



Tämän numeron kannessa poseeraa monelle tuttu kättilö, tutkija ja kulttuurinystävä **Mikko Tarvonen**, johon pääset tutustumaan henkilökuvassa sivuilla 23–27.

Riikka Käkelä-Rantalainen

- 3** Pääkirjoitus
- 4** Ajankohtaista
- 6** Kansainväliset kuulumiset
- 7** Vuorotyöläisen eväät
- 10** Mindfulness hyvinvoinnin tukena
- 12** Vuoden kättilön terveiset
- 14** Kun työn eettiset haasteet kuormittavat
- 19** ICM:n triennaalikonferenssi
Balilla: Kättilöenergiaa ja kulttuuria konferenssimatkalta

- 23** Sykekäyrätutkimusta musiikin tahdissa
- 28** Ledare
- 29** Arbetsvälbefinnande är en helhetsupplevelse
- 31** Kättilöopiskelijan ääni
- 32** Kättilöt pomoina: Monica Mäenpää
- 35** Mitä kättilöille kuuluu?
- 36** Tulevaisuuden toivot: Johanna Sarlio-Nieminen – Merkityksellinen muistelumenetelmä

- 38** Kättilön kirjahylly
- 40** Kiire tuo paineita, kuormittaa ja stressaa – mutta voi parhaimmillaan myös kannustaa
- 43** Myötätunnon uuvuttamat
- 46** Neljä viikkoa Saksassa, miljoona oppia rikkaampana kotiin
- 48** Miten ehkäistä työvuoron aikaista väsymystä?
- 50** Uutisia

● =Kannessa

ISSN 0022-9415

Julkaisija

Suomen Kättilöliitto –
Finlands Barnmorskeförbund ry

Lehden kotisivut
suomenkättilöliitto.fi/katilolehti

Päätoimittaja

(yhteydenotot, palautteet ja
juttuehdotukset)
Sanna Lönnfors, p. 040 185 3357
paatoimittaja@suomenkättilöliitto.fi

Svenskspråkig redaktör

Anna Sundqvist
anna.sundqvist@suomenkättilöliitto.fi

Ulkoasu ja taitto

Riikka Käkelä-Rantalainen/Nettienkelit
taitto@suomenkättilöliitto.fi

Muut toimitusneuvoston jäsenet

Maija-Riitta Jouhki, Hannakaisa
Niela-Vilen, Mariette Pontán ja
Päivi Oinonen

Ilmoitusmyynti ja mediakortti
suomenkättilöliitto.fi/katilolehti/
ilmoita-katilolehdessa
Tiedustelut ja ohjeet
taitto@suomenkättilöliitto.fi

Tilaushinnat 2023

Suomi ja muut pohjoismaat 65 €/v
Muut maat 80 €/v
Irtonumero 14 €/kpl
Lehti sisältyy liiton jäsenmaksuun.

Osoitteenmuutokset

toimisto@suomenkättilöliitto.fi

Paino

Punamusta



Suomen Kättilöliitto – Finlands Barnmorskeförbund ry

Puheenjohtaja Päivi Oinonen, puheenjohtaja@suomenkättilöliitto.fi
Varapuheenjohtaja Mariette Pontán, varapj@suomenkättilöliitto.fi
Toimisto Suomen Kättilöliitto, PL 100, 00060 TEHY

Yhteydenotot ensisijaisesti sähköpostitse: toimisto@suomenkättilöliitto.fi
tai vaihtoehtoisesti voit jättää soittopyynnön p. 040 7018 225
www.suomenkättilöliitto.fi

Suomen Kättilöliitto toimii kättilöitä ja kättilöksi opiskelevia jäseniä yhdistävänä järjestönä. Liiton jäseniä ovat 16 alueellista kättilöyhdistystä, joihin henkilöjäsenet liittyvät ja joiden kautta he kuuluvat Kättilöliittoon.

Kättilöliiton ensisijaisena tarkoituksena on jäsenkunnan ammattitiedon ja -taidon ylläpitäminen ja kehittäminen, kättilökoulutukseen vaikuttaminen, alan tutkimustyön ja laadun tukeminen sekä kansainvälisten suhteiden vaaliminen.

Jäseneksi liittyminen ja jäsenmaksut:
www.suomenkättilöliitto.fi/jasenyy