



Jäsenkirje 1/2026

PALOMA-OSAAMISKESKUKSESSA TAPAHTUU

Toivottavasti kaikki ovat päässeet hieman lomailemaan ja palautumaan vuodenvaihteen tienoilla!

PALOMA-osaamiskeskuksen vuoden 2026 toiminnan suunnittelu on käynnistynyt kovalla tohinalla. Tänä vuonna toteutamme tuttuun tapaan PALOMA-päivät ja viime vuonna lanseeratun koulutuskalenterin sekä jatkamme jäsenkirjeiden lähettämistä. THL:lla on kuitenkin tulossa kevään aikana tarkentuvia muutoksia verkostojen ylläpitämisiin. Näiden muutosten sekä työhallinnan vuoksi luovumme tutkijoille suunnatun PALOMA Research Networkin koordinaatiosta. Tiedotamme mahdollisista muista muutoksista, mikäli niistä tulee ajankohtaisia.

Save the date: PALOMA-päivät 26.-27.8.2026

PALOMA-päivät tulee taas! Laita päivät kalenteriin ja **ole meihin yhteydessä, mikäli sinulle tulee mieleen puhujatoiveita tai -ehdotuksia tai mikäli olisit itse kiinnostunut puhumaan!** Maksuttomien PALOMA-päivien ilmoittautuminen avataan alkukesästä. Tapahtuma järjestetään hybridinä THL:lla ja verkossa.

Save the date: PALOMA-koulutuskalenteri

Koulutuskalenterissa järjestetään tutusti yhteensä kuusi koulutusta: kolme keväällä ja kolme syksyllä. Kevään 2026 ensimmäiset ajankohdat ja puhujat ovat selvillä! Laita ajat jo kalenteriin, tiedotamme ilmoittautumisten avautumisesta

erikseen (otsikoissa voi vielä tapahtua pieniä muutoksia). Koulutuskalenterin tilaisuudet järjestetään kokonaan verkossa ja ovat maksuttomia.

18.3. Klo.14–16, Annikka Laasanen, Psyk-Esh, TtM, KYS PALOMA-toiminta:
Kohtaamisen taito – Hyviä käytänteitä pakolaistaustaisten kohtaamiseen työssä

21.4. klo. 9–11, Venla Lehti, psykiatri, dosentti, apulaisylilääkäri, Helsingin kaupunki:
Kulttuuritietous, mielenterveyskäsitykset ja kulttuurien vaikutus työskentelyyn

KENTÄLLÄ KEHITETTYÄ

Infolehtiset: Monikieliset materiaalit muistisairauksista

Muistiliitto on julkaissut monikieliset infolehtiset aivoterveystietoa, muistisairauksista sekä muistisairaana kohtaamisesta. Materiaalien avulla voi keskustella muistin liittyvistä aiheista sekä tarjolla olevista tukipalveluista. Ne tukevat eri kieli- ja kulttuuritaustaisten asiakkaiden ohjausta, ovat helppoja tulostaa ja käyttää neuvonnassa.

[Lue lisää ja tutustu materiaaleihin](#)

Verkkomateriaali: Kulttuurisensitiivisyys muistityössä suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi

Muistiliitto on julkaissut uusia työkaluja eritaustaisten, eri kieli- ja kulttuuriryhmiin kuuluvien asiakkaiden kohtaamiseen. Materiaali sisältää lyhyitä tietopaketteja, esimerkkitarinoita ja harjoituksia, jotka antavat näkökulmia ja käytännön vinkkejä yhdenvertaisten ja saavutettavien palvelujen kehittämiseen.

[Lue lisää ja tutustu materiaaleihin](#)

Esite: ADHD-tietoa maahanmuuttajaperheille.

ADHD-liiton ja Ehyt ry:n Hadiya-verkosto ovat työstäneet somalin- ja arabiankielisten vanhempien kysymyksiin adhd:sta pohjautuvaa materiaalia. Käännökset eivät ole virallisia, mutta sisällöltään vastaavat alkuperäistä suomenkielistä esitettä. Esitettä on tilattavissa painettuna Ehyt ry:stä ja se on luettavissa pdf:nä verkossa. Otamme mielellämme myös esitettä koskevaa palautetta vastaan. Lisätietoja antaa Piia Haukilahti (piia.haukilahti@adhd-liitto.fi)

[Lue lisää ja lataa esite eri kielillä](#)

Verkkokurssi: How to become an expert by experience

ADHD-liiton kokemus- ja vertaistoiminnan tukea koordinoivat ja kehittävät asiantuntijat ovat koonneet englannin kielelle kokemustoimijoiden peruskurssin verkkoon. Lisätietoa kurssista antaa Jenni Barnett-Erlandsson, (jenni.barnett-erlandsson@dhd-liitto.fi)

[Tutustu verkkokurssiin täällä](#)

Podcast: ”Missä sun perhe on?”

Pelastakaa lasten viisijaksoisen podcastin teemana on pakolaistaustaisten perheiden erossaoloon ja yhdistämiseen liittyvät kokemukset sekä tuen tarpeet. Jaksoissa korostuvat lasten oikeus olla yhdessä perheensä kanssa ja perheen merkitys ihmisen hyvinvoinnille. Podcast on tuotettu EU:n osarahoittamassa [Kanava-hankeessa](#). Podcastia saa jakaa eteenpäin. Otamme ilolla ja kiinnostuksella vastaan myös [palautteitanne](#).

[Lue lisää ja kuuntele podcast täällä.](#)

TOIMINTAA JA HANKKEITA

Seminaari 12.2.: Kuule Minua -hankkeen loppuseminaari Helsingissä

Kuule Minua -hankkeessa on kehitetty turvapaikanhakija- ja pakolaistaustaisten nuorten kokemusasiantuntijatoimintaa valtakunnallisesti. Tarkoituksena on ollut mahdollistaa nuorten osallisuuden kokemuksia ja lisätä nuorten voimaantumista sekä hyvinvointia aktiivisina yhteiskunnan jäseninä ja vahvistaa nuoren luottamusta itseensä oman elämäntarinan kautta sekä saada nuorten ääntä kuuluviin. Ilmoittaudu Helsingin kaupungintalolla järjestettävään tapahtumaan 9.2. mennessä. Hanketta rahoittaa STEA.

[Lue lisää ja ilmoittaudu](#)

Retriitti 20.-22.2: Heart of the storm - Trauma-Informed Self-Care & Resilience Retreat Kirkkonummella, Villa Sagassa

A gentle, trauma-informed residential retreat for professionals, volunteers, artists, and activists who support others — and who wish to care for their own well-being and sustainability. It is free of charge for volunteers with a refugee background and 100–200€ for others. Languages used are English, Ukrainian and Finnish. It is organised by Nadiya ry and supported by Mielenterveyden Keskusliitto and Eileen Starckjohann & Thelma Starckjohann-Bruun Foundation. For questions, please contact: nadiya.creatinghope@gmail.com

[Read more about the retreat and sign up](#)

Webinaari 10.3.: Reilu työelämä Suomessa – ulkomaisen työvoiman hyväksikäyttö ilmiönä

Webinaarissa kuullaan ulkomaisen työvoiman hyväksikäytön ilmiöstä, sen tunnistamisesta ja puuttumisen keinoista sekä ilmiön taustalla olevista rakenteista. Tilaisuus tarjoaa ajankohtaista asiantuntijatietoa ja konkreettisia näkökulmia viranomaisille, yritysneuvojille sekä kotoutumisen parissa työskenteleville ammattilaisille. Tilaisuuden järjestää Paremmiin Yhdessä ry ja Keski-Suomen elinvoimakeskus

[Lue lisää ja ilmoittaudu](#)

Työpaja 16.-17.4: Serene-toiminnan Keho ja mieli -työpaja ammattilaisille Turussa

Keho ja mieli -ryhmä on psykoedukatiivinen, toiminnallinen ryhmämalli, joka soveltuu järjestettäväksi tulkin välityksellä tai suomen kielellä. Tavoitteena on psykoedukaation, harjoitusten ja keskustelun avulla lisätä osallistujien keinoja hallita stressiä. Ryhmämalliin perehdyttävä työpaja on suunnattu sosiaali-, terveys- ja opetusalan ammattilaisille, jotka kohtaavat työssään Suomeen muuttaneita.

[Lue lisää ja ilmoittaudu](#)

Serenessä on vuoden taitteessa tapahtunut muutoksia niin nettisivu- kuin sähköpostiosoitteissa. Serenen nettisivuosoite on nykyisin <https://mielilyhdistykset.fi/turku/serene/> ja sähköpostiosoitteet muotoa etunimi.sukunimi@mieliturku.fi

Muistutus: osallistu King's College Londonin tutkimukseen!

Tutkimuksen tarkoituksena on ymmärtää paremmin pakolaisten ja turvapaikanhakijoiden kanssa työskentelevien ammattilaisten tuen tarpeita ja kohtaamia haasteita. Pakolaiset ja turvapaikanhakijat kohtaavat paljon traumaattisia kokemuksia, jonka seurauksena he usein kärsivät erilaisista terveysongelmista. Toisaalta heille suunnatut mielenterveyspalvelut ovat usein aliresursoituja ja ylikuormitettuja. Tämä tutkimus pyrkii tunnistamaan keskeisiä tarpeita palveluiden kehittämiseen, koulutukseen ja resurssointiin liittyen. Tietoa tutkimuksesta saa välittää eteenpäin!

[Lue lisää ja osallistu tutkimukseen](#)

Terveiset: Annikka lähettää terveisiä Itä-Suomesta!

”Jatkan KYS PALOMA -toimintaa Itä-Suomessa ja lähetin tammikuussa verkostokirjeen alueen toimijoille. Koulutusten, tapahtumien ja infojen teemat ovat pääosin ennallaan, ja keväälle on jo sovittu useita koulutuksia ammattilaisille sekä suunnitteilla infoja maahan muuttaneille. Teen parhaillani uutta verkkokoulutusta henkilöstölle, ja kuukausittaiset sisäiset PALOMA-tietoiskut ovat käynnissä Pohjois-Savon hyvinvointialueella. Naisiin kohdistuvan väkivallan teema on esillä laajemminkin, ja toukokuulle on suunnitteilla aiheesta yhteinen webinaari.

Keväällä on tavoitteena käynnistää uusi pakolaisille suunnattu ryhmä, joka tukee parempaa unta. Ensimmäistä ryhmää pilotoin ukrainalaisten kanssa. Tavoitteena on tarjota oma-apukeinoja uneen ja muokata ryhmän sisältöä ukrainalaisille kulttuurisesti sopivaksi, sekä arvioida mallin jatkosoveltamista.

Mukavaa kevättalvea kaikille,

Annikka Laasanen, KYS PALOMA-toiminta/Pohjois-Savon hyvinvointialue

Kuvaus: [Itä-Suomen yhteistyöalue - THL](#), [LinkedIn](#)”

Terveiset: Paperittomien terveys -hanke

”Tällä hankekaudella LSV:n paperittomuushanke keskittyy erityisesti jalkautumisiin, neuvontaan ja vapaaehtoistoiminnan kehittämiseen. STEA on leikannut toiminnastamme, mutta kykenemme kuitenkin jatkamaan työtä. Sote-opiskelijoiden ja -ammattilaisten koulutuksia emme enää pysty toteuttamaan

osana hanketta, mutta voimme edelleen käydä luennoimassa oppilaitoksissa ja hyvinvointialueilla itsenäisinä ammatinharjoittajina.

Jatkamme edelleen paperittomien terveysneuvontaa puhelimitse, mutta puhelimen aukioloajat ovat hieman supistuneet. Tarjoamme tietoa ja tukea terveyteen ja terveyden edistämiseen liittyen sekä apua palveluihin hakeutumisessa. Neuvonta on tarkoitettu sekä itse paperittomille ihmisille, että kaikille heitä kohtaaville (läheisille ja ammattilaisille/vapaaehtoisille). Numeroon voi olla yhteydessä ma-to klo 9–15 (suomeksi ja englanniksi): 044 744 9932 (myös Whatsapp)

Lisäksi olemme aloittaneet [Facebook-neuvonnan](#) ja sähköpostineuvonnan: health.advice@lsv.fi . Whatsappissa, Facebookissa ja sähköpostissa vastaamme viesteihin mahdollisimman pian.”

Terveisiä: Helsingin ja Oulun Diakonissasäätiön laitoksilta

”Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus (STEA) julkaisi 26.1.2026 päätöksen, jonka mukaan kansainvälisiin velvoitteisiin perustuvan kidutettujen kuntoutukseen liittyvän toiminnan rahoittaminen järjestöavustuksilla päättyy. Perusteena on, että vastuu tästä toiminnasta siirtyy julkiselle sektorille. Järjestöavustusta kidutettujen kuntoutustoimintaan ovat saaneet Helsingin ja Oulun Diakonissalaitoksen Säätiöt, joilla on pitkä kokemus ja paljon asiantuntemusta tämän erityisen kohderyhmän kanssa toimimisesta. Työmme kidutettujen parissa jatkuu edelleen, vaikka rahoittajan päätös tuo muutoksia toimintaan. Tiedotamme myöhemmin lisää päätöksen konkreettisista vaikutuksista.

Lisätietoja antaa Sari Hammar, sari.hammar@hdl.fi ja Jaana Jokinen, jaana.jokinen@odl.fi”

TUTKIMUSTIETOA

Tutkimusartikkeli: Miten Suomen pakolaistaustaiset nuoret voivat? : Väestötutkimus 20–29-vuotiaiden nuorten terveydestä ja hyvinvoinnista

Tutkimus tarkastelee 20–29-vuotiaiden pakolaistaustaisten nuorten terveyttä ja hyvinvointia Suomessa. Aineistona käytettiin kahta THL:n väestötutkimusta. Nuorten terveyttä, hyvinvointia ja palvelujen käyttöä verrattiin samanikäisiin nuoriin, jotka olivat muuttaneet Suomeen muista syistä (esim. työ, opiskelu tai

perhe), ja koko Suomen samanikäiseen väestöön. Tuloksia tarkasteltiin myös sukupuolen mukaan.

Tulosten mukaan pakolaistaustaiset nuoret voivat monilla, joskaan eivät kaikilla, terveyden ja hyvinvoinnin osa-alueilla heikommin kuin muut nuoret. Heillä esiintyi muita useammin mm. mielenterveysoireita, toteutumaton terveydenhoidon tarvetta, tupakointia, köyhyyttä, syrjäytäkokenemuksia, vähäisiä ystäväsuhteita sekä heikommaksi koettua elämänlaatua. (Castaneda, Mustonen, Mankinen, Somersalo-Cavén, Klemettilä, Kuusio & Lilja; 2025)

[Lue artikkeli kokonaisuudessaan](#)

YAMK-opinnäyte: Arts-related activities in Finnish reception centres : a multidisciplinary study on experiences and well-being related meanings

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää millaisia taidelähtöisiä aktiviteetteja suomalaisissa vastaanottokeskuksissa on toteutettu ja millä tavoin, jos lainkaan, ne ovat voineet tukea aikuisten asiakkaiden hyvinvointia. Tulokset osoittavat, että suomalaisissa vastaanottokeskuksissa on toteutettu monenlaisia taidelähtöisiä aktiviteetteja ja näihin aktiviteetteihin on liittynyt monia hyvinvointia tukevia merkityksiä. Tulosten perusteella taidelähtöisiä aktiviteetteja suositellaan toteutettavan vastaanottokeskuksissa yhteistyössä asiakkaiden sekä kulttuuri-, sosiaali- ja terveysalojen ammattilaisten kanssa. (Rinta-Filppula; 2025)

[Lue opinnäytetyö kokonaisuudessaan](#)

Puheenvuoro: Kun lapsi joutuu kohtaamaan sodan – sotatrauman hoitaminen on tärkeää sekä yksilölle että kansakunnalle

Puheenvuoro pohjautuu psykologian professori Kirsi Peltosen 2.12.2025 pitämäänsä professoriluentoon, ja hän puhuu mm. trauman kokeneen voimavarojen vahvistumisen mahdollisuudesta ja resilienssistä sekä siitä, miten psykologia tarjoaa välineitä inhimillisen kärsimyksen vähentämiseen.

[Lue puheenvuoro kokonaisuudessaan](#)

★★

PALOMA-osaamiskeskuksen kirje on suunnattu valtakunnallisen PALOMA-osaamiskeskuksen jäsenille, ja se tarjoaa laaja-alaista ja ajankohtaista tietoa maahan muuttaneiden, erityisesti

pakolaistaustaisten ihmisten, mielenterveyden parissa työskenteleville ammattilaisille ja aiheesta kiinnostuneille. Kirje toimii valtakunnallisena viestintäkanavana, ja kevään 2026 aikana se lähetetään kolme kertaa. Seuraava verkostokirje ilmestyy maaliskuussa. Sisältöehdotuksia voi lähettää Laura Somersalo-Cavénille osoitteeseen etunimi.sukunimi@thl.fi. **Lähetä ehdotuksesi viimeistään 26.3.2025.**

Tarkempaa tietoa PALOMA-osaamiskeskuksen toiminnasta löydät verkkosivuiltamme:
www.thl.fi/palomaosaamiskeskus

[Päivitä tietojasi tai peruuta verkostokirje täällä.](#)

