja terveydelle (niin sanottu **työn vaarojen selvittäminen ja arviointi**). Tämä velvoite edellyttää työnantajalta aktiivisia toimia: sen tulee toisin sanoen ryhtyä konkreettisiin toimiin velvoitteen täyttämiseksi. Selvitys ja arviointi on myös aika ajoin tarkistettava ja pidettävä ajan tasalla.
- Työnantajan on annettava työntekijöilleen riittävät tiedot työpaikan haitta- ja vaaratekijöistä ja huolehdittava siitä,

että työntekijä saa muun muassa riittävän perehdytyksen työhön ja työolosuhteisiin sekä opetusta ja ohjausta työn haittojen ja vaarojen estämiseksi (niin sanottu **työntekijälle annettava opetus ja ohjaus**).

- Jos työntekijän todetaan työssään kuormittuvan terveystään vaarantavalla tavalla, työnantajan on asiasta tiedon saatuaan käytettävissään olevin keinoin ryhdyttävä toimiin kuormitustekijöiden selvittämiseksi sekä vaaran välttämiseksi tai vähentämiseksi.

Edellä esitetyn lisäksi työturvallisuuslaissa on muun muassa työergonomiaa, turvalaitteita, siisteyttä, työpaikan fyysisiä ja biologisia tekijöitä ja näyttöpäätelaitteita koskevia säännöksiä. Niissä asetetaan työnantajalle täsmällisiä velvoitteita, mutta samalla niistä saa viitteitä siihen, millaisiin asioihin esimerkiksi työn vaarojen selvittämisessä ja arvioinnissa tulisi kiinnittää huomiota.

Työturvallisuuslaissa asetetaan velvollisuuksia lähinnä työnantajille. On kuitenkin hyvä huomata, että laissa säädetään tiettyjä velvoitteita myös työntekijöille. Tärkein näistä on velvollisuus huolehtia omasta ja muiden työntekijöiden turvallisuudesta ja terveydestä työssä mahdollisuuksien mukaan. Työntekijän on myös viipymättä ilmoitettava työnantajalle esimerkiksi työolosuhteissa taikka työmenetelmissä, koneissa tai muissa työvälineissä havaitsemistaan vioista ja puutteellisuuksista, jotka voivat aiheuttaa haittaa tai vaaraa työntekijöiden turvallisuudelle tai terveydelle.

Vaikka työntekijälle työturvallisuuslaissa asetettujen velvoitteiden rikkominen ei yleensä johdakaan välittömiin seuraamuksiin tai vähennä lakiin perustuvaa työnantajan vastuuta, työntekijöitä on hyvä muistuttaa näistä velvollisuuksista työnantajan työturvallisuutta koskevista ohjeissa. Ohjeet tulisi laatia erikseen kansainvälisiä työskentelytilanteita varten.

## Työturvallisuuslain mukaiset työnantajan velvoitteet Suomesta ulkomaille lähetettäviä työntekijöitä kohtaan

Työturvallisuuslaissa ei säädetä nimenomaisia velvoitteita työnantajalle, joka lähettää työntekijöitä työhön ulkomaille. Yleisen huolehtimisvelvoitteen mukaan työnantaja on kuitenkin velvollinen huolehtimaan työntekijöiden turvallisuudesta ja terveydestä silloinkin, kun he tekevät työtään toisessa maassa.

Laissa otetaan huomioon se, ettei työnantajalla välttämättä ole edustajaa kyseisessä toisessa maassa ja ettei se siksi välttämättä käytännön syistä pysty huolehtimaan työturvallisuusvelvoitteistaan samalla tavoin kuin se huolehtisi, jos työ tehtäisiin Suomessa. Työturvallisuuslaissa onkin nimenomainen säännös, jonka mukaan epätavalliset ja ennalta arvaamattomat olosuhteet, joihin työnantaja ei voi vaikuttaa,

otetaan huomioon huolehtimisvelvollisuuden laajuutta rajaavina tekijöinä.

Kun työnantaja lähettää työntekijöitä ulkomaille, **työn vaarojen selvittäminen ja arviointi** sekä **työntekijälle annettava opetus ja ohjaus** nousevat eräitä muita, työnantajan läsnäoloa työpaikalla edellyttäviä velvollisuuksia tärkeämmiksi. Turvallisuutta ja terveyttä edistävän yleisen työsuojelun toimintaohjelman lisäksi työnantajalla on hyvä olla erityinen **ohjeistus ulkomailta työskenteleville**. Ohjeistus voidaan tarvittaessa myös liittää osaksi yleistä työsuojelun toimintaohjelmaa.

Jotta työntekijän turvallisuudelle ja terveydelle työssä aiheutuvat riskit voitaisiin minimoida, työnantajan tulisi tehdä riskien ja vaarojen arviointi mahdollisimman huolellisesti. Tilanteen mukaan selvitystyössä voi olla suositeltavaa käyttää apuna kohdemaan olosuhteisiin perehtynyttä asiantuntijaa. Selvityksessä on otettava huomioon monenlaisia näkökohtia aina poliittisista ja yhteiskunnallisista riskeistä (erityisesti terveyteen kohdistuvista riskeistä) infrastruktuuriin, matkustus- ja viestintämahdollisuuksiin sekä työntekijöiden kotiinpaluuseen. Yleisten riskien lisäksi on arvioitava riskejä, jotka liittyvät asianomaiseen yksittäiseen työntekijään, esimerkiksi hänen terveyteensä (yksilöllinen riskien arviointi).

Vaarojen arviointi on suositeltavaa laatia kirjallisesti, sillä vain tällöin työnantaja voi todistaa, että selvitys on todella tehty. Vaarojen arviointi on pidettävä ajan tasalla. Jos ulkomailta työskentelyyn liittyvissä olosuhteissa tapahtunut muutos joltakin osin antaa aiheutta aiemmasta poikkeavaan arvioon, arviointia tulee muuttaa.

Asianmukainen riskien ja vaarojen arviointi auttaa työnantajaa täyttämään muut työturvallisuusveloitteensa ja tarjoamaan työntekijöille työturvallisuutta koskevaa opetusta ja ohjausta. Vaarojen arvioinnin perusteella työnantaja voi myös laatia ulkomailta työskentelyä koskevan kirjallisen ohjeistuksen.

Ulkomailta työskentelyä koskevan ohjeistuksen aiheita voivat olla esimerkiksi

- ulkomailta työskentelyyn liittyvät yleiset riskit työterveyden ja työturvallisuuden näkökulmasta sekä kuhunkin kohdemaan mahdollisesti liittyvät erityiset riskit työterveyden ja työturvallisuuden näkökulmasta
- turvallisuutta edistävät toimenpiteet ennen lähtöä ja matkan aikana, esimerkiksi
  - kohdemaata koskevien lisätietojen hankkiminen eri lähteistä
  - matkustusasiakirjat
  - lääkärintarkastukset
  - kulttuuriin ja uskontoon liittyvät asiat
  - pukeutuminen
  - raha ja valuutta
  - viestintä ja yhteydenpito työnantajaan
  - liikenne ja matkustusturvallisuus
  - ruoka ja juoma

- hygienia ja lääkkeet
- toimiminen sairaus- ja onnettomuustapauksissa
- työkomennustapauksissa tietoa siitä, miten työnantaja tukee työntekijän paluuta.

Ohjeistuksen sisältö voi luonnollisesti vaihdella esimerkiksi mahdollisten kohdemaiden mukaan. Kun työmatka tai komennus on jo alkanut, työntekijöillä on usein itsellään eniten tietoa ulkomailta työskentelyyn liittyvistä turvallisuus- ja terveysriskeistä. Siksi ulkomailta työskentelyä koskevassa ohjeistuksessa on suositeltavaa muistuttaa työntekijöitä heidän työturvallisuuslain mukaisista velvoitteistaan. Tämä on yksi tapa, jolla työnantaja voi osoittaa yrittäneensä selvittää ja arvioida työn vaarat niin huolellisesti kuin mahdollista. On myös aiheellista korostaa, että työntekijän yleinen huolehtimisvelvoite työnantajaa kohtaan edellyttää työntekijältä kaikissa tilanteissa työnantajan ulkomailta työskentelyä koskevien ohjeiden ja muiden mahdollisten ohjeiden asianmukaista noudattamista.

Ulkomailta työskentelyä koskeva ohjeistus tulisi käsitellä yhteistoiminnassa työntekijöiden tai heidän edustajiensa kanssa työsuojelun valvonnasta ja työpaikan työsuojeluyhteistoiminnasta annetun lain mukaisesti (44/2006). Vaikka työntekijät olisivat valinneet keskuudestaan työsuojeluvaltuutetun, jonka kanssa työnantaja yleensä keskustelee työterveyttä ja työturvallisuutta koskevista asioista, voi etenkin pienemmissä työpaikoissa olla hyvä ajatus käsitellä ohjeistus yhdessä koko henkilöstön kesken.

Kun työntekijä lähetetään ulkomaille ensimmäistä kertaa, työnantajan olisi myös hyvä harkita, tulisiko lähetettävälle työntekijälle järjestää erityistä turvallisuuskoulutusta. Koulutus voi olla erityisen tärkeää, kun kyseessä on pidempi työkomennus tai kun työntekijä matkustaa työnsä vuoksi toistuvasti, etenkin jos työmatkat suuntautuvat maahan tai maihin, joiden terveys- ja turvallisuustilanne poikkeaa huomattavasti Suomen tilanteesta. Koulutuksessa työnantaja voi esimerkiksi käydä asianomaisten työntekijöiden kanssa läpi ulkomailta työskentelyä koskevan ohjeistuksen ja keskustella heidän kanssaan mahdollisista turvallisuuteen liittyvistä kysymyksistä.

On ehdottoman tärkeää, että ulkomailta työskentelyä koskeva ohjeistus päivytyksineen on helposti työntekijöiden saatavilla. Ohjeistus voidaan esimerkiksi julkaista yrityksen intranetissä tai toimittaa työntekijöiden saataville jollakin muulla tarkoituksenmukaisella ja tehokkaalla tavalla.

## Kohdemaan lainsäädännöstä johtuvat työnantajan velvollisuudet

Työnantajan on siis varmistettava, että Suomen lainsäädäntöä noudatetaan. Kuitenkin myös kohdemaan lainsäädännöstä saattaa johtua työturvallisuutta koskevia vaatimuksia.



Näin voi olla erityisesti silloin, kun työntekijä lähetetään ulkomaille lyhyttä työmatkaa pidemmäksi ajaksi.

Tietyt Euroopan unionin lainsäädäntöön perustuvat vaatimukset ovat kaikissa EU-maissa samat, mutta muuten myös EU-maiden lainsäädännössä voi olla suuriakin eroja. Euroopan ulkopuolella erot yleensä vielä suurempia. Myös suhtautuminen velvoitteiden täytäntöönpanoon voi joissakin maissa poiketa huomattavasti suomalaisesta.

Ennen työntekijöiden lähettämistä uudelle alueelle työnantajan on syytä hankkia paikallista oikeudellista neuvontaa. Se auttaa työnantajaa tiedostamaan velvollisuutensa ja ymmärtämään riskit, joita työturvallisuusvelvoitteisiin voi ulkomailla liittyä.

## Työturvallisuusvelvoitteiden laiminlyöntiin liittyvä vastuu

Työturvallisuusvelvoitteiden laiminlyönnistä voidaan Suomen lain mukaan määrätä työnantajalle sekä yksityisoikeudellisia että rikosoikeudellisia seuraamuksia.

Rikoslain (39/1889) mukaan työnantaja tai työnantajan edustaja, joka tahallaan tai huolimattomuudesta esimerkiksi rikkoo työturvallisuusmääräyksiä tai mahdollistaa työturvallisuusmääräysten vastaisen tilan jatkumisen laiminlyönnillä valvoa työturvallisuusmääräysten noudattamista alaisessaan työssä, voidaan tuomita työturvallisuusrikoksesta sakkoon tai vankeuteen enintään yhdeksi vuodeksi. Työnantaja tai sen edustaja voi myös joutua rikosvastuuseen, jos se jättää huolehtimatta taloudellisista, toiminnan järjestämistä koskevista tai muista työsuojelun edellytyksistä.

Rikoslain mukaan työnantajan edustajalla tarkoitetaan työnantajana olevan oikeushenkilön lakimääräisen tai muun päättävän elimen jäsentä, kuten toimitusjohtajaa tai hallitusta. Työnantajan edustajana voidaan kuitenkin pitää myös henkilöä, joka johtaa ja valvoo työtä. Työturvallisuusrikoksesta tuomitaan rangaistukseen se, jonka vastuun piiriin teko tai laiminlyönti kuuluu. Työturvallisuusvastuun ulottuvuus onkin laaja: se voi ulottua ylimmästä johdosta keskijohdon kautta aina työnjohtoon saakka.

Kun työntekijöitä lähetetään Suomesta ulkomaille, työnantajan tai sen edustajan työturvallisuusvastuu tulee kyseen lähinnä juuri riskien ja vaarojen arviointia sekä työntekijöiden opetusta ja ohjausta koskevien velvoitteiden rikkomistapauksissa. Vastuuseen voi joutua myös ylin johto, joka on esimerkiksi jättänyt huolehtimatta, että työnantajan työturvallisuusvelvoitteiden toteuttamiseksi on käytettävissä riittävät taloudelliset varat.

Yksittäisille organisaation edustajille määrättävien rangaistusten lisäksi yritys voidaan tuomita yhteisösakkoon. Tämä edellyttää, että sen lakisäätiseen toimielimeen kuuluva tai yrityksessä tosiasiallista päätösvaltaa käyttävä henkilö on esimerkiksi sallinut rikoksen tekemisen tai jos työnantajaorganisaation toiminnassa ei ole noudatettu vaadittavaa huolellisuutta ja varovaisuutta rikoksen ehkäisemiseksi. Yhteisösakko voidaan tuomita, vaikka rikoksentehtyjää ei saada selville tai häntä ei muusta syystä tuomita rangaistukseen. Yhteisösakon määrä on alimmillaan 850 euroa ja ylimmillään 850 000 euroa. Määrä riippuu laiminlyönnin laadusta ja laajuudesta tai johdon osuudesta sekä yrityksen taloudellisesta asemasta.

Rikosoikeudellisen vastuun lisäksi työnantaja tai sen edustaja voi joutua siviilioikeudelliseen vastuuseen työntekijälle aiheutuneesta vahingosta.

## Yhteenveto

Työturvallisuuslaissa säädetyyn yleiseen huolehtimisveloitteen mukaan työnantaja on kaikin kohtuullisin keinoin velvollinen huolehtimaan työntekijöiden turvallisuudesta ja terveydestä työssä. Vaikka työnantajan mahdollisuudet huolehtia työturvallisuudesta ovat rajalliset silloin, kun työ tehdään ulkomailla, työturvallisuusvastuu on olemassa. Työnantajan työturvallisuusvelvoitteiden tosiasiallinen laajuus riippuu suurelta osin kunkin yksittäistapauksen erityispiirteistä.

Suomen laista johtuvien velvoitteiden lisäksi työnantajan on otettava huomioon myös kohdemaan lainsäädännöstä johtuvat velvoitteet. Tämä koskee erityisesti pidempiä työkomennuksia.

Lähetetäänpä työntekijöitä sitten lyhyille työmatkoille tai pidemmille työkomennuksille, erityistä huomiota on kiinnitettävä työturvallisuutta koskevien riskien arviointiin ja yhtiön ohjeistuksiin, koulutuksiin ja perehdytyksiin. Ne on toteutettava asianmukaisesti. Kaikki toteutetut toimenpiteet on suositeltavaa kirjata ylös: näin työnantaja pystyy tarvittaessa osoittamaan, että se on tehnyt toimenpiteitä velvoitteidensa täyttämiseksi.

Vaikka oikeuskäytännössämme on käsitelty useita työnantajan työturvallisuusvelvoitteiden laiminlyöntiä koskevia tapauksia, toistaiseksi ei ole olemassa ennakkotapausta, jossa olisi mukana jokin kansainvälinen ulottuvuus. Työturvallisuusrikoksen tunnusmerkistö täyttyy kuitenkin helposti: kuten edellä todettiin, ”pelkkä” työturvallisuusääntöjen huolimaton rikkominen riittää. Siksi työntekijöitä ulkomaille lähetävän työnantajan on erittäin suositeltavaa perehtyä huolellisesti lakisäätisiin työturvallisuusvelvollisuuksiinsa seuraamusten välttämiseksi.

Tämän tekstin on tuottanut asianajaja Henna Kinnunen Asianajotoimisto Castrén & Snellmanilta Työturvallisuuskeskukselle. Lisätietoja aiheesta Henna Kinnuselta: <http://www.castrén.fi/fi/ihmiset/henna-kinnunen/>



#### **Asianajotoimisto Castrén & Snellman Oy**

Castrén & Snellman on yksi Suomen suurimmista asianajotoimistoista, jolla on toimistot Helsingin lisäksi Moskovassa ja Pietarissa. Castrén & Snellman tarjoaa ratkaisuja niin yritysjärjestelyissä, riidanratkaisussa kuin muillakin liikejuridiikan erikoisaloilla.

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



#### **International SOS Foundation**

International SOS Foundation pyrkii parantamaan ulkomailla toimivien työntekijöiden terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia tutkimalla, ymmärtämällä ja auttamalla vähentämään riskejä. International SOS Foundation perustettiin vuonna 2011 International SOS:n apurahalla. Se on itsenäinen, voittoa tavoittelematon organisaatio.

[www.internationalsosfoundation.org](http://www.internationalsosfoundation.org)



#### **IOSH on Iso-Britanniassa toimiva *The Institution of Occupational Safety and Health***

IOSH on työterveyden ja -turvallisuuden ammattilaisten virallinen elin. Se on maailman suurin työsuojelualan ammattilaisten järjestö. IOSH edustaa alan ääntä, kampanjoi miljoonia ihmisiä koskevissa asioissa. Se asettaa standardeja ja tukee ja kehittää sekä yhdistää jäseniään resursseihin, opastukseen, tapahtumiin ja koulutukseen.

[www.iosh.co.uk](http://www.iosh.co.uk)

## OSA II: Ulkomaan työn turvallisuusriskit



# OSA II: Ulkomaan työn turvallisuusriskit

## Ulkomaantöiden toimintaohje

Kun organisaatiossa suunnitellaan toiminnan laajentamista ulkomaille, on otettava huomioon myös ulkomaille olevan henkilöstön terveys ja turvallisuus.

Työpaikan johdon ja työsuojeluhenkilöstön on syytä pohtia:

- Lähetetäänkö työntekijöitä ulkomaille ja jos lähetetään, kuinka monta henkilöä?
- Mikä on paras tapa matkustaa?
- Millaista arki on kohdemaassa?
- Mitä suunnittelua organisaation siirtyminen ulkomaille tai toiminta ulkomaille edellyttää?
- Mistä löydetään asiantuntijatukea kohdemaassa?
- Mihin erityisesti on kiinnitettävä huomiota kohdemaan terveys- ja turvallisuusolojen osalta?
- Miten kohdemaan ja kotimaan lainsäädäntö ja normit eroavat toisistaan?
- Millä tavalla organisaation henkilöstöpolitiikkaa pitää päivittää?
- Miten kulttuuri- ja kielieroja käsitellään?

Ulkomaantöiden toimintaohjetta laadittaessa tulee ottaa huomioon seuraavat seikat:

- Onko yleensäkin tarpeen lähettää henkilöstöä kyseiseen kohteeseen?
- Onko työntekijöiden käyttöön tarkoitettu rakennus tarkoitukseensa sopiva?
- Tunteeko työntekijä mahdolliset riskit ja osaako hän välttää tai minimoida vaaratilanteet?
- Onko työntekijä pätevä suorittamaan hänelle osoitetun tehtävän?
- Valvotaanko henkilöstöä asianmukaisesti paikan päällä?
- Tunteeko yritys työympäristön ja siihen liittyvät riskit riittävän hyvin?

Työterveyttä ja -turvallisuutta koskevat standardit ja normit vaihtelevat maittain ja alueittain. Tämä merkitsee haastetta monikansallisille organisaatioille, jotka haluavat noudattaa kaikessa toiminnassaan yhdenmukaisia normeja. Useimmilla työnantajilla on työsuojelun toimintaohjelmat ja pelastussuunnitelma, joissa todetaan yleiset ja lakisääteiset velvoitteet, mutta hyvän hallinnon mukaista on laatia myös ulkomaille lähetettäviä työntekijöitä varten ulkomaantöiden toimintaohje, jossa määritellään yrityksen vastuut.

Toimintaohje (Duty of care) ei ole työnantajalle lain mukaan pakollinen, mutta suositeltava. Mikäli työnantajan toimintaa ja riittävien turvallisuustoimenpiteiden toteuttamista joudutaan jossakin esimerkiksi onnettomuustilanteessa arvioimaan, ohjeesta saattaa olla merkittävää hyötyä.

Työterveyden ja -turvallisuuden varmistamiseen riittävän hyvälle tasolle tarvitaan ainakin seuraavia toimenpiteitä:

- Työsuojelun toimintaohjelmaan sisällytetään matkaryöiden turvallisuutta kuvaava osio, joka pidetään ajan tasalla.

- Varmistetaan, että työterveyshuollolla on riittävä osaaminen matkaryöhön liittyvien terveysriskien hallinnasta.
- Toteutetaan ulkomaantöiden riskien arviointi kattavasti ja asiantuntevasti.
- Luodaan järjestelmät, joiden avulla tiedetään, missä työntekijät kulloinkin työn puitteissa ovat ja yhteydenpito sujuu, jotta terveys ja turvallisuus voidaan varmistaa mahdollisimman hyvin.
- Pyritään mahdollistamaan 24h- avunsaantipalvelu hätätilanteiden varalle.
- Testataan ja arvioidaan järjestelmien toimivuutta säännöllisesti.
- Rakennetaan yhteistyöverkosto terveys- ja turvallisuus-asiantuntijapalveluita tarjoavista organisaatioista.
- Huolehditaan työntekijöiden kouluttamisesta ja perehdyttämisestä matkaryöhön, erityisesti vaarallisille alueille matkustavien osalta.

On tärkeää keskustella organisaatiossa oikeiden henkilöiden kanssa kansainvälisen työ- ja matkustusohjesäännön sisällöstä ennen kuin se vahvistetaan lopullisesti. Erityisen tärkeää on kuulla sellaisia henkilöitä, joilla on jo kokemusta kansainvälisestä toiminnasta ja jotka voivat kertoa hyvistä käytännöistä ja kantapään kautta opituista asioista. Toimintaohjeeseen tulee sisältää kattavasti ohjeet sekä lyhyitä työmatkoja että pitkäaikaisia komennuksia varten.

Toimintaohjeessa voidaan yksinkertaisesti todeta, että organisaation kotimaassa noudattamat normit ja vastuut pätevät myös ulkomaille työntekijän ollessa työmatkalla ja että organisaatio antaa tietoa, koulutusta, tukea ja laitteita työntekijän terveyden, turvallisuuden ja hyvinvoinnin turvaamiseksi.

## Kansainvälinen riskien arviointi

### Pohdittavia seikkoja

- kansainvälisen toimintaohjelman kattavuus: henkilöt, kohteet ja toiminnot
- ulkomaille lähetettävien henkilöiden (ja tarvittaessa myös heidän perheidensä) riskiprofiilit
- kohdemaan poliittiset, terveydelliset ja turvallisuuteen liittyvät riskit
- kohdemaiden infrastruktuuri
- kulttuuritietoisuus ja -koulutus
- matkasuunnitelma ja rokotusaikataulu
- henkilökohtainen turvallisuus ja turvakoulutus
- viestintä, kontaktit ja yhteydenpito
- majoitus ja asuminen
- maan sisäinen matkustaminen, mukaan lukien autoilu
- strategia ja toimenpiteet ennalta arvaamattomia tilanteita ja kriisi- ja erityistilanteita varten
- kotiuttamisstrategia ja keskustelut kotiinpaluun jälkeen.

## Malli matkатыön riskien vähentämiseen

Seuraavalla sivulla oleva malli auttaa ymmärtämään paremmin matkатыön monimutkaisia terveys- ja turvallisuusriskejä ja niiden hallintamenetelmiä. Malli on rusetin muotoinen ja eriyttää reaktiiviset ja proaktiiviset toimenpiteet.

### Vaarojen tunnistaminen ja riskien arviointi

Riskien hallinnassa on oleellista kattava vaarojen ja haittojen tunnistaminen, johon tarvitaan työntekijöiden osallistumista. Myös turvallisuusilmoituskäytäntö on tärkeä. Vaarojen ja haittojen tunnistamisen jälkeen, arvioidaan niiden aiheuttaman riskin suuruus eli vakavuus ja todennäköisyys. On otettava huomioon myös ne henkilöt, jotka altistuvat haitoille tai vaaroille, sekä heidän riskiprofilinsa. Tämän jälkeen tehdään toimintasuunnitelma riskien poistamiseksi tai vähentämiseksi.

### Dynaaminen riskien arviointi

Riskien arvioinnin tulee olla jatkuvaa, koska tilanteet eri maissa muuttuvat nopeasti jopa päivittäin. Muuttuviin tilanteisiin tulee varautua. Työntekijöiden tulee saada ajankohtaista tietoa turvallisuustilanteesta. Heillä tulee olla valmiuksia arvioida tilanne, siihen liittyvä riski ja toimia turvallisesti. Lisäksi tarvitaan paikallisten asiantuntijoiden tukea ja apua.

### Maakohtaisten riskien arviointi

Liiketoimintaa ulkomailla harjoitettaessa on aina noudatettava kyseisessä maassa voimassa olevia terveyden ja turvallisuuden liittyviä lakeja ja standardeja. Vaikka Euroopan unioni (EU) kehittää aktiivisesti jäsenmaidensa yhteistä terveys- ja turvallisuusasioita koskevaa lainsäädäntöä, maiden välillä on edelleen eroja. On aina pyrittävä vähentämään henkilöstöön kohdistuvia riskejä. Yrityksen on perusteltava toimensa riskienarvioinnin perusteella.

Ennen liiketoiminnan käynnistämistä vieraassa maassa on selvitettävä, mitä riskejä kohdemaassa on olemassa ja mitä niiden suhteen voidaan tehdä. Pitkäaikaisten komennusten osalta on ilmeisten terveys- ja turvallisuusriskien lisäksi otet-

tava huomioon yhteiskunnalliset ja sosiaaliset tekijät, koska ne voivat vaikuttaa työntekijöiden yleiseen sopeutumiseen ulkomailla elämiseen ja sitä kautta heidän henkiseen hyvinvointiinsa. Myös yksilöön kohdistuvat riskit tulee selvittää.

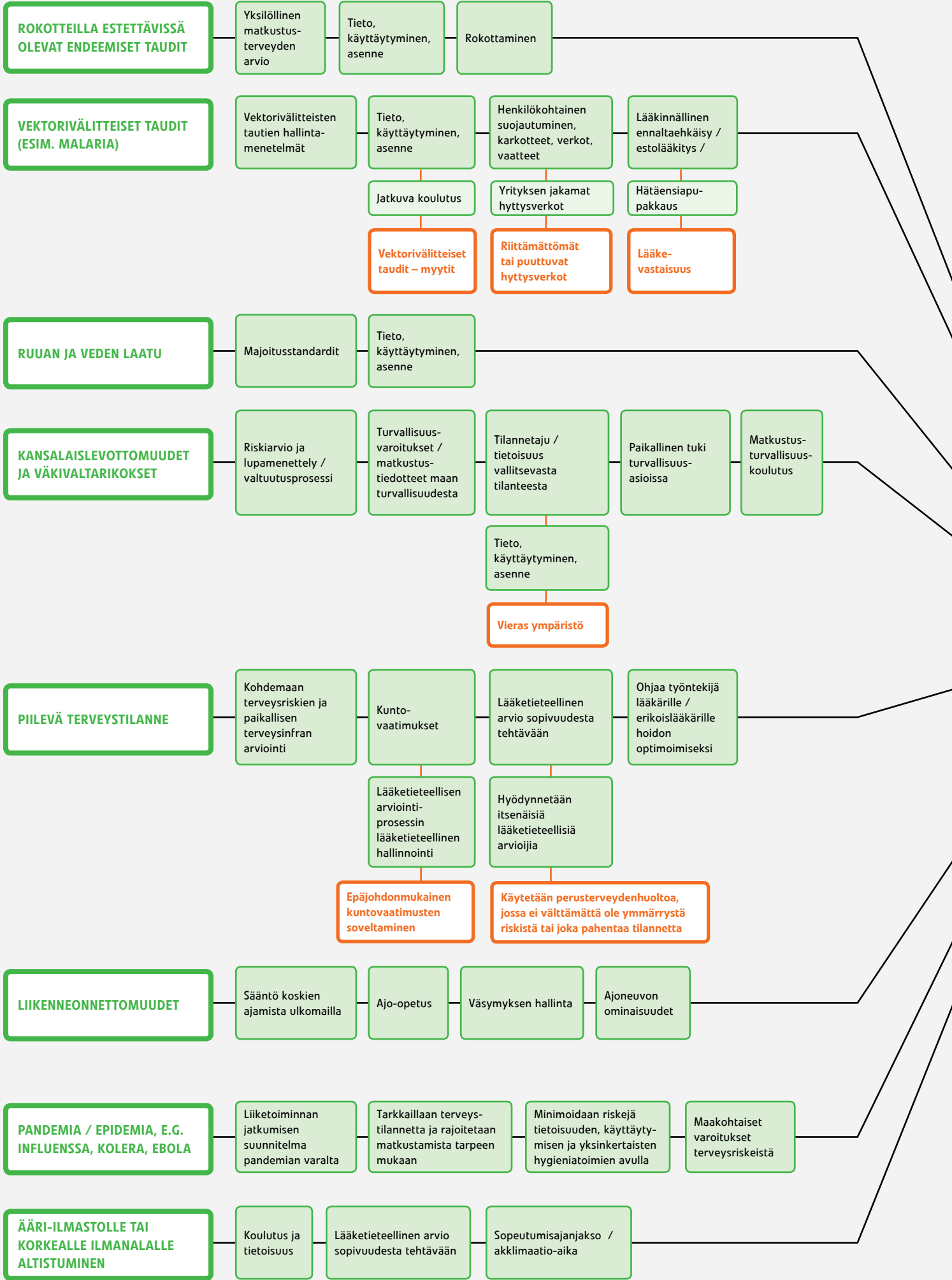
#### Huomattavaa

- Riskien arvioinnissa otetaan huomioon: työntekijät ja kohdemaat
- Rikoksien torjuntaan liittyviä riskejä voidaan välttää, vähentää, siirtää tai sietää.
- Terveysriskit voidaan parhaiten välttää tai vähentää
- Riskit muuttuvat jatkuvasti: tarvitaan ajankohtaista tietoa

#### Pohdittavaa:

- talous, valuuttavaihtelut, kustannusten hallinta ja mahdollinen lahjuskulttuuri
- uskonnolliset erot ja uskonnolliset lait (esim. pukeutumiskoodia ja alkoholinkäyttöä koskevat lait eräissä islaminuskoisissa maissa)
- yhteiskuntarakenteen, naisten työllistyminen ja lasten asema
- elintaso, palkanmaksu ja verotus
- yritys- ja työläinsäädäntö, paloturvallisuus-, työterveys- ja turvallisuuslainsäädäntö
- koulut ja oppilaitokset
- puhelin-, sähköposti- ja postipalveluiden kattavuus ja luotettavuus.
- viranomaistoiminnan ja turvallisuuspalvelujen luotettavuus

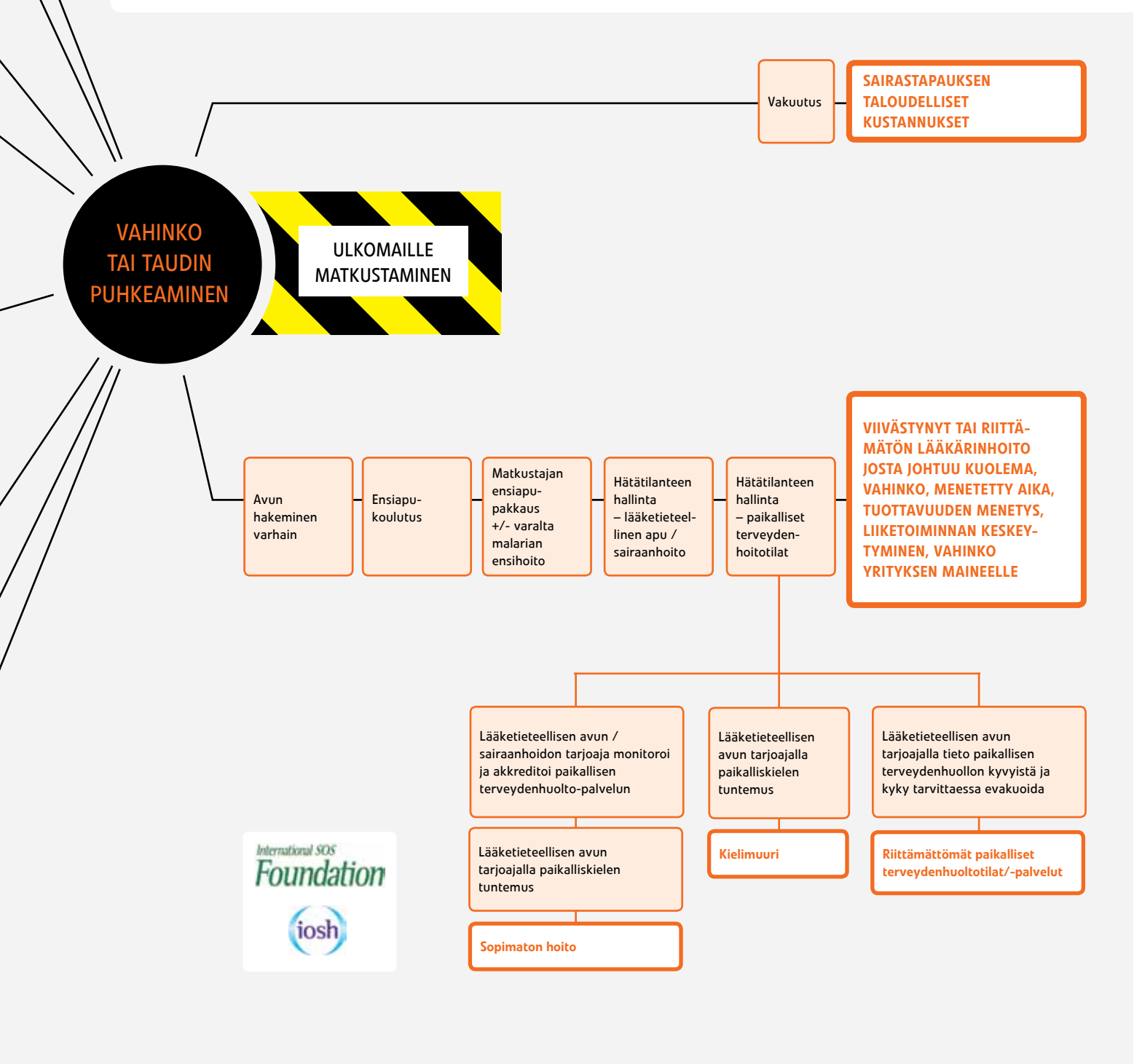
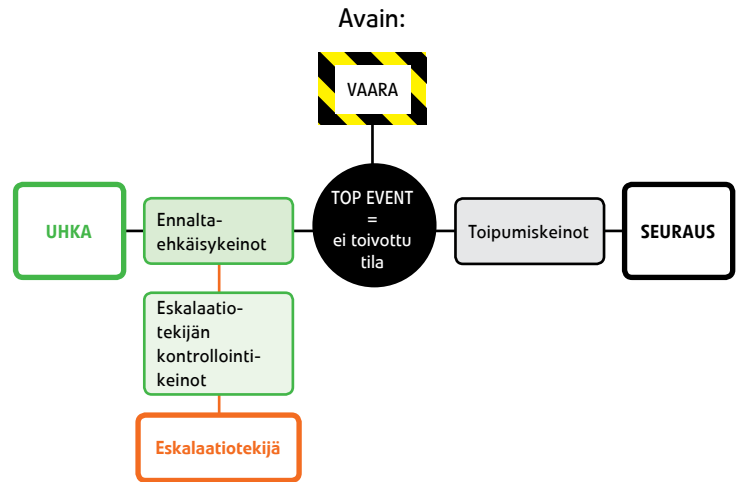
Keinot	Toimenpiteet, esimerkit
Riskien välttäminen	Kohteeseen ei matkusteta
Riskien vähentäminen	Työntekijä koulutetaan ja ohjeistetaan riskien hallintaan. Turvallisuustietoiskut ja perehdyttäminen
Riskien siirtäminen	Asiantuntijaorganisaation käyttäminen partnerina Vakuutukset
Riskien sietäminen/ hyväksyminen	Riskit ovat osa toimintaa, mutta kenenkään henkeä ei saa vaarantaa.



# MATKUSTUSRISKIEN LIEVENTÄMINEN, RUSETTI-, ELI BOWTIEMALLI

Malli auttaa hahmottamaan joitain monimutkaisia terveys- ja turvallisuusriskejä, joita ulkomaille matkustavat työntekijät kohtaavat, sekä näiden hallintakeinoja. Malli on rusetin muotoinen, erotellen selkeästi proaktiivisen ja reaktiivisen riskien lieventämisen.

Malli pitää sisällään yleiset terveys- ja turvallisuusriskit, pääasialliset keinot hallita näitä riskejä, yleiset eskalaatiotekijät, jotka voivat tehdä hallintakeinot tehottomiksi sekä eskalaatiotekijöiden hallintakeinot.



## Matkalle valmistautuminen

Ulkomaan matkaan valmistautumiseen saa apua esim. seuraavilta tahoilta:

- ulkoasiainministeriö
- oman maan konsulaatit
- muiden maiden konsulaatit ja lähetystöt kotimaassa
- kauppakamarit
- yritysmatkatoimistot
- lento- ja laivayhtiöt, rautatieyhtiöt
- isot kansainväliset hotelliketjut
- yksityiset terveys- ja turvallisuusalan yritykset
- kohdemaassa jo toimivat organisaatiot
- maailmanlaajuiset satelliittiteleviokanavat (esim. BBC World, CNN, CNBC)
- paikalliset sanomalehdet ja yritysjulkaisut
- omassa organisaatiossa ne henkilöt, joilla on oma-kohtaista kokemusta kohdemaasta.

### Ennen matkalle lähtöä

Ulkomailla matkustavien tai työskentelevien työntekijöiden on oltava tietoisia niistä tärkeistä eroavaisuuksista, jotka voivat vaikuttaa heidän toimintaansa. Ulkomailla matkustettaessa riskit johtuvat usein kielimuurista, matkailijan heikosta kohteen tuntemuksesta, terveysriskeistä, paikallisista tavoista, kohdemaan sisäisestä turvallisuudesta, **viranomais-toiminnan luotettavuudesta** tai poliittisesta epävakauksesta sekä liikenneinfrastruktuurista.

Moni ensi kertaa työmatkalla oleva ajattelee turistin tavoin eikä välttämättä ymmärrä, että liikematkailu on erilaista ja siihen liittyvät riskit ovat erilaisia. Vastuullinen työnantaja arvioi aina maakohtaiset riskit ennen työntekijöiden lähettämistä kyseiseen maahan. On varmistettava, että työmatkalle lähtevät saavat tarpeellisen ohjeistuksen ja riittävästi tukea voidakseen suojautua vaaroilta.

### Riskiprofiilit

Riskiprofiili tarkoittaa henkilökohtaista riskiarviota, joka tehdään ulkomaille työskentelemään lähtevästä työntekijästä. Yleisten matkustamiseen liittyvien tekijöiden lisäksi siinä on tarkasteltava yksilön omia lähtökohtia ja seikkoja, jotka voivat vaikuttaa hänen terveydentilaansa tai turvallisuuteensa ulkomailla. Terveystieteen osalta työterveyshuollon puitteissa selvitetään esimerkiksi voimassa olevat rokotukset ja kohdemaassa tarvittavat rokotukset sekä toimintakykyrajoitteet, vammat tai aiemmat ja nykyiset sairaudet.

Myös ikä, sukupuoli, raskaus, seksuaalinen suuntautuminen, etninen tausta, uskonto, koulutus, kielitaito, käyttäytyminen ja aiemmat kokemukset matkustamisesta ja työskentelystä ulkomailla ovat huomioon otettavia asioita, kun riskiprofiilia määritellään.

### Vakuutukset

Työnantajan on huolehdittava työntekijöiden vakuuttamisesta. Vakuutusten tulee kattaa tavanomaiset matkustamiseen liittyvät riskit kuten lentojen viivästymiset ja muut lentoihin liittyvät ongelmat, matkatavaroiden katoaminen, ylimääräiset kuljetuskustannukset ja terveyteen vaikuttavat hätätilanteet (tapaturmat, paikalliset hoitokulut, kotiuttaminen). Turvan laajuudesta sovitaan yhdessä työntekijän kanssa henkilöstöpolitiikan mukaisesti ottaen huomioon kansainväliset terveydenhoitoa koskevat sopimukset. Esimerkiksi EU-maiden kansalaiset voivat käyttää eurooppalaista terveysvakuutuskorttia (European Health Insurance Card) matkustaessaan EU-maissa ja saada hoitoa saman tasoisena kuin kyseisen maan omat kansalaiset saavat. Tämän lisäksi he tietysti tarvitsevat matkavakuutuksen.

### Pukeutuminen ja matkatavarat

Jos työntekijät tarvitsevat erityisiä vaatteita tai varusteita, työnantaja on velvollinen maksamaan ne. Tietoja siitä, mitä työntekijä saattaa kohdemaassa tarvita, saa matkatoimistoista ja erikoisliikkeistä.

### Lääkärin ja hammaslääkärin tarkastukset

Viranomaisilta saa tietoa kohdemaassa tarvittavista rokotuksista ja esim. malarian estolääkityksestä. Työnantaja on velvollinen maksamaan ne. Rokotuksista on otettava selvää hyvissä ajoin! Osa rokotuksista on otettava viikkoja, jopa kuukausia ennen matkustamista, joitakin ei voi antaa samanaikaisesti toisen rokotuksen kanssa ja rokotuksiin saattaa liittyä hoitoa vaativia haittavaikutuksia. Joissakin maissa vaaditaan maahan saapuvilta voimassa oleva rokotustodistus.

### Matkapuhelimen käyttö ulkomailla

Jos yritys antaa matkapuhelimet työntekijöiden käyttöön ulkomailla, on tarkistettava että:

- ne tukevat kansainvälistä verkkovierailua (roaming)
- itse puhelin toimii kohdemaassa
- työntekijälle annetaan myös sopiva adapteri laturia varten
- että puhelimen käyttöraja kattaa ulkomaanpuhelut.

Kannattaa myös harkita erilaisten lisäpalveluiden tilaamista liittymään, esim. internet-yhteys, tekstiviestitiedotteet, PDA ja sähköposti- tai faksimahdollisuus.

### TERVEYSTARKASTUSTEN KUSTANNUSHYÖTY

Analyyssi osoitti, että 1 dollarin sijoitus tuotti 1,6–2,53 dollarin hyödyn. Prevent 2015

2,53 dollarin hyöty

1 dollarin investointi



## Viestintä ja yhteydenpito

On pohdittava, mikä on paras tapa olla yhteydessä ulkomailla oleviin työntekijöihin. Ratkaisu riippuu yrityksen toimialasta, mutta vähintäänkin työnantajan pitää voida olla yhteydessä työntekijöihin tiettyinä ajankohtina ja lisäksi työntekijöiden pitää voida olla yhteydessä omaan toimipaikkaan aina tarvittaessa.

Työntekijän kanssa on sovittava, millaisin väliajoin hänen pitää olla yhteydessä, jotta tiedetään kaiken olevan kunnossa. Yrityksen on varmistettava, että työntekijät ottavat yhteyttä vaikkei mitään erityistä raportoitavaa olisikaan. Yhteydenpito voi ehkäistä myös yksinäisyyttä, ahdistusta ja pitkään jatkunutta yksinoloa.

Kaikissa maissa ei syrjäseuduilla ole toiminnallista puhelinverkkoa, mutta toisaalta jo kaikkein vähiten kehittyneissä maissakin on kohtuullisen tasoiset verkot isommissa kaupungeissa ja niiden ympäristössä. Jos työntekijälle annetaan mukaan yrityksen matkapuhelin, on varmistettava, että se myös toimii kohdemaassa. Lisätietoja saa matkatoimistoista ja matkapuhelinoperaattoreilta.

Satelliittipuhelin on vaihtoehto tavanomaiselle matkapuhelimelle. Vaikka ne ovat kalliita, satelliittipuhelimien etuna on, että niiden avulla voidaan henkilö tai ajoneuvo jäljittää ja ne toimivat myös alueilla, missä tavalliset matkapuhelimet eivät toimi.

## Asuminen ja hotellit

Osa ulkomaankomennuksista epäonnistuu siten, että ne joudutaan keskeyttämään. Yksi yleinen syy on se, että työntekijä ei sopeudukaan toivotulla tavalla uuteen ympäristöön. Ulkomailla työskentelevien pitäisi voida tutustua etukäteen paikallisiin elinoloihin, esim. asuntoihin, kouluihin, yleisiin palveluihin ja pankkeihin. On olemassa yrityksiä, jotka ovat erikoistuneet tukemaan uudelleen sijoittamista, sen suunnittelua ja valmistelua. Lisätietoja esim. Association of Relocation Professionals -järjestön verkkosivuilta, [www.relocationagents.com](http://www.relocationagents.com).

Työmatkoilla majoitukseen on parasta varata huone aina jostain suositellusta hotellista. Mahdollisuuksien mukaan on myös hyvä selvittää mahdollisimman paljon tietoja työpaikasta, itse rakennuksesta ja ympäröivästä alueesta, jotta työntekijä tietää jo ennen saapumistaan, mitä on odotettavissa. Myös majapaikasta työkohteeseen matkustaminen on hyvä ottaa tarkasteluun.

### EHKÄISYSTÄ SAATU HYÖTY

Epäonnistunut ulkomaankomennus. Hinta jopa 950.000 dollaria. Vaihteluväli 570.000–950.000 dollaria. Prevent 2015

## Hygienia- ja hoitotarvikkeet

Kohdemaasta riippuen voi olla tarpeen antaa työntekijälle mukaan:

- ensiapupakkaus
- isotonisia juomia tai tabletteja
- tabletteja tai suodattimia veden puhdistukseen
- auringonsuojavoiteet
- ripulilääke
- hyttyskarkote
- moskiittoverkko
- malarian estolääkitys
- antihistamiinitabletit tai -voide.

Jos paikallisten sairaaloiden taso on heikko, voi myös olla tarpeen antaa työntekijälle mukaan steriilejä hoitotarvikkeita sisältävä pakkaus:

- injektioruisku
- haavataitoksia
- haavaompeleita
- veri-plasmaa
- kertakäyttöisiä kuumemittareita.

## Työntekijän terveys

Matkustaminen ulkomaille altistaa työntekijät erilaisille terveydellisille vaaroille kuten ruuan tai veden välityksellä tarttuvan, ilmastosta johtuvat tai seudulle tyypilliset ns. kotoperäiset (endeemiset) taudit. Lintuinfluenssan (SARS) leviäminen maailmalle osoitti, että ulkomailla tarttunut tauti voi levitä erittäinkin nopeasti kansainvälisen lentoliikenteen myötä. On siis elintärkeää ottaa huomioon työntekijöiden terveyteen vaikuttavat tekijät hyvissä ajoin ennen toiminnan aloittamista ulkomailla ja viimeistään pari kuukautta ennen kuin työntekijät lähtevät kohdemaahan.

Työntekijöiden henkilökohtaista terveyttä koskevista asioista voi olla tarpeen keskustella terveydenhoidon ammattilaisten kanssa seuraavien seikkojen selvittämiseksi:

- työntekijän terveydenhoitoa ja hammashoitoa koskevat vakuutukset
- henkilökohtaiseen terveyteen liittyvät tarvikkeet
- terveystarkastukset ja tiedottaminen ennen lähtöä
- pitkien lentomatkojen aiheuttamien ongelmien käsittely, esim. lihas- tai nivelkipu, nilkkojen turvotus, syvän laskimotukoksen riski, korvakipu ja unirytmien häiriintyminen
- rokotustiedot
- paikalliset terveydenhoitopalvelut (lääkäri, sairaala, hammaslääkäri, ensiapu)
- lääketieteellisestä syystä johtuvan evakuoinnin mahdollisuudet ja paikalliset kontaktit
- terveystarkastukset ja keskustelut kotiinpaluun jälkeen.

Lääkärintarkastus on hyvä tehdä mahdollisten terveysriskien tunnistamiseksi. Työnantajan tulee kehottaa työntekijöitä käymään lääkärin, hammaslääkärin tai tarpeen mukaan muun terveydenhoidon ammattilaisen luona (mukaan

lukien työterveyshuolto). Työntekijän tulee saada ammattilaisilta sairauksiaan ja lääkitystään koskevat ohjeet sekä tietoja matkustamisen vaikutuksista sairauksiin. Viimeistään puolitoista kuukautta ennen matkalle lähtöä on hankittava myös ohjeet poikkeaviin ilmasto-oloihin varautumisesta asiantuntijalta (esim. tropiikki tai napaseudut). On tärkeää että henkilöstöllä on mahdollisuus riittävän laadukkaisiin terveyspalveluihin matkan aikana.

## Kulttuuri

Aina kun työntekijöitä lähetetään ulkomaille edistämään liiketoimintaa tai markkinoimaan yrityksen tuotteita, yrityksen on otettava huomioon kohdemaan kulttuuri. Kielitaitoon ja käännöksiin, tapoihin, tottumuksiin ja uskomuksiin sekä omaan esiintymiseen liittyviä erilaisia sudenkuoppia. Niiden ymmärtäminen ei vain vähennä työntekijöihin kohdistuvia vaaratilanteita vaan voi myös olla eduksi liiketoiminnalle. Monissa maissa uskonnolla on huomattava vaikutus ihmisten käyttäytymiseen ja toimintaan. On siis varmistettava, että työntekijät tuntevat riittävästi uskontojen välisiä eroja sekä uskonnollisia tapoja ja lakeja, jotta he eivät tietämättään käyttäydy loukkaavasti tai syyllisty rikoksiin.

## Paikallinen liikenne

Kannattaa suunnitella etukäteen, millä tavoin työntekijät liikkuvat kohdemaassa. On maita, joissa autolla ajaminen on erittäin vaarallista esimerkiksi teiden huonon kunnan tai laajan rikollisuuden vuoksi. Tällöin on parasta käyttää paikallista kuljettajaa aina kun mahdollista. Vuokra-auto ja kuljettaja kannattaa mahdollisuuksien mukaan tilata etukäteen.

Työntekijän kuljetus lentokentältä eteenpäin on myös järjestettävä. Ihanteellista on, jos joku yhtiön paikallisista työntekijöistä pääsee henkilökohtaisesti maahan tulijaa vastaan. Ellei se ole mahdollista, on syytä kysyä suositeltavaa taksiyhtiötä paikalliselta yhteyshenkilöltä.

Henkilökohtaisen turvallisuuskoulutuksen aiheita:

- valmistautuminen ja pakkaaminen
- matkaohjelman suunnittelu
- majoituksen suunnittelu
- päiväkirja ja yhteydenpito
- terveydenhoito ja ensiapu

- lähdön suunnittelu
- satunnaiseen ja tarkoitukselliseen lahjontaan ja kiristykseen suhtautuminen
- huumeiden, salakuljetuksen ja seksipalveluiden välttäminen
- turvallisuus ja turvatoimet kohdemaan lentokentällä
- sovitun kuljettajan löytäminen
- julkinen liikenne, suorat hotellikuljetukset ja taksit
- hotellien ja asuntojen turvallisuus
- autolla ajaminen, auton kaappauksen ja maantierosvouden uhka
- ryöstöt ja varkaudet
- katukaupustelijoiden ja kerjäläisten aiheuttama kiusa
- paikallisen lähetystön tai konsulaatin kanssa toimiminen.

## Henkilökohtainen turvallisuus

Ulkomailla työskenteleviin työntekijöihin voi kohdistua monia erilaisia turvallisuusriskejä väkivallan tai kidnappauksen kohteeksi joutumisesta kiristykseen ja katuvarkauksiin. Ensi kertaa matkalle lähtijöille on hyvä järjestää erityistä turvallisuuskoulutusta. Suositukset on sisällytettävä turvallisuusohjeeseen. Tiedotustilaisuuksissa ei pidä pelotella, vaan niissä pitää tasapainoisesti ja huolellisesti esittäen painottaa riskien välttämistä.

Käsiteltäviä aiheita:

- turvallisuustilanne kohdemaassa yleisesti sekä toimipaikan tai liiketoiminta-alueen välittömässä läheisyydessä
- kulttuuritaustaa (esim. uskonnon vaikutus, paikalliset tavat) ja sosiaaliset käyttäytymisnormit
- rikollisuus ja poliisitoimi (esim. miten poliisia lähestytään, mitä poliisi ottaa hoitaakseen, millainen poliisin vaikutusvalta tai paikallinen valta on)
- henkilökohtaiseen turvallisuuteen liittyvien asioiden tiedostaminen ja toimintamallit työssä, kotona ja matkustettaessa
- maassa asuvien käytettävissä olevat turvapalvelut ja -keinot
- evakuoitisuunnittelu ja toteuttaminen

Riskien välttämistä koskeva koulutus (esim. miten vältetään varkauden, ryöstön tai huijauksen kohteeksi joutuminen) kohentaa matkalle lähtijän itseluottamusta, mutta se on myös ehdoton edellytys riskien minimoimiseksi ulkomailla oleskelun aikana.

## Kriisinhallinta

Kattavista varautumistoimenpiteistä huolimatta, matkoilla voi ilmaantua ylitse pääsemättömiä ongelmia ja kriisejä. Tällaisiin tilanteisiin on hyvä varautua. Jokaisen matkayrityksen tulee tietää, keneen hän ottaa yhteyttä hätätilanteessa ja miten. On myös tärkeää suunnitella ja ohjeistaa työntekijät tilanteeseen, jossa matka keskeytyy.

Liiketoiminta voi keskeytyä jonkin kriisitilanteen kuten luonnonkatastrofin, onnettomuuden, tautiepidemian, poliittisten levottomuuksien, rikoksen tai taloudellisen epävakauksen vuoksi. Tehokas kriisinhallinta edellyttää, että yrityksellä on laadittuna toimivat strategiat, toimintaohjelmat ja järjestelmät, joiden avulla kriisin vaikutukset voidaan minimoida ja liiketoiminta voi jatkua. Koulutus ja menettelyjen toimuuden säännöllinen arviointi ovat osa kriisinhallintaa.

Seuraavassa on yksinkertainen toimintamalli kriisinhallintaan:

- liiketoiminnan analysointi
- riskien arviointi – merkittävimmät riskitilanteet ja niille toimintamallit harjoituksineen
- strategian luominen
- toimintasuunnitelman laatiminen
- suunnitelman harjoittelu käytännössä.

Laatimalla liiketoiminnan jatkuvuutta koskevan suunnitelman yritys voi välttää taloudellisia menetyksiä, turvata henkilöstön ja omaisuuden, vastata lakisääteisiin vaatimuksiin sekä välttää markkinaosuuden menetyksen ja julkisuuskuvan heikentymisen.

Jotta organisaatiolla olisi tehokas ja toimiva kansainvälinen terveys- ja turvallisuusstrategia, sen pitää aika ajoin

tarkistaa toimintaohjelmaansa aiemmista ulkomaan matkoista ja komennuksista saatujen kokemusten perusteella. Tämän vuoksi on hyvä keskustella jokaisen ulkomailta palaavan työntekijän kanssa, jotta heidän kokemuksiaan voidaan hyödyntää toimintaohjelman ja koulutuksen kehittämiseksi.

### Toimintasuunnitelma hätätilanteeseen

Jokaisella organisaatiolla tulee olla toimintasuunnitelma hätätilanteiden varalle sekä kotimaan että ulkomaantoimintojen osalta. Mikäli työmatkoja tehdään maihin, joissa on poliittista epävakautta ja luonnonkatastrofeja, on tärkeää tehdä kyseisiä maita koskeva suunnitelma. Samaa suositellaan niiden maiden osalta, joissa työskentelee runsaasti yrityksen työntekijöitä. Suunnitelmaan sisällytetään:

- valmiussuunnitelma: valmius toimia hätätilanteessa
- pelastautumissuunnitelma: keinot seurausten vakavuuden vähentämiseen
- toimintasuunnitelma: kyky toimia hätätilanteessa
- toipuminen: keinot, joilla tuetaan työntekijöitä ja yritystoimintaa kriisin jälkeen

### Kriisiryhmä

Hätätilanteessa organisaation johto kokoaa yhteen ennalta määritellyn kriisiryhmän. Ryhmän tehtävänä on koordinoita mahdollisissa paikallisissa tai kansainvälisissä hätätilanteissa työntekijöiden ja heidän omaistensa terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä sekä organisaatioon liittyviä asioita. Ryhmässä tulee olla edustettuna ylintä johtoa, kriisinhallinnan- sekä viestinnän ammattilaisia. Ryhmän on kyettävä ymmärtämään kulloisenkin tilanteen vakavuus sekä toimimaan nopeasti.

## Turvallisen ulkomaantyon toimintasuunnitelma

### Kohdemaahan johon työntekijöitä lähtee

	Kyllä/ei	Toimenpide/huomautukset
1. Onko kohdemaan ja kotimaan välillä solmittu viralliset poliittiset yhteydet?	_____	_____
2. Onko kohdemaassa poliittista tai yhteiskunnallista epävakautta?	_____	_____
3. Onko kohdemaassa merkittäviä uskonnollisia tapoja tai lakeja?	_____	_____
4. Onko kohdemaan ja kotimaan välillä merkittäviä lainsäädännöllisiä eroja?	_____	_____
5. Ovatko kohdemaan puhelin- ja postijärjestelmät luotettavia?	_____	_____
6. Onko kohdemaan liikennejärjestelmä luotettava?	_____	_____
7. Vallitseeko kohdemaassa huumeongelma tai lahjontakulttuuri?	_____	_____

## Valmistautuminen ennen lähtöä

Kyllä/ei

Toimenpide/huomautukset

### Vakuutukset

8. Sisältyykö vakuutukseen vara-auto? \_\_\_\_\_
9. Onko työntekijöille laadittu henkilökohtainen riskiprofiili? \_\_\_\_\_
10. Kattaako vakuutus terveydenhoidon kulut? \_\_\_\_\_
11. Kattaako vakuutus ambulanssilennot? \_\_\_\_\_
12. Kattaako vakuutus työntekijän perheen paluulennot? \_\_\_\_\_
13. Kattaako vakuutus kotiutuksen, jos työntekijä loukkaantuu tai kuolee? \_\_\_\_\_

### Terveydenhoito

14. Onko työntekijöille tehty terveyst- ja hammastarkastus? \_\_\_\_\_
15. Ovatko työntekijät saaneet tarvittavat rokotukset? \_\_\_\_\_
16. Onko työntekijöille annettu mukaan ensiapupakkaus? \_\_\_\_\_
17. Onko työntekijöillä riittävästi mukana omia reseptilääkkeitä? \_\_\_\_\_
18. Onko työntekijöillä mukana varasilmälasit tai -piilolinssit ja nesteet? \_\_\_\_\_

### Talous

19. Onko työntekijöille annettu ennakkoa kuluja varten? \_\_\_\_\_
20. Onko työntekijöillä oikeata valuuttaa? \_\_\_\_\_
21. Onko työntekijöillä luotto- tai pankkikortit? \_\_\_\_\_
22. Onko työnantaja sopinut laskujen maksamisesta matkatoimiston kautta? \_\_\_\_\_

### Henkilökohtainen turvallisuus

23. Onko työntekijöille laadittu yksityiskohtainen matkasuunnitelma? \_\_\_\_\_
24. Onko työntekijöitä kohdemaassa vastassa nimetty yhteyshenkilö? \_\_\_\_\_
25. Onko työntekijöitä ohjeistettu olemaan säännöllisesti yhteydessä omaan toimipaikkaan? \_\_\_\_\_
26. Ovatko työntekijät tietoisia erityisistä riskialueista, joita on vältettävä? \_\_\_\_\_
27. Onko työntekijöille järjestetty turvallisuuskoulutusta? \_\_\_\_\_

### Majoittuminen

28. Onko majoituspaikkaa käytetty aikaisemmin tai onko sitä suositeltu? \_\_\_\_\_
29. Onko majoituspaikassa tehty turvallisuustarkastus? \_\_\_\_\_
30. Onko majoituspaikan laatu tarkastettu? \_\_\_\_\_

### Kohdemaassa matkustaminen

31. Onko työntekijöille järjestetty kulttuurin tuntemusta koskevaa koulutusta? \_\_\_\_\_
32. Tarvitsevatko työntekijät kohdemaassa kansainvälistä ajokorttia? \_\_\_\_\_
33. Onko yritys järjestänyt työntekijöille vuokra-auton (ja kuljettajan)? \_\_\_\_\_
34. Onko työntekijöille tiedotettu terveyttä ja turvallisuutta koskevista asioista? \_\_\_\_\_

### Järjestelyt odottamattomien tilanteiden ja kriisi- tai erityistilanteiden varalta

35. Onko olemassa suunnitelma lentojen myöhästymisen varalle? \_\_\_\_\_
36. Onko työntekijöillä käytössään matka- tai satelliittipuhelin? \_\_\_\_\_
37. Onko laadittu ympärivuorokautinen yhteydenpitoaikataulu? \_\_\_\_\_
38. Onko yrityksellä yhteyshenkilö paikallisen terveydenhuollon piirissä? \_\_\_\_\_
39. Onko yrityksellä vahinkotapahtumien hallintaryhmä? \_\_\_\_\_
40. Onko yrityksellä evakuointisuunnitelma? \_\_\_\_\_

### Kun työntekijä palaa kotimaahan

41. Onko työntekijöiden kanssa keskusteltu jälkikäteen matkasta tai komennuksesta? \_\_\_\_\_
42. Onko työntekijöiden kanssa käyty läpi kokemukset, joista voidaan ottaa oppia? \_\_\_\_\_
43. Onko yrityksen ulkomaantyön toimintaohjetta päivitetty kyseisen kohdemaan osalta? \_\_\_\_\_

## OSA III: Tarkistuslistat työntekijöille



# OSA III: Tarkistuslistat työntekijöille

## Turvallisuus ennen matkaa

Ulkomailla toimittaessa joudutaan usein olosuhteisiin, jotka eroavat huomattavasti totutuista kotimaisista olosuhteista. Turvallisuusriskejä ulkomailla voivat olla:

- Liikenne
- Luonnonkatastrofit kuten tulvat, myrskyt ja maanjäristykset
- Erilaiset sairaudet ja tapaturmat
- Rikollisuus
- Poliittiset levottomuudet
- Terrorismi.

Poikkeavat olosuhteet riskeineen saattavat johtaa pahimassa tapauksessa erilaisiin kriisitilanteisiin, joihin on pyrittävä varautumaan jo ennakolta. Tavoitteena on valmennuksen, valmiussuunnittelun, etukäteisohjeiden ja muiden toimenpiteiden avulla pyrkiä ennakoimaan tilanne siten, ettei varsinaiseen evakuointiin jouduta.

Varautuminen aloitetaan jo kotimaassa sisällyttämällä valmennus- tai perehdytyskoulutukseen perustiedot valmiussuunnittelusta ja henkilökohtaisesta varautumisesta.

### Kohdema

- Tarkista ulkoministeriön sivulta [www.formin.fi](http://www.formin.fi), ovatko viranomaiset varoittaneet matkustamasta kohdemaan.
- Jos tiedät jonkun maassa aikaisemmin käyneen, voit kysyä häneltä neuvoja.
- Osta kunnollinen opaskirja ja perehdy kohdemaan maantietoon, liikenteeseen ja kulttuuriin. Opettele keskeisiä sanontoja paikallisella kielellä.
- On suositeltavaa, että avain- ja johtohenkilöt matkustavat eri lentovuoroilla tai kulkuvälineillä.
- Mahdollinen evakuointisuunnitelma kannattaa tehdä yhdessä ulkoministeriön tai muiden paikallisten yritysten kanssa. Usein näissä yhteyksissä tulee harkita monia vaihtoehtoja käytännön toiminnan onnistumiseksi. Suurena tukena ovat Suomen edustustot ja lähetystöt sekä vastavasti muut yritykset, joiden kanssa ollaan tekemisissä.

### Matka-asiakirjat

- Varmista, että passisi on voimassa vielä vähintään kuuden kuukauden ajan ja että siinä on ainakin kaksi tyhjää sivua maahantuloleimoja varten.
- Tarkista vähintään kaksi kuukautta ennen lähtöä, tarvitsetko viisumin. Voit selvittää asian matkatoimistosta tai kohdemaan lähetystön verkkosivuilta.
- Varmista, että työnantajasi on hankkinut sinulle matkavakuutuksen. Tarkista, että vakuutusturva on riittävä ottaen huomioon olosuhteet kohdemaassa.
- Muista ottaa vakuutuskortti mukaan ja merkitse muistiin puhelinnumero, johon voit soittaa hätätilanteessa.

- Ota passin lisäksi mukaan jokin muu henkilötodistus ja pidä se aina eri paikassa kuin passi. Ota passistasi valokopio (myös viisumisivusta).
- Jos olet kohdemaassa vain lyhyen aikaa, osta paluulippu jo kotimaassa ennen lähtöä.
- Tarkista, että lipuissa mainitut matka- ja check-in-ajat vastaavat matkaohjelmassasi mainittuja. Varmista lentojen lähtöajat vielä ennen lähtöä.
- Selvitä, tarvitsetko kansainvälistä ajokorttia, ja tarvittaessa hanki ajokortti hyvissä ajoin.
- Selvitä, mitä tullimääräyksiä ym. liittyy rajanylityksiin.
- Hanki matkaliput, joissa on muutosmahdollisuus, kun matkustat vaarallisiin maihin. Vältä liian tiukkoja aikatauluja, mikäli joudut vaihtamaan kulkuvälinettä.

### Lääkärin ja hammaslääkärin tarkastukset

- Huolehdi siitä, että saat tarvitsemasi lääkärin- ja hammashoidon ennen matkalle lähtöä.
- Jos sinulla on jokin pitkäaikainen sairaus, kysy hoitavalta lääkäriltä, voiko matkustamisesta olla jotain haittaa. Muista ottaa mukaan riittävä määrä tarvitsemiasi lääkkeitä.
- Selvitä, mitä rokotuksia tarvitset ja hanki ne hyvissä ajoin. Joitakin rokotuksia ei voi antaa samanaikaisesti toisen rokotuksen kanssa. Jos rokotuksesta tulee haittavaikutuksia, niiden hoitaminen vaatii oman aikansa.
- Muista hankkia rokotustodistus, jos kohdemaassa vaaditaan sellainen.
- Ajankohtaisia matkustamiseen ja terveyteen liittyviä tietoja on verkossa esimerkiksi osoitteessa: [www.formin.fi](http://www.formin.fi) ja [www.thl.fi](http://www.thl.fi)
- Pidä aina mukanasasi tieto veriryhmästäsi ja muista tärkeistä terveyteen liittyvistä asioista (esim. allergiat).

### Pukeutuminen ja matkatavarat

- Hanki tietoa (esim. työtovereilta tai erikoisliikkeestä) kohdemaan soveltuvasta vaatetuksesta ja matkatavaroista.
- Pukeudu matkalle rennosti äläkä pidä kallista kelloa tai kalliita koruja näkyvästi esillä.
- Lukitse matkalaukkusi, niin että näet selvästi, jos se on avattu tai yritetty avata. On olemassa malleja, joista näkee, onko laukku avattu lentokentän turvatarkastuksessa.
- Laadi luettelo laukuissa olevista tavaroista.
- Laita nimi- ja osoitetiedot myös laukun sisäpuolelle, koska ulkopuolelle kiinnitetty tarra tai osoitelappu voi hävitä.
- Vältä pehmeitä laukuja, koska varkaiden on helpompi rikkoa ne sisältöön käsiksi pääsemiseksi.
- Pakkaa varavaatekerta käsimatkatavaroihin siltä varalta, että matkatavarasi häviävät tai niiden perille tulo viivästyy.

- Varo loukkaamasta selkääsi! Älä täytä laukkuja liian painaviksi ja käytä pyörällisiä matkalaukkuja sekä matkatavarakärryjä lentokentillä.
- Ota mukaasi matkaturvapakkaus (sisältää esim. palo- ja murtovaroittimen, taskulampun).

### Raha ja valuutta

- Jos et ennestään tunne kohtemaan kolikoita ja seteleitä, tutustu niihin ennen matkalle lähtöä ja opettele koti- ja kohtemaan valuuttojen arvojen vastaavuus.
- Vältä pitämästä mukanasasi suuria käteissummia, mutta pidä mukanasasi aina sen verran, että selviät mahdollisista hätätilanteista. Jaa valuutta eri säilytyspaikkoihin, jolloin et ole vaarassa menettää kaikkea kerralla.
- Ota mukaan rahaa ja maksuvälineitä eri muodoissa: käteistä ja maksukortteja.
- Vältä sellaisia maksutapoja, jotka eivät ole kohtemaassa yleisesti käytössä. Tarkista etukäteen, käytetäänkö kohtemaassa yleisesti luotto- tai pankkikortteja.
- Merkitse muistiin puhelinnumerot, joihin pitää soittaa kortin tai matkasekin kadotessa. Kuoleta kortit ja matkasekit heti, jos ne varastetaan.
- Säilytä ylimääräiset rahat, arvoesineet ja passi hotellin tallelokerossa. Varmista, että muistat lokeron koodin.
- Jos et pysty valvomaan luottokortin leimausta, on suositeltavaa maksaa rahalla. Tarkista aina loppusumma ennen allekirjoitusta.

### Viestintä ja yhteydenpito

- Varmista ennen lähtöä, että matkapuhelimesi toimii kohtemaassa.
- Jos matkapuhelin ei toimi kohtemaassa, merkitse muistiin lähimmän konsulaatin puhelinnumero ja pidä aina mukana sen verran paikallista rahaa kolikkoina, että voit soittaa useamman puhelun. Puhelinkortti helpottaa usein yleisöpuhelimien käyttöä.
- Ilmoittaudu säännöllisesti toimipaikkaasi, vaikka vain kertoaksesi, että kaikki on hyvin.
- Merkitse muistiin oma puhelinnumerosi, matkapuhelimen sarjanumero (IMEI-koodi) sekä palvelunumero, johon sinun pitää soittaa, jos puhelimesi varastetaan.
- Tee itsellesi luettelo tärkeistä puhelinnumeroista ja ohjelmoi ne matkapuhelimeesi.
- Matkatavaroissa tulee olla nimilappu, josta käy ilmi kotiosoitteesi ja puhelinnumerosi. Lisäksi lentoyhtiöt kehottavat kiinnittämään matkalaukkuihin nimitarran, josta ilmenee matkakohteesi hotellin nimi, osoite ja puhelinnumero.

### Turvallisuus matkan aikana

Sopeutuminen uuteen kulttuuriin vieraassa ympäristössä vaatii nopeaa oppimista. Seuraavassa on annettu joitakin ohjeita, miten voit vähentää sopeutumisen aiheuttamaa stressiä ja välttää joutumasta rikoksen tai väärinymmärryksen uhriksi.

#### Lentoturvallisuus ja käyttäytyminen lentoasemilla

- Minimoi oleskelusi lentoasemilla ja erityisesti sen yleisötiloissa. Pyri välttämään odotusta lähtöselvityksessä.
- Vältä oleskelua säilytyslokeroiden, puhelinkoppien, suljettujen myyntikojujen ja isännättömien matkalaukujen vieressä.
- Älä kuljeta käsimatkatavaroissa ongelmallisia esineitä.
- Vartioi omia tavaroitasi.
- Jos evakuointimääräys annetaan, toimi viivyttämättä ja pyri pysyttelemään poistuvan väkijoukon keskellä.
- Käytä tunnettuja, luotettavia lentoyhtiöitä, vältä ”kriisimaiden” lentoyhtiöitä. Tutustu koneen pelastusohjeisiin.
- Harjoittele erityisesti pään painamista polviin (kädet niskan takana) mahdollisia pakkolaskutilanteita varten.

On helppo löytää pelastusliivit ja ottaa happilaitteet, mutta pakkolaskuasento ei onnistu useissa ”turistiversioissa” ilman harjoittelua.

#### Hotellin turvallisuus

- Hanki tietoa hotellista ja sen ympäristöstä mahdollisuuksien mukaan jo etukäteen. Käytä tunnettuja hotelleja.
- Asu mieluummin jossain muussa kuin katukerroksessa.
- Lukitse aina huoneesi ovi ja käytä turvaketjua ja ikkunalukitusta (jos sellainen on).
- Ennen kuin avaat oven kenellekään, katso ovisilmästä (jos ovesa on sellainen), kuka oven takana on. Voit myös soittaa hotellin vastaanottoon, jos olet epävarma oven takana olijasta.
- Pyydä hotellin vastaanottoa ilmoittamaan sinulle tulevista vieraista ja tapaa vieraat mieluummin hotellin yleisissä tiloissa kuin omassa huoneessasi.
- Selvitä, missä sijaitsee lähin palohälytyslaite ja sammutin sekä hätäuloskäynti. Kulje poistumisreitti ulos asti ja varmista, että pääset tositalanteessa hyvin ulos rakennuksesta.
- Ota mukaan oma palo- tai murtohälytintä, jonka voit asentaa huoneeseesi ja joka hälyttää, jos ovi avataan tai jos ilmassa on savua.
- Jätä arvoesineet ja tärkeät tavarat säilytykseen hotellin tallelokeroon aina, kun poistut huoneestasi.
- Älä pidä suuria summia käteistä rahaa huoneessasi.
- Hälytyksen sattuessa toimi paikallisten turvallisuusohjeiden mukaan.

- Hälytyksen sattuessa ota passi, maksuvälineet ja huoneesi avain mukaan.
- Hälytyksen sattuessa älä käytä hissiä!

### Kulttuuri

- Tutustu opaskirjojen ja verkkosivujen avulla paikallisiin perinteisiin, tapoihin, lainsäädäntöön ja kulttuuriin.
- Opettele maan kieltä tai ota ainakin mukaan fraasi-sanakirja.
- Kunnioita paikallisia tapoja ja noudata pukeutumissääntöjä. Joissakin maissa esimerkiksi alkoholin maahantuonti tai nauttiminen on laitonta. Pukeudu harkitusti niin, ettet erotu joukosta ja olet asianmukaisesti pukeutunut esimerkiksi uskonnollisissa kohteissa liikeneuvotteluissa ja maaseudulla vieraillessasi.
- Vältä aggressiivista tai pitkitettyä tinkimistä. Useimmissa maissa, joissa tinkiminen on yleistä, siihen suhtaudutaan kuitenkin huumorilla. Muista myös, että vaikka alennus on sinulle vähäinen, se voi olla myyjälle hyvinkin merkittävä.
- Ole tahdikas ilmaistessasi näkemyksiäsi kulttuurieroista. Varo esittämästä loukkaavia huomautuksia pukeutumiseen, ihmissuhteisiin, alkoholiin ja huumausaineisiin liittyvistä tavoista.
- Pyydä henkilöiden valokuvaamiseen aina lupa.

### Vahinkotapahtumat ja onnettomuudet

- Jos huomaat, että matkatavaraitasi on vahingoitettu tai jotain on viety, ilmoita asiasta poliisille välittömästi.
- Älä rupea vastustamaan ryöstäjiä, vaan anna heille suosiolla, mitä he vaativat. Parasta on pitää mukana vaelompakko tai -kukkaro, jonka voit antaa ryöstäjille.
- Jos joudut ryöstetyksi tai onnettomuuteen, ilmoita siitä poliisille. Vaikka he eivät voisikaan tehdä asialle mitään, tarvitset rikosilmoitusnumeron vakuutushakemusta varten.

### Taksit ja autonkuljettajat

- Tilaa taksi hotellin tai luotettavan paikallisen yhteyshenkilön kautta, jos vain mahdollista.
- Kun teet tilauksen, merkitse muistiin kuljettajan nimi ja arvioitu matkan hinta, ja varmista tiedot kuljettajalta, ennen kuin nouse autoon.
- Käytä vain laillisia takseja, joissa on taksamittari, ja varmista, että kuljettaja laittaa taksamittarin päälle.
- Älä koskaan mene taksiin, jossa on jo ennestään tuntemattomia matkustajia.
- Taksinkuljettajat voivat yrittää hyötyä, jos he huomaavat matkustajan olevan vasta saapunut. Käyttäydy luonnollisesti äläkä tee liikaa kysymyksiä.

### Ajaminen

- Pidä mukanas voimassa oleva ajokortti ja vakuutusasiakirjat.
- Perekdy paikalliseen liikennekulttuuriin ja ajotapoihin esim. väistettäessä ja ohitettaessa.
- Suunnittele kulkureittisi etukäteen. Pidä aina mukanas kartta. Älä mene ”kielleyille” alueille.
- Opettele muutama fraasi maan kielellä siltä varalta, että autosi menee rikki tai joudut onnettomuuteen.
- Kun vuokraat ajoneuvon, käytä tunnettuja vuokraamoita ja pyydä saada tarkastaa ja koeajaa se ensin. Tarkasta renkaat, jarrut (pyydä näyttämään että jarrut toimivat) sekä öljyn ja jäähdytysnesteen määrä.
- Varmista, että polttoainetta on riittävästi suunniteltua matkaa varten. Pitkälle matkalle lähtiessäsi selvitä etukäteen, missä matkan varrella on bensiiniasemia.
- Aja huomaavaisesti ja tarkkaile erityisesti takana tulevaa liikennettä. Kiinnitä huomiota tuttuihin maamerkkeihin.
- Käytä valaistuja, hyväkuntoisia ja vilkasliikenteisiä päteitä.
- Pysäköi auto valaistulle tai valvotulle alueelle.
- Älä jätä arvoesineitä tai teknisiä laitteita autoon.
- Lukitse auto aina kun poistut siitä (vaikka vain tankkaamaan). Pidä matkustajien ovet lukittuina ajon aikana. Älä jätä autoon mitään arvokasta.
- Pidä autossa mukana hätätilanteessa tarvittavat varusteet (esim. sammutin, ensiapupakkaus, työkalupakkaus, varapolttimot ja varoituskolmio). Tarvikkeet ovat monissa maissa lakisääteisiä.
- Älä nouse autosta, jos ympäristö saa sinut tuntemaan epävarmuutta tai jos joudut osalliseksi onnettomuuteen, joka vaikuttaa vähimmässäkään määrin tekaistulta.
- Suhtaudu varauksella paikallisiin, jotka osoittavat autosasi olevan jotain ”vikaa”. ”Vian” tarkistamiseksi jatka ajamista seuraavaan julkiseen paikkaan, jossa on paljon ihmisiä.
- Älä ota kyytiin liftareita.
- Matkapuhelimen käyttöä ajon aikana on rajoitettu useissa Euroopan maissa. Autossa puhuessasi käytä aina puhelimen hands free-laitteita.
- Ole selvillä maan liikennesäännöistä. Vasemmanpuoleinen liikenne aiheuttaa omat hankaluutensa.

### Oma turvallisuus

- Soita säännöllisesti toimipaikallasi kertoaksesi, missä kulloinkin olet, mihin olet menossa ja milloin olet oletavasi perillä. Varmista, että yhteyshenkilösi on aina tietoinen suunnitelmistasi ja myös viime hetken muutoksista.
- Pidä mukanas hätätilanteiden varalta listaa yhteyshenkilöistä ja puhelinnumeroista, esim. konsulaatin ja luottokorttiyhtiön tiedot.
- Kun lähdet liikkeelle, selvitä kuljettava reitti ja matkaan oletettavasti kuluva aika etukäteen.



- Arvioi oma vireystilasi, jos lähdet ajamaan matkalla tai matkalta palatessasi. Väsyneenä teet helposti virhearvioin- teja ja voi jopa nukahtaa rattiin.
- Jos olet sopinut tapaamisen toimipaikan ulkopuolelle tai olet muuten poissa toimipaikaltasi, kerro hotellin vastaanottovirkailijalle tai muulle yhteyshenkilölle, milloin oletat tulevasi takaisin.
- Varo ”kiellettyjä” alueita ja pysyttele poissa sellaisilta. Pysyttele valaistuilla kaduilla ja kävele aina määrätieto- sesti ja itsevarmasti mieluiten jalkakäytävän ulkolaidalla.
- Älä käytä erityistä varakkuutta osoittavia esineitä, kuten kallista kelloa tai koruja. Pukeudu yksinkertaisesti ja asiallisesti. Älä pukeudu kuten turistit äläkä kannaa kame- raa kaulallasi.
- Älä kannaa olkalaukkuja vain toisella olalla vaan laita hihna vinosti vartalosi yli.
- Vältä yksin liikkumista, jos vain mahdollista, ja tarkkaile ympärilläsi olevia.
- Varo taskuvarkaita erityisesti julkisissa kulkuvälineissä ja ruuhkassa.
- Ole varuillasi täysin vieraiden ihmisten suhteen. Ole varovainen keskusteluissa äläkä kerro itsestäsi henkilö- kohtaisia tietoja.
- Älä milloinkaan kannaa kenenkään tuntemattoman henkilön tavaroita maasta poistuessasi äläkä koskaan jätä matkatavaroitasi vartioimatta.
- Pidä mukanas kaksi erillistä lompakkoa tai kukkaroa. Toinen on valelompakko, jonka voit antaa suosiolla pois, jos joudut ryöstetyksi. Laita valelompakkoon jonkin verran, muutamia ostokuitteja, vanhentuneita luotto- kortteja sekä jokunen euromääräinen seteli. Kanna oikeaa lompakkoasi tai kukkaroasi turvallisessa paikassa mahdol- lisimman lähellä vartaloasi ja pidä siinä vain sen verran rahaa, kuin arvelet päivän mittaan tarvitsevasi.
- Älä pidä mukanas mitään aseita.
- Pidä mukanas toimiva taskulamppu sähkökatkosten varalta.
- Laita turvalliseen säilytyspaikkaan kopiot kaikista tär- keistä asiakirjoista ja tiedoista, esim. passi, vakuutus- todistus, hätänumerot ja matkalippujen tiedot.
- Vältä liikkumista syrjäisillä kaduilla ja etenkin pimeän aikana.
- Jos juhlit matkalla, muista kohtuus. Älä koskaan jätä juomaasi vartioimatta.

## Terveys

Ulkomailla matkustaminen ja oleskelu merkitsevät terveys- riskejä, joihin et välttämättä törmää kotimaassa. Seuraavat tarkistuslistat sisältävät vinkkejä, joiden avulla voit välttää riskit, kun valmistaudut niihin etukäteen, ja osaat toimia ripeästi, jos joudut hankaliin tilanteisiin ulkomailla.

## Rokotukset ja sairaudet

Muista varmistaa ajoissa että sinulla on matkalle tarvittavat rokotukset ja estolääkitykset.

## Ruoka ja juoma

Monet tarttuvat taudit (esim. kolera, hepatiitti A-, B- ja E-viruksen aiheuttama maksatulehdus, listerioosi ja lavan- tauti) leviävät saastuneen ruuan ja veden välityksellä. Paikal- listen elintarvikkeiden turvallisuus riippuu niiden valmistus- ja käsittelytavoista. Noudattamalla seuraavia varotoimia voit pienentää sairastumisen riskiä huomattavasti:

- Huolehdi käsien puhtaudesta
- Syö mahdollisuuksien mukaan hyvin kypsennettyjä ruo- kia.
- Vältä kypsennettyä ruokaa, joka on ollut huoneenläm- mössä useita tunteja.
- Varo salaatteja ja muita kylmäruokia, erityisesti majonee- sipitoisia ruokia.
- Vältä ostamasta ruokaa katukauppiailta.
- Vältä raakaa ruokaa, paitsi kuorittavia hedelmiä ja vihan- neksia.
- Keitä juoma- ja hampaidenpesuvesi, jos olet epävarma veden turvallisuudesta. Jos et voi keittää vettä, käytä desinfiointitablettia tai hyväksytyä ja hyväkuntoista suodatinta tai käytä vain pullotettua vettä.
- Vältä jääkuutioiden tai -murskan käyttöä, ellet ole varma, että se on tehty puhdistetusta ja klooratusta vedestä.
- Kylmät pullotetut ja pakatut juomat ovat yleensä turvalli- sia niin kauan, kun korkkia tai pakkausta ei ole avattu. Kuumat juomat ovat yleensä myös turvallisia.
- Vältä alkoholi- tai muita juomia, joihin on lisätty jäitä tai vettä.
- Älä jätä juomaasi pöydälle, jos et pysty sitä valvomaan.
- Älä jätä tavaroitasi pöydälle tai tuolille hetkeksikään ilman valvontaa.

## Sairastuminen ulkomailla

- Jos sairastut ulkomailla, kerro asiasta jollekulle, vaikkei tauti vaikuttaisikaan vakavalta.
- Jos tilanteesi yhtäkkiä huononee, et ehkä pystykään hakeutumaan itse hoitoon.
- Jos hankit paikallisia lääkkeitä, varmista, että käyttö ja annosteluohjeet on käännetty oikein.

## Hygieniatarvikkeet, lääkkeet ja hoitovälineet

- Jos matkasi ei kestä pitkään, ota mukaan hygieniatar- vikkeita koko matkan ajaksi.
- Jos käytät silmälasia tai piilolinssijä, ota mukaan varalasi ja -linsit (eri paikkaan pakattuna).
- Jos käytät reseptilääkkeitä, ota niitä mukaan riittävä määrä ja pyydä lääkäritäsi mukaan lausunto lääkkeiden tarkoituksesta. Työmatkoilla on hyvä olla varalta ylimää- räisiä lääkkeitä 1-2 viikoksi, mikäli kotiinpaluu jostain syystä viivästyy. Kohdemaassa ei välttämättä ole samaa

lääkettä saatavana tai sitä ei tunnusteta, jolloin on tärkeää tietää, mitä lääkkeellä hoidetaan.

- Ota mukaan ensiapupakkaus pieniä haavoja ja ruuheita varten.
- Jos kohdemaassa terveydenhuollon taso on huono, voi olla hyvä ottaa mukaan myös pakkaus, jossa on steriilejä hoitovälineitä (ruiskuja, haavaompeleita ja sidontatarvikkeita)

### Laskimotukosvaara lennon aikana

Erityisesti pitkien lentojen (yli 6 tuntia) aikainen paikallaan istuminen ja liikkumattomuus voivat lisätä syvän laskimotukoksen vaaraa. Jos olet ylipainoinen tai käytät hormonaalista ehkäisyvalmistetta tai hormonikorvaushoitoa, syvän laskimotukoksen vaara saattaa myös olla suurentunut. Voit pienentää laskimotukoksen vaaraa seuraavasti:

- Verryttele jalkoja ja nilkkoja säännöllisesti lennon aikana.
- Käytä tukisukkia.
- Nouse lennon aikana paikaltasi ja kulje käytävillä, milloin se on turvallisuussyistä luvallista.
- Juo runsaasti vettä ja vältä alkoholin nauttimista.

## Kuormittumisen hallinta

### Matkustaminen

Matkustaminen voi kuormittaa työntekijää haitallisesti monesta syystä. **Matkoilla olo** saattaa kuormittaa, koska matkalla ollessa saatetaan olla samalla poissa jostain muusta toiminnasta. Poissaolot aiheuttavat sekä työtehtävien että vapaa-ajan tehtävien järjestelyn tarvetta ja siten lisätyötä. Yleisimpiä matkaryhtymään liittyvistä kuormitustekijöistä ovat työn ja yksityiselämän yhteensovittamiseen liittyvät ongelmat. Matkapäivät kuormittavat myös itsessään. Suoritetaan vaativia tehtäviä, kohdataan vieraita toimijoita ja työpäivät venyvät usein pitkiksi.

**Matkapäivän pituus** tarkoittaa sitä kokonaistuntimäärää, joka koostuu matkustamisesta ja työn tekemisestä. Tällä tavoin tarkasteltuna työ, johon kuuluu matkustamista, tarkoittaa usein ajallisesti pidempiä työpäiviä ja suurempia viikkotuntimääriä, vaikka matka-aikaa ei yleensä työehtosopimusten mukaan lasketakaan työaikaan kuuluvaksi.

**Matkalle lähtö tai matkalta paluu yöaikaan (23-06)** edellyttää hereillä oloa yöaikaan ja siksi rikkoo elimistön vuorokausirytmeyttä yötyön lailla.

**Nopea aikavyöhykkeiden ylittäminen** vaikuttaa myös elimistön vuorokausirytmeyteen ja kuormittaa sen vuoksi elimistöä. Lentomatkustaminen aikavyöhykkeiden yli muuttaa ihmisen vuorokausivaihtelun ajastusta lennon aikana syntyneen aikaeron verran. Lennon jälkeen elimistö pyrkii korjaamaan tilannetta. Sopeutumisajaksi vaikuttavat ylitettyjen aikavyöhykkeiden määrä ja lennon suunta.

### Aikaerorasituksen kesto vuorokausina

- lennettäessä länteen: ylitettyjen aikavyöhykkeiden määrä/2,5
- lennettäessä itään: ylitettyjen aikavyöhykkeiden määrä/2

Esimerkiksi itään suuntautuneen 10 aikavyöhykkeen yli tapahtuvan matkan aikaerorasituksesta toipuminen vie aikaa 10:2 – eli viisi vuorokautta.

Työntekijöiden hyvinvoinnin kannalta on tärkeää arvioida mahdollisuus riittävään palautumiseen ja lepoon, kun:

- työhön liittyy matkustamista yli 50 päivänä vuodessa
- työmatkalle lähdetään tai siltä palataan yöaikaan (23–06) yli 20 kertaa vuodessa
- matkustamiseen liittyy usein monien aikavyöhykkeiden ylittäminen

### Työskentelyn aloittaminen heti matkan jälkeen

kuormitustekijä, jos työntekijä ei ole voinut matkustaessaan levätä normaalisti. Tällaisia tilanteita syntyy esimerkiksi työkohteeseen suuntautuvan yölennon jälkeen tai vastaavasti matkalta palattaessa.

**Toistuvat pitkään kestävät lennot** ovat kuormitustekijä lentokoneen olosuhteiden (esim. matkustamon maanpintaa alhaisemman paineen vuoksi, ahtaiden matkustustilojen ja paikallaan olon) vuoksi.

### Palautuminen ja hyvinvointi

Kun työntekijät työskentelevät muina aikoina kuin perinteisen työajan puitteissa tai työ sekä matkustaminen ovat valanneet huomattavan osan työntekijöiden vapaa-ajasta, on hyvä arvioida mahdollisuus riittävään työstä palautumiseen ja työajan rytmittämiseen.

Palautuminen on ihmisen hyvinvointia ylläpitävä prosessi, jonka aikana voimavarat täydentyvät. Tätä prosessia voidaan tarkastella sekä psykologisesta että fysiologisesta näkökulmasta. Erittäin tärkeää on pystyä irtautumaan psykologisesti työstä, rentoutumaan ja nukkumaan riittävästi. Fysiologisen palautumisen kannalta tärkeintä on riittävä uni ja stressitön vapaa-aika. Keskeytymättömän vuorokausilevon pituus tulee olla vähintään yhdeksän tuntia. Palautuminen on tärkeää kaikille, myös niille, jotka kokevat nauttivansa työstään.

Tehokkaimpia keinoja palauttaa voimavarojaan vapaa-ajalla on irrottautuminen työstä ja rentoutuminen. Vaikka keinot rentoutua ja irrottautua työstä ovat yksilöllisiä, joitakin yleisesti hyväksi koettuja keinoja on olemassa. Irrottautumista edistää liikunta, sosiaaliset suhteet, perheen kanssa puuhailu ja pidättäytyminen työnteosta. Hyviä rentoutuskeinoja ovat lepäily ja oleilun lisäksi aktiivinen liikunta tai luonnossa oleilu. Tärkeä on löytää itselle mieluisat toiminnot ja välttää liikaa aikataulutusta. Vapaa-ajan aktiviteetin koettu miellyttävyys edistää palautumista.

Jos työntekijälle ei jää riittävästi aikaa lepoon ja palautumiseen, se aiheuttaa kuormittuneisuutta, tyytymättömyyttä ja väsymystä. Pitkään jatkuessaan riittämätön palautuminen on tunnettu terveysriski. Työntekijän voi olla vaikea itse tunnistaa ja arvioida, onko oma palautuminen riittävää, ja siksi on tärkeää opetella havaitsemaan palautumisen tarpeen merkkejä. Riittämättömän palautumisen ensimmäisiä merkkejä ovat unihäiriöt, ärtymyksen tuntemukset, tarve vetäytyä sosiaalisesta vuorovaikutuksesta, väsymys ja energian puute.

Työssä itsessään on myös palauttavia tekijöitä, joita kutsutaan voimavaratekijöiksi. Niistä tärkein on **esimiehen toiminnan oikeudenmukaisuus ja tuki**. Muita ovat **vaikutusmahdollisuudet työhön, työyhteisön tuki ja työsuhteen jatkuvuus**.

Matkustavan työntekijän hyvinvoinnin kannalta on keskeistä, että hänellä on mahdollisuus säädellä työaikaansa. Työpäivää voi tarvittaessa rytmittää eri tavalla. Palautumisjaksoja voi lisätä työpäivän keskelle siten, että työntekijä huolehtii säännöllisestä kiireettömän lounastauon pitämisestä sekä työn jaksottamisesta esimerkiksi rentoutumis- tai liikuntatauoin. Näin myöhempään iltaan sijoittuvan, esimerkiksi eri aikavyöhykkeellä olevien yhteistyökumppaneiden kanssa käytävän, palaverin vuoksi jatkuva työpäivä voi olla pituudeltaan ja kuormittavuudeltaan sopiva.

Terveys ja työkyky ovat voimavaroja, jota voi ja kannattaa vaalia. Pitkät työpäivät ja epäsäännölliset työajat ja matkustaminen tekevät säännöllisten ja terveellisten elintapojen ylläpitämisen vaikeammaksi. Niihin onkin tällaisissa töissä hyvä kiinnittää huomiota. Jokainen voi vaikuttaa omaan terveyteensä ja hyvinvointiinsa terveellisten elintapojen avulla. Terveelliset elämäntavat ovat: kohtuullinen, säännöllinen liikunta, terveellinen ravinto, tupakoimattomuus, kohtuus alkoholin käytössä sekä riittävä lepo ja uni.

### Työn ja muun elämän yhteen sovittaminen

Ongelmat työn ja muun elämän yhteensovittamisessa kuormittavat matkatyössä. Mitä enemmän matkustetaan, sitä enemmän aiheutuu stressiä. Työn ja muun elämän yhteensovittamista voidaan helpottaa esimerkiksi työaikajoustoilla kotimaassa tai vakituksessa toimipaikassa ollessa.

## Lähteet ja lisätietoa

Safety without borders, Keeping your staff healthy and safe abroad, IOSH 2014

Managing the safety, health and security of mobile workers: an occupational safety and health practitioner's guide, IOSH & International SOS Foundation 2016

Mobiili työ, työhyvinvointi liikkuvassa ja monipaikkaisessa tietotyössä, Työturvallisuuskeskus 2011

Työmatkalla maailmalla, Työterveyslaitos, 2015

Matkailijan terveysopas, Duodecim, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos THL 2009

Return of prevention, Prevent, International SOS Foundation 2015

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

[www.internationalsosfoundation.org](http://www.internationalsosfoundation.org)

[www.iosh.co.uk](http://www.iosh.co.uk)

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

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

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

## Turvallisesti työmatkalla ulkomailla

---

Suomalaisten yritysten kansainvälistyminen on yleistynyt suuntaus, joka näkyy lisääntyvänä matkustamisena vaihdellen lyhyistä työmatkoista pitkiin ulkomaankomennuksiin. Samanaikaisesti tiedostetaan entistä selvemmin työterveyden ja -turvallisuuden merkitys organisaatioiden menestykselle ja maineelle. Tämä julkaisu on tarkoitettu työterveyteen ja -turvallisuuteen liittyvien riskien hallinnan tueksi kansainvälisessä ympäristössä toimiville organisaatioille.

Julkaisu on kolmiosainen. Ensimmäinen ja toinen osa on tarkoitettu turvallisuusalan ammattilaisille ja niille johtajille ja esimiehille, jotka ovat vastuussa työn vuoksi ulkomaille matkustavasta henkilöstöstä. Toisessa osassa tarkastellaan yleisesti esiin tulevia kysymyksiä painottaen erityisesti henkilöstöön kohdistuvia riskejä. Kolmas osa koostuu työntekijöille tarkoitetuista tarkistuslistoista. Niissä neuvotaan, mitä pitää tehdä ennen lähtöä ja miten omasta terveydestään ja turvallisuudestaan voi huolehtia perillä.