

Pohjolasta puhaltaa: Huippu-urheilijat kannustavat kolarilaisia liikkeelle

Primus moottorina toimii fysioterapiayrittäjä **Jarmo Latvala**, Pohjolan Pelle Peloton, jota on siunattu paitsi ideoilla myös sosiaalisilla taidoilla. Mies on rakentanut yli ammattikunnallisten ja maantieteellisten rajojen ulottuvan yhteistyöverkoston, luonut koreografian ja innostanut koko sekalaisen seurakunnan puhaltamaan yhteiseen hiiheen InterHealth-hankkeessa.

ottoon sekä maanlaajuisesti että Ruotsissa. Projektin teoreettisen viitekehyksen muodostaa kansainvälinen ICF-luokitus; (International Classification of Functioning, Disability and Health).

Viime vuoden marraskuussa jo käytännössäkin vauhtiin polkaistu projekti toteutetaan verkostohankkeena, johon osallistuvat paikallisten kuntien terveyskeskusten työterveyshuollon ja kuntoutuksen yksiköt, MediLevi

Piskuisesta pohjoisen kunnasta, Kolarista, kuuluu kummia. Kun muualla maassa vaikeroidaan terveydenhuollon resurssien puutetta ja puolustetaan kynsin hampain omia reviierejä, Luoteis-Lapissa ylitetään innolla, yhteistyön merkeissä kaikkia mahdollisia rajoja.



"Mä olen hyvä!"

InterHealth –hankkeen avajaisillan harjoituksiin kuului kurkistus peiliin. Fysioterapeutti Eve Myllynen katsoo ja kuuntelee, miten valmentaja Reijo Jylhältä sujuu "Mä olen hyvä!" –harjoitus. Aamuja ei aloiteta omaa peilikuvaa moittimalla vaan kiittämällä!



Huippuhihtäjä Sami Jauhojärvi ja fysioterapiayrittäjä Jarmo Latvala edelläkävijöinä. Kolarissa, Kittilässä ja Pajalassa Ruotsin puolella käynnistynyt InterHealth –hanke vetää pienten kuntien väen huolehtimaan terveydestään. Se yhdistää työterveyteen huippu-urheilun valmennustietouden.

Oy, yksityissektorin terveyspalveluiden tuottajat, yritysten ja kunnan henkilöstöryhmät sekä Rovaniemen ammattikorkeakoulu. Julkisen ja yksityisen yhteistyö on hyvin konkreettista. – Käytännössä se tarkoittaa mm. sitä, että yrityksemme, Länsirajan Fysikaalisen Hoitolaitoksen fysioterapeutti on työssä terveyskeskuksessa ja että terveyskeskuksella on mahdollisuus ostaa meiltä erikoislääkärien, mm. fysiatriin, ortopedin, sisätautien ja yleislääketieteen erikoislääkärien palveluksia. Lisäksi koulutamme Kolarin ja Kittilän terveyskeskuslääkäreitä tuki- ja liikuntaelinongelmien tutkimiseen ja hoitoon, Jarmo Latvala sanoo.

Se, että tällainen erikoislääkäreiden rypäs on yli-

päänsä käytettävissä Luoteis-Lapin pienessä kunnassa, on seurausta siitä, että Jarmo Latvalan innovatiivisuus näkyy myös sitoutumisessa. – Minulla on lomamökkitoimintaa. Kun esimerkiksi joku lääkäriosaaaja hankkii täältä loma-asunnon, saamme hänet aina sopivin välein Lappiin, jolloin voimme käyttää hänen erikoisosamistaan paikkakuntalaisten hyväksi, Latvala sanoo.

Kolarilaisten, kittiläisten ja pajalalaisten kuntoilu yli sektorirajojen on jo hyvässä käynnissä. Niin päiväkotien, vanhustenhuollon, terveyskeskuksien kuin yrityssektorinkin työväki on käynyt läpi alkukartoituksen: fyysisen kunnon ja tuki- ja liikuntaelinon testit sekä voimavarakartoituksen, saanut ohjeita liikuntaan ja ravitsemukseen ja osallistunut kerran kuukaudessa pidettävään tsemppipäivään, jossa sparraajina ovat hiihtäjä **Sami Jauhojärvi** ja hiihtovalmentaja **Reijo Jylhä**. – He ottavat myös puhelimitse yhteyttä projektilaisiin ja kysyvät aika ajoin, miten kunkin mukaan lähteneen treeni sujuu. Keskeisenä ajatuksena tässä on yhdistää huippu-urheilijoiden ja valmentajien tietotaitoa työterveyshuoltoon, Latvala sanoo.

"Keihäänkärkituotteena" ohjelman käytännön toteutuksessa on teknologiaa hyödyntävä palvelumalli, jossa suomalaisten huippuvalmentajien ja fysioterapeuttien tietotaito on valjastettu työkykyä uhkaavien terveysongelmien (tuki- ja liikuntaelinongelmat, korkea verenpaine, diabetes, ylipaino) kuntoutukseen ja ennaltaehkäisyyn. Hankkeen projektipäällikkönä toimii fysioterapeutti **OMT Tapani Tohka**.

Treeniresepti on suomalaisten huippuvalmentajien, lääkäreiden ja fysioterapeuttien kehittämä tavoitteellinen harjoitusohjelma, johon kunnonkohottaja voi sitoutua haluamukseen ajaksi ja jossa hän voi itse määrittää tavoitteensa. Ohjelmisto sisältää valmennuksellisia ohjeita ja paljon tärkeää oheistietoa sovellettuna useisiin eri lajeihin sauvakävelystä hiihtoon ja pallopeleihin. – Alustavan markkinaselvityksen mukaan vastaavanlaista mallia ei ole käytössä Suomessa, EU-alueella eikä Pohjois-Amerikassa, Jarmo Latvala sanoo.

Hän uskoo erityisesti juuri fysioterapeuttien kaitvanneen Treenireseptin kaltaista apuvälinettä. – Meidän fysioterapeuttien jonkinlaisena heikkoutena on ollut valmennuksellisen koulutuksen puuttuminen. Näen itse Treenireseptin työvälineenä, jonka avulla fysioterapeutti voi vielä tarkemmin ohjeistaa asiakastaan liikkumaan juuri hänelle sopivalla tavalla, Jarmo Latvala sanoo.

Länsirajan Fysikaalinen Hoitolaitos Ky on perustettu vuonna 1986 Kolarin kuntaan. Toimialana on fysioterapia- ja kuntoutuspalvelut sekä lääkärikeskustoiminta. Yritys on aloittanut yhden miehen yrityksenä, mutta kasvanut tasaisesti ja tällä hetkellä yrityksessä toimii 11 henkilöä. Yrityksellä on toimipisteet Kolarissa, Kittilässä ja Pajalassa Ruotsissa. Vuonna 2004 yritys nimettiin FYSI ry:n vuoden Fysioterapiayritykseksi sekä Vuoden Kolarilaiseksi yrittäjäksi. Toimitusjohtajakoulu valitsi Jarmo Latvalan viime vuonna Vuoden Kehittäjäksi. ●



Kolarin kunnan terveystarkastaja Tuulikki Luoma, huippuhihtäjä Sami Jauhojärvi ja kunnanjohtaja Heikki Havanka taukojumpan pyörteissä InterHealth 2010 -avauksessa palvelukoti Tannassa marraskuussa 2009.



Täysi tupa. Kolarilaiset seniorit kuuntelemassa Sami Jauhojärven evästystä ravitsemusasioihin.



Yhteistyötä yli rajojen

InterHealth 2010 -kehittämishanke ylittää monenlaisia rajoja.

Yhteistyössä toimivat mm.: julkisen ja yksityisen terveydenhuollon palveluntuottajat yritys- ja kuntatyöpaikkojen henkilöstö suomalaisen Kolarin ja ruotsalainen Pajalan kunta

Mukana ovat seuraavat työpaikat ja toimijat:

Kolarin kunnan terveyskeskus; työterveyshuolto ja kuntoutus
Kolarin kunnan päivähoido ja palvelukoti
Kittilän kunnan terveyskeskus; työterveyshuolto ja kuntoutus
MediLevi Oy, työterveyshuolto
Agnico Eagle – Kittilän kaivos
Rovaniemen ammattikorkeakoulu