



## Jäsenkirje 2/2026

### PALOMA-OSAAMISKESKUKSESSA TAPAHTUU

#### **PALOMA-osaamiskeskuksen verkkosivut siirtyvät Innokylään**

THL uudistaa verkkosivunsa keväällä 2026. Uudistuksen yhteydessä kaikki thl.fi-sivuston sisällöt päivitetään, ja nykyinen sivusto poistuu käytöstä. Uusi thl.fi-sivusto tulee olemaan huomattavasti nykyistä tiiviimpi, minkä seurauksena PALOMA-osaamiskeskuksen verkkosivut siirtyvät jatkossa Innokylään. Päivitämme kevään mittaan osaamiskeskuksen verkkosivuja Innokylässä, mutta ne tulevat jatkossa olemaan nykyistä suppeammat. Uusi thl.fi-sivusto on tarkoitus julkaista huhtikuun lopussa. Tarkka päivämäärä vahvistuu lähempänä julkaisua. Uudistuksen myötä **suurin osa nykyisistä linkkiosoitteista muuttuu**. Jos olette aiemmin linkittäneet thl.fi-sivustolla sijaitseviin sisältöihin, pyydämme tarkistamaan linkit julkaisun jälkeen ja päivittämään ne uusiin osoitteisiin tarpeen mukaan.

[Tutustu PALOMA-osaamiskeskuksen sivuihin Innokylässä](#)

#### **Tulevat PALOMA-osaamiskeskuksen koulutuskalenterin koulutukset**

Koulutuskalenterissa järjestetään tuttuun tapaan yhteensä kuusi koulutusta: kolme keväällä ja kolme syksyllä. Ensimmäinen koulutus on jo takana, kiitos Annikka Laasaselle koulutuksen pitämisestä ja kaikille siihen osallistuneille!

Tulevat koulutukset:

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

28.5. klo.9–11, Karoliina Himanen, sairaanhoitaja, kättilö, terveystieteiden MA,  
Vantaan ja Keravan hyvinvointialueelta (Kototutumista tukevat terveyspalvelut):  
[Tulkkivälitteinen työskentely](#)

22.9. klo. 14–16, Tapio Halla, psykiatrian erikoislääkäri ja psykoterapeutti: Trauma I:  
Traumatisoituminen ja traumainformoitu työote (linkki julkaistaan myöhemmin)

7.10. klo.9–11, Ferdinand Garoff, psykologi, psykoterapeutti: Trauma II:  
Pakolaistaustaisen trauman kanssa työskentely ja trauman vakauttaminen (linkki  
julkaistaan myöhemmin)

2.12. klo. 14–16, Antti Klemettilä, psykologi, psykoterapeutti, Terveiden ja  
hyvinvoinnin laitos: Ammatillaisen jaksaminen (linkki julkaistaan myöhemmin)

## TOIMINTAA JA HANKKEITA

### Webinaari 15.-16.4: MONET-seminaari – Muutoksen tuulet

Muutoksen tuulet -seminaari tarjoaa ajankohtaista tutkimustietoa, käytännön työkaluja ja mielenkiintoisia keskusteluja kulttuurisen moninaisuuden, terveyden ja hyvinvoinnin risteyskohdassa. Tänä vuonna MONET-seminaarin yhteydessä järjestetään MoniTieto-hankkeen päätösseminaari. Seminaarin järjestävät THL ja Työllisyys, kehittämis- ja hallintokeskus (KEHA-keskus). Toiminta toteutetaan osana työ- ja elinkeinoministeriön Kuntiin ohjaamisen toimintaohjelmaa ja se rahoitetaan Turvapaikka-, maahanmuutto- ja kotouttamisrahaston (AMIF) uudelleensijoittamisen erillismäärärahalla.

[Lue lisää ja ilmoittaudu](#)

### Workshops 17.4. at 14.00 – 17.00 OR 25.4. at 10.00 – 13.00 in Helsinki From Stress to Strength: Practical Tools for Everyday Challenges

This intensive and experiential 3-hours long workshop will help you to understand stress, your stress response and to develop tools for more efficient stress management. It is intended for individuals interested in the topic. The workshops will be held in English. The event is organized as part of the Agency – services

that promote equity, antidiscrimination and participation project, supported by the ESF+.

[Read more and register](#)

### **Webinaari 20.4. klo. 10–11.30: Kielitietoisuus lasten, nuorten ja perheiden palveluissa**

Webinaarissa sukellamme kielitietoisuuteen lasten, nuorten ja perheiden palveluissa. Sen tavoitteena on lisätä kehittäjiä ja ammattilaisten ymmärrystä kielitietoisuuden merkityksestä sekä tarjota käytännön työkaluja sen toteuttamiseen arjen työssä. Webinaari on suunnattu erityisesti valtakunnallisille ja alueellisille ESR+ 4.3 LANUPE -kehittämishankkeille, mutta mukaan ovat tervetulleita kaikki kiinnostuneet, jotka haluavat vahvistaa osaamistaan asiakaslähtöisistä ja saavutettavista palveluista. Tilaisuuden järjestää Lasten, nuorten ja perheiden osallisuuden koordinaatio.

[Lue lisää ja ilmoittaudu](#)

**Webinaari 22.4. klo. 9–11: Ilman mielenterveyttä emme voi puhua kotoutumisesta**  
Koulutuksessa maahanmuuton vaikutuksia mielenterveyteen, kotoutumisprosessin psykososiaalista kaarta sekä nimetään ilmiöitä, joita on hyvä huomioida kotoutumisen tukemisen kehittämiseksi mielenterveyden ja -hyvinvoinnin näkökulmasta. Tapahtuma on suunnattu maahanmuuttajataustaisten ihmisten kanssa työskenteleville julkisten palvelujen ammattilaisille, mutta kaikki aiheesta kiinnostuneet ovat tervetulleita osallistumaan. Se toteutetaan osana ESR+-rahoitettua Aktiivinen toimijuus – yhdenvertaisuutta, syrjimättömyyttä ja osallisuutta edistävät palvelut -hanketta.

[Lue lisää ja ilmoittaudu](#)

### **Webinar 23.4. at 10-12: Rethinking Job Seeking: A Webinar on Well-Being for Migrants and Practitioners**

A webinar exploring how job seeking impacts mental well-being. It is intended for job seekers with migrant backgrounds and professionals who support them. The webinar will be held in English. The event is organized as part of the Agency – services that promote equity, antidiscrimination and participation project, supported by the ESF+.

[Read more and register](#)

## **Webinaari 28.4. klo. 10–12: Traumatausta kotoutumisen haasteena – omakielinen tuki mielenterveyden tukena**

Koulutuksen tarkoituksena on lisätä ymmärrystä siitä, miten traumaoireet voivat vaikuttaa kotoutumiseen ja miten omakielinen tuki voi vahvistaa mielenterveyttä ja tukea kotoutumisprosessia. Tapahtuma on suunnattu maahanmuuttajataustaisten ihmisten kanssa työskenteleville julkisten palvelujen ammattilaisille, mutta kaikki aiheesta kiinnostuneet ovat tervetulleita osallistumaan. Se toteutetaan osana ESR+-rahoitettua Aktiivinen toimijuus – yhdenvertaisuutta, syrjimättömyyttä ja osallisuutta edistävät palvelut -hanketta.

[Lue lisää ja ilmoittaudu](#)

## **Webinaari 18.5. klo. 09-11: Trauman ja surun kohtaaminen kotoutumistyössä mitä ammattilaisen on hyvä ymmärtää?**

Webinaarissa syvennyttään siihen, miten käsittelemätön suru, trauma ja epävarmuus läheisen kohtalosta vaikuttavat kotoutumiseen, oppimiseen, perhe-elämään ja sopeutumiseen uuteen ympäristöön. Tapahtuma on suunnattu sosiaali-, terveys- ja kotoutumistyön ammattilaisille, jotka kohtaavat työssään pakolaistaustaisia henkilöitä. Tilaisuuden järjestää Paremmiin Yhdessä ry ja Keski-Suomen elinvoimakeskus.

[Lue lisää ja ilmoittaudu](#)

**Ryhmätoimintaa: Matalan kynnyksen vertaistuellista ryhmätoimintaa Suomeen muuttaneille pääkaupunkiseudulla, Lappeenrannassa, Imatralla ja Porissa**  
Nicehearts ry:n Naapuriäidit-toiminta tarjoamiin vapaaehtoisten naapuriäitien vetämiin ryhmiin voi ohjata maahan muuttaneita naisia, jotka haluavat laajentaa sosiaalisia verkostojaan, saada uutta tietoa Suomesta ja kaipaavat mukavaa tekemistä kodin ulkopuolella. Ryhmät löytyvät Naapuriäidit-toiminnan sivuilta.

[Tutustu ryhmiin](#)

Naapuriäidit-toiminta on vertaistuellista vapaaehtoistoimintaa Suomeen muuttaneille naisille. Toiminnassa Naapuriäidit-koulutuksen käyneet maahan

muuttaneet naiset, naapuriäidit, järjestävät toimintaa, auttavat ja vaikuttavat suomalaisessa yhteiskunnassa.

[Lue lisää ja tutustu toimintaan](#)

### **Ryhmätoimintaa ja koulutuksia: Tiedätkö alle 25-vuotiaan maahan muuttaneen äidin – tai etsitkö maksuttomia laadukkaita koulutuksia?**

Plan International Suomen Osaava nuori äiti -hanke järjestää pääkaupunkiseudulla maksutonta ryhmätoimintaa nuorille äideille ja raskaana oleville. Ryhmissä käsitellään hyvinvointia, vanhemmuutta, yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa.

Tarjoamme myös maksuttomia valtakunnallisia koulutuksia sote-alan työyhteisöille ja opiskelijoille. Teemoina mm. asiakaslähtöinen kohtaaminen, kulttuurisensitiivisyys ja yhdenvertaisuus palveluissa.

Mikäli kiinnostuit, olethan yhteydessä: [anna.albekoglu@plan.fi](mailto:anna.albekoglu@plan.fi)

[Lue lisää ja tutustu toimintaan](#)

### **Terveiset: Tervetuloa seuraamaan HEED Finlandin työtä kroonisten sairauksien ennaltaehkäisemiseksi**

HEED Finland ry:n Terveys on rikkautta -hanke tarjoaa maahanmuuttajille ja pakolaisille kulttuurisensitiivistä terveysneuvontaa pk-seudulla tavoitteenaan lisätä terveystietoisuutta ja ennaltaehkäistä kroonisia sairauksia maahanmuuttajien keskuudessa. Terveysneuvonnan lisäksi järjestämme tapahtumia ja webinaareja eri kielillä, sekä koulutamme terveydenhuollon ammattilaisia ja opiskelijoita kulttuurivälittäjiksi. Tilaa HEED Finlandin uutiskirje [täältä](#) tai lue lisää työstämme ja kulttuurisensitiivisyyden merkityksestä [nettisivuiltamme](#). Uutiskirjeemme ilmestyy 2–4 kertaa vuodessa.

### **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](#)

## TUTKIMUSTIETOA

### **Tutkimusartikkeli: Meaning-Making of Mental Health and Mental Health Support Among Asylum Seekers in Reception Context**

Tutkimuksessa tarkasteltiin, miten turvapaikanhakijat itse ymmärtävät mielenterveyden ja siihen liittyvän tuen vastaanottovaiheessa. Haastattelut neljässä vastaanottokeskuksessa osoittivat, että mielenterveys nähtiin kokonaisvaltaisena mieli-keho-yhteytenä ja että epävarmuus menneisyydestä, nykyhetkestä ja tulevaisuudesta heikensi hyvinvointia. Ammattilaisilta toivottiin luottamuksellista, kaksisuuntaista keskustelutukea sekä selkeää tietoa arkea tukevista toiminnoista. Tulosten mukaan yksilöllinen ohjaus, avoin vuorovaikutus ja ammattilaisten kulttuurisensitiivinen ymmärrys ovat keskeisiä mielenterveyden tukemisessa. (Mankinen, Nordberg, Castaneda, Klemettilä, Somersalo-Cavén, Snellman, Skogberg; 2026) Katariina Mankiseen voi olla matalalla kynnyksellä yhteydessä osoitteessa etunimi.sukunimi@thl.fi.

[Lue artikkeli kokonaisuudessaan](#)

### **Katsausartikkeli: Mental health of Ukrainian children and youth during the Russian-Ukrainian war: a scoping review**

Katsauksessa tarkasteltiin 37 tutkimusta, joissa oli tutkittu 0–19-vuotiaiden ukrainalaisten lasten ja nuorten mielenterveyden oirehdintaa vuosien 2014–2024 välillä. Suurin osa mukaan sisälletyistä tutkimuksista koski Ukrainassa asuvia lapsia ja nuoria. Tulokset osoittivat, että sodalle altistuminen on yhteydessä monenlaisiin mielenterveyden oireisiin, mutta oireiden esiintyvyys vaihteli tutkimuksittain. Merkittävimmät mielenterveyttä kuormittavat tekijät olivat pakkomuutto, sotatapahtumille altistuminen ja vanhemmista erossa oleminen. Suojaavia tekijöitä puolestaan olivat koettu sosiaalinen tuki, mahdollisuus pysyä tutussa ympäristössä sekä ongelmanratkaisuun suuntautuvat selviytymiskeinot. Tutkimusnäyttö korostaa arjen jatkuvuuden, turvallisten aikuissuhteiden ja

yhteisön tuen merkitystä lasten ja nuorten hyvinvoinnille sotaolosuhteissa.  
(Silwal, Westerlund, Osokina, Ivnyev, Ahramo, Peralta, Sourander; 2026)

[Lue artikkeli 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 toukokuun lopussa. Sisältöehdotuksia voi lähettää Laura Somersalo-Cavénille osoitteeseen [etunimi.sukunimi@thl.fi](mailto:etunimi.sukunimi@thl.fi). **Lähetä ehdotuksesi viimeistään 26.5.2026.**

Tarkempaa tietoa PALOMA-osaamiskeskuksen toiminnasta löydät verkkosivuiltamme:  
[www.innokyla.fi/fi/kokonaisuus/paloma-osaamiskeskus](http://www.innokyla.fi/fi/kokonaisuus/paloma-osaamiskeskus)

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

