

Työelämän tuki raskaudenaikaisessa menetyksessä -kestävä paluu ja työkyky

Työsuojelurahaston tukema viestintäkampanja



Miksi kampanja raskaudenaikaisista menetyksistä työelämässä?

- Raskaudenaikaisia menetyksiä tapahtuu Suomessa noin 10 000 vuodessa. (Vuonna 2025 Suomessa syntyi eläviä lapsia 45 835.) Menetykset ovat osa hedelmällisessä eli työiässä olevien ihmisten todellisuutta. Vajaa miljoona työelämässä olevaa kantaa kokemusta mukanaan.
- Sote-palvelujärjestelmässämme menetyksen kokeneet eivät kuulu minnekään. Työelämässä saatetaan luulla, että menetykseen saa tukea, mutta todellisuudessa työhön saatetaan palata menetyksen vielä tapahtuessa tai heti sen jälkeen. Raskausviikon 22+0 jälkeen on vasta oikeutettu vanhempainvapaaseen. Sitä ennen sairauslomaa saadaan yleisesti noin 0-3 vrk.
- Näin ollen menetyksen vaikutukset, jotka ovat valitettavasti tabuaiheen vuoksi monille tuntemattomia, valuvat työpaikoille ja työelämään. Siksi työelämän tulee valveutua myös tässä aiheessa. Me autamme siinä ja siksi se ei vaadi työelämältä valtavia ponnistuksia.



Työsuojelurahasto
Arbetskyddsfonden
The Finnish Work Environment Fund



Mistä viestintäkampanjamme koostuu?

Kampanja pohjautuu toukokuussa 2025 tekemäämme kirjallisuuskatsaukseen:
'Raskaudenaikainen menetys työpaikalla: tiedon, puheen ja tekojen välttämättömyys.'

"It is not only the children that women have that affect their work lives, but also the children that they do not have, that they have desired and lost" -Ann Mary Hazen

Tuotimme:

- Lyhytelokuvan, podcast-kauden ja blogisarjan.
- Lisäsimme aiheen tietoisuutta ja näkyvyyttä sosiaalisen median vaikuttajien kanssa.
- Teimme paljon postauksia Instagramiin ja LinkedIniin. Pienissä määrin myös TikTokiin.



Työsuojelurahasto
Arbetskyddsfonden
The Finnish Work Environment Fund



Lyhytelokuva *Surun sirpaleita*

Surun sirpaleita on noin 30 minuutin lyhytelokuva, joka jakautuu 2 osaan.

Ensimmäisessä osassa havainnollistamme minkälainen kokemus alkuraskauden keskenmenon kokeneella voi olla, kun hän ei saa tukea. Toisessa osassa näytämme, kun päähenkilö Minja ja hänen puolisonsa Panu saavat työelämästä apua ja tukea. Miten erilainen kokemus on ja kuinka laajat saadun avun vaikutukset ovat.

Lyhytelokuva katsottavissa:

- Youtubessa: [tästä](https://www.youtube.com/watch?v=0V-viUVxzkE&t=743s). (<https://www.youtube.com/watch?v=0V-viUVxzkE&t=743s>)
 - Nettisivuillamme: [tästä](https://lumanela.fi/tyoelama/). (<https://lumanela.fi/tyoelama/>)
 - 782 katselukertaa (29.4.2026)




Työsuojelurahasto
Arbetskyddsfonden
The Finnish Work Environment Fund



Saatus palautetta lyhytelokuvasta *Surun sirpaleita*

“Toimii, nyt vaan työnantajille jakoon.”

“Todella koskettava elokuva  herätti todella ajattelemaan erityisesti ensimmäisten kohtaamisten tärkeyttä ja miten surullista että voi olla työntekijästä kiinni, millaisen kohtaamisen saa hädän hetkellä.”

“Tarinassa oli hyvä esitellä juuri nuo kaksi erilaista ihmisten suhtautumistapaa, se tulee varmasti herättämään ajatuksia työnantajan ja terveydenhuoltoa edustajissa.”

“Niin tuttua... Itsellä kaks km takana, molemmat vaatineet tyhjennyksen osastolla. Vaikeinta on mm. kun neuvolasta lentää pihalle heti kun vauva on kuollut, ja osastolta heti kun se on ulkona. Sen jälkeen ei mitään. Ja suurin osa ei ymmärrä sitä tuskaa ollenkaan. Ja sitä kuinka se kestää. Ja miten se pahenee kun uutta raskautta ei näy eikä kuulu.”

“Realistinen kuva siitä, että voit flunssassa saada jopa 9pv työnantajan luvalla sairauslomaa mutta jos vuodat verta ja olet kriisin keskellä niin ei soitelet ympäriinsä. Itsellä on taustalla myöhäinen keskenmeno ja olisin saanut jopa 6pv sairauslomaa mutta sain venytettyä 9pv kun sairausloman kirjoitti lääkäri joka vauvan kuoleman totesi ja oli vielä tyhjennys jne edessä.”



Työsuojelurahasto
Arbetsarskyddsfonden
The Finnish Work Environment Fund



Siivenisku Podcast-kausi

- Podcast-kauteen kuuluu 10 jaksoa, jossa käymme laajalla näkökulmalla läpi raskaudenaikaisen menetyksen ilmiötä, sen vaikutuksia ihmiseen, työkykyyn ja työelämään.
 - Ensimmäisessä jaksossa me Lumanelan perustajat annamme perustietoa menetyksistä ja kerromme omista kokemuksistamme työelämään liittyen. Siitä eteenpäin jatkamme vieraiden kanssa, jotka vaihtuvat jokaisessa jaksossa.
 - Esiin pääsevät niin alan ammattilaisten näkemykset sekä menetyksen kokeneiden omat tarinat ja kokemukset.
-
- Kaikki podcastit löytyvät nettisivuiltamme [tästä](https://lumanela.fi/tyoelama/).
 - Spotifysta Siivenisku podcastimme löytyy [täältä](https://open.spotify.com/show/6omQqBEqDzAp17a7Wyv7Hc?si=cTbDAX4_TX-IV3c3ck9eMg).
 - 2,288 kuuntelukertaa 1/26-4/26



Työsuojelurahasto
Arbetsarskyddsfonden
The Finnish Work Environment Fund



Siivenisku Podcast-kausi

1. Miksi raskaudenaikaisen menetyksen vaikutukset valuvat työpaikoille? - Lumanelan Heidi ja Marjo

2. Onko menetys trauma? Hermostokouluttaja ja traumapsykoterapeutti vastaa.

- Vieraana Hanna Markuksela

3. Toistuvat keskenmenot ja kourallinen politiikkaa

- Vieraana Hennariikka ja Ville Niinistö

4. Käsittelemätön keskenmeno - Minkälaiset jäljet se voi jättää? - Vieraana Kriselda Mutsonen

5. Työyhteisöjen ja työelämän tuki raskaudenaikaisissa menetyksissä - Vieraana Anna Kokko (Väestöliitto) ja Outi Perkiömäki (SuPer)

6. Miehen näkökulma raskaudenaikaisissa menetyksissä
- Vieraana Maria ja Tommi Kangaskortet

7. Pysähdys menetyksen kokeneen saappaisiin psykoteraapeutin kanssa - Vieraana Mirka Paavilainen

8. Keskenmeno, lapsettomuushoidot, synnytyksen jälkeinen vakava masennus -niin ja työelämä.
- Vieraana Rea Tallgren

9. Lähiesihenkilönä raskaudenaikaisen menetyksen äärellä - Vieraana Anu Nyman

10. Ihmettä kaikki- miehen sanoitus raskaudenaikaisesta menetyksestä ja uudesta raskaudesta.
- Vieraana Juha Itkonen



Työsuojelurahasto
Arbetarskyddsfonden
The Finnish Work Environment Fund


LUMANELA

Podcasteihin perustuvat blogit löytyvät nettisivuiltamme [täältä](#)

1. [Lyhytelokuva Surun sirpaleita- mistä on kyse?](#)
2. [Raskaudenaikainen menetys - vaikutukset valuvat työpaikoille, nyt kuulet miksi.](#)
3. [Surun sirpaleita lyhytelokuvan ydinviestit pähkinänkuoressa](#)
4. [Menetys on traumaattinen tapahtuma- me emme vain puhu siitä sen oikeilla nimillä](#)
5. ["Mitään ei ole tehtävissä", paitsi olikin - sekä tietenkin politiikkaa](#)
6. [Keskenmeno, uusi raskaus ja vanhemmuus Kriseldan kokemana](#)
7. [Työyhteisöjen ja työelämän tuki raskaudenaikaisissa menetyksissä](#)
8. [Kun breaking point tulee vastaan - kahden päivän sairausloma vaihtui kuukaudeksi](#)
9. [Pitkän kokemuksen tietotaidolla katse menetyksen kokeneen asemaan](#)
10. [Raskausonni vaihtui suureen suruun juuri ennen omia häitä - Rean kokemus keskenmenosta](#)
11. [Esihenkilön näkökulmaa raskaudenaikaisiin menetyksiin](#)
12. [Onko yhteiskunnassamme tilaa surulle? Kirjailija Juha Itkonen kuvaa raskaudenaikaista menetystä rikkain sanakääntein](#)



Työsuojelurahasto
Arbetsarkyddsfonden
The Finnish Work Environment Fund


LUMANELA

Yhteistyö sosiaalisen median vaikuttajat

Kriselda Mustonen: Instagramissa 17,5 tuhatta seuraajaa.

- [Tästä Kriseldan Instagramiin.](#) (@kriselda)
- Saavutettu näkyvyys yhteispostauksella: 59,2 tuhatta näyttöä

Tommi Kangaskortet: Instagramissa 7266 seuraajaa.

- [Tästä Tommin Instagramiin.](#) (@tommikangaskortet)
- Saavutettu näkyvyys yhteispostauksella: 155 tuhatta näyttöä

Rea Tallgren: Instagramissa 41,8 tuhatta seuraajaa.

- [Tästä Rean Instagramiin.](#) (@reatallgren)
- Saavutettu näkyvyys yhteispostauksella: 269 tuhatta näyttöä



Työsuojelurahasto
Arbetskyddsfonden
The Finnish Work Environment Fund



Viestintä kanavat

[LinkedIn tästä linkistä:](https://www.linkedin.com/in/heidi-paananen-lumanela/)

(<https://www.linkedin.com/in/heidi-paananen-lumanela/>)

[Instagram tästä linkistä:](https://www.instagram.com/lumanela/)

(<https://www.instagram.com/lumanela/>)

[Nettisivuille tästä linkistä:](https://lumanela.fi/tyoelama/) (<https://lumanela.fi/tyoelama/>)

[Tiktok tästä linkistä:](https://www.tiktok.com/@lumanela) (<https://www.tiktok.com/@lumanela>)

[Youtube tästä linkistä:](https://www.youtube.com/@Lumanela)

(<https://www.youtube.com/@Lumanela>)

[Spotify tästä linkistä:](https://open.spotify.com/show/6omQqBEqDzAp17a7Wyv7Hc?si=76245c53974a45d2)

(<https://open.spotify.com/show/6omQqBEqDzAp17a7Wyv7Hc?si=76245c53974a45d2>)

[Uutiskirjeet: tilaa täältä sivun alareunasta.](#)



Työsuojelurahasto
Arbeterskyddsfonden
The Finnish Work Environment Fund

Mistä tulevaisuudessa voit kuulla tästä?

Kaikki materiaali jää saataville nettisivuillemme.

- <https://lumanela.fi/tyoelama/>

Me kerromme tietotaidostamme mielellämme lisää ja meihin voi olla yhteydessä

- info@lumanela.fi
- Heidi Paananen: 040-4813765