

Jäsen-Tatsi

02/2016

Keski-Suomen Fysioterapeutit ry:n jäsenlehti



PUHEENJOHTAJAN PILKKEET

Hei kollega,

Olipas mukava viettää kesälomaa! Kyllä aikatauluton oleminen oli vaan mukavaa. Kalenteri vaihtui kuitenkin elokuulle ja paluu työelämään tuli eteen. Ja kyllä, perusfysioterapia asiakkaiden kanssa antaa täytettä elämään. Yhdistyksen syksy alkaa myös käynnistymään tämän Tatsin myötä. Tsekkaa koulutuskalenteri ja JAMK:n fysioterapiakoulutuksen 50-vuotisjuhlat, jonka yhteyteen rantautuu Suomen fysioterapeutit ry:n kipukiertue, luennoitsijana ft OMT, TtT Petteri Koho. Virkistystäkin on luvassa todennäköisesti teatterin muodossa. Heinäkuussa Aikamoisia akanketaleita – kesäteatterissa olimme nauramassa vatsalihaksemme kuntoon☺

Iloksemme olette varmaan huomanneet, kuinka fysioterapia ja kuntoutus ylittävät uutiskynnyksen melko usein tänä päivänä. Fysioterapia on todettu vaikuttavaksi ja halvemmaksi keinoksi kuin leikkaus hoidettaessa mm. olkapääkipuisia ja polvikipuisia. Sydänpotilaiden liikunnalliseen kuntoutukseen osallistuvat käyttävät huomattavasti vähemmän terveystalvaeluita kuin he, jotka eivät osallistu kuntoutukseen. Kustannusvaikuttavaksi ja järkeväksi toiminnaksi on todettu myös aivoverenkiertohäiriöpotilaan varhainen kuntoutus. Yle Areenalla on vieläkin kuunneltavissa radio-ohjelma Aivot – tärkein pääomasi ohjelmasarja. Osa Aivoinfarktit muuttivat elämän. Kannattaa kuunnella!

Mutta vaikka fysioterapian vaikuttavuudesta on näyttöä ja kuntoutuksen tarve on tunnustettu, ei fysioterapia ole vieläkään saanut näkyvää roolia terveystalvaeluissa. Sote-uudistusta valmistellaan edelleen ja vielä ei ole täsmällistä tietoa siitä kuinka fysioterapia- ja kuntoutustalvaelut järjestetään. Kuka uudessa sosiaali- ja terveystalvaeluudessa päättää fysioterapiasta ja kuntoutuksesta? Toinen suuri uudistus on kuntoutuksen kokonaisuudistus, jonka tavoitteena on saada kuntoutustalvaelut asiakaslähtöisemmiksi, kuntoutuksen rahoitus yksinkertaisemmaksi ja kuntoutushakuprosessi sujuvammaksi, jotta kuntoutus alkaa viiveettä. Muun muassa näihin asioihin vaikutamme liiton kautta!

Toivon teille kaikille antoisia hetkiä ammattimme parissa. Nähdään koulutuksissa ja muissa tapahtumissa syksyn aikana!

Pj Anu

Jäsen-Tatsi

JULKAISIJA

Keski-Suomen fysioterapeutit ry
Tousalantie 31
44170 HIETAMA

Sähköposti: fysioterapeutit
(at)keskisuomenfysioterapeutit.fi

Kotisivu:

www.keskisuomenfysioterapeutit.fi

AINEISTON KOKOAJA

Tiedotusvastaava Sanna Paasu-Hynynen
sanna.paasu(at)gmail.com

JAKELUMÄÄRÄ

n. 450kpl

ILMESTYMINEN

2 x vuosi (tammikuu ja elokuu)
Sähköisenä jakeluna ja kotisivuillamme

ILMOITUKSET

Jäsen-Tatsiin myydään
ilmoitus/mainospaikkoja. Ota yhteyttä
aineiston kokoajaan tai hallituksen jäseniin ja
kysy eri vaihtoehtoja.
Mainoshinnat löytyvät myös Tatsin lopusta.

Seuraavan Jäsen-Tatsin materiaali aineiston
kokoajalle osoitteeseen
sanna.paasu(at)gmail.com
viimeistään **20.01.2016**

Sisältö

PUHEENJOHTAJAN PILKKEET	2
KESKI-SUOMEN FYSIOTERAPEUTTIIEN UUTISET	6
Tatsissa tällä kertaa	6
Keski-Suomen fysioterapeuttien uusi hallitus ja toimihenkilöt	7
Koulutusavustukset jaetaan taas syksyllä.....	8
Opiskelijajäsenyysskin kannattaa.....	8
Kyselyn tuloksia.....	9
Personal training – uhka vai mahdollisuus?	9
Alueemme ammattilaiset.....	12
Juhani Multasen terveiset jäsenillemme.....	12
Selkäkivut kuriin	14
FYSIOTERAPIA UUTISET JA AJANKOHTAISET ASIAT	17
Maailmanjärjestölle uusi puheenjohtaja	17
Erityisasiantuntijaksi hakeminen lokakuussa	18
Edustajisto kokoontuu jälleen	18
Olethan päivittänyt jäsentietosi	19
Suomen fysioterapeutit kouluttaa	19
YRITTÄJILLE.....	20
Yrityskuulumisia	20
JAMK / FYSIOTERAPIA	21
Terveiset opiskelijavastaavalta	22
Opiskelijatiimin yhteystiedot	23
Tervetuloa opiskelemaan tähän mainioon ammattiin!	24

Fysioterapian koulutusohjelman uudet opinnäytetyöt	25
KOULUTUS	26
Ilmoittautumisohje koulutuksiin.....	26
Koulutusmaksun maksaminen.....	27
KESKI-SUOMEN FYSIOTERAPEUTIT RY KOULUTUSKALENTERI	28
1. Tasapainon harjoittaminen allasterapian keinoin.....	28
2. Kinetic Control – alaselkä ja lonkka.....	28
3. Olkanivelen tutkiminen ja kuntoutus – ainoastaan fysioterapeuttiopiskelijoille!.....	29
4. Olkanivel ja hartiarengas: tutkiminen, terapia ja harjoittelu	29
MUUTA	30
Mainos-/ilmoitushinnat	32

KESKI-SUOMEN FYSIOTERAPEUTTIIEN UUTISET

Tatsissa tällä kertaa

Niin ne vaan kuukaudet seuraavat toisiaan ja kesäinen auringonpaiste alkaa vaihtua syksyiseen tuulen tuiverrukseen. Uskotaan ja toivotaan, että vielä on kesääkin jäljellä ja sitten myöhemmin saamme nauttia luonnon raikkaudesta ja kauniista väriloistosta. Perinteisesti vuoden toinen Tatsi aloittaa ”syyslukukauden” ja virittää mielemme taas kohti työkuvioita.

Tällä kertaa pääsemme lukemaan jo perinteiseksi muodostunutta alueemme ammattilaisten palstaa, jopa kahden ammattilaisen näkökulmasta. Toinen heistä, Juhani Multanen, on vasta väitellyt tohtorismies. Toinen artikkeli onkin mielenkiintoinen tiivistelmä poliisikoulun päättötyöstä, jossa koulutusvastaavamme kertoo, kuinka fysioterapeutin ja poliisin työ voidaan yhdistää.

Syksy on perinteisesti koulutusavustusten aikaa, kuten myös nytkin. Haluamme tukea jäseniemme ammatillista kouluttautumista myöntämällä koulutusavustusta jo suoritettuihin kokonaisuuksiin. Tästäkin löydät lisätietoa lehtemme sivuilta.

Jyväskylän Ammattikorkeakoulu on jo vuosia toiminut yhteistyössä kanssamme, joka näkyy mm. erillisinä opiskelijakoulutuksina. Ammattikorkeakoulu on tehnyt arvokasta työtä kouluttaessaan uusia ammattilaisia alallemme. Tämä syksy on kyseisen koulutuksen juhla-aikaa, sillä se juhlii pyöreitä vuosia. Jyväskylän Ammattikorkeakoulun fysioterapiaopetus täyttää jo 50-vuotta ja sen kunniaksi marraskuussa on tarjolla erillinen juhlapäivä koulutuksineen meille kaikille. Lisätietoja siitäkin löytyy tästä lehdestä.

Mahtavaa syksyä teille kaikille!

Sanna Paasu-Hyynynen, Keski-Suomen fysioterapeuttien tiedotusvastaava

P.S Tykkääthän meistä myös Facebookissa ja pystyt seuraamaan toimintaamme ajankohtaisesti https://www.facebook.com/Keski-Suomen-fysioterapeutit-ry-236727686415791/?ref=aymt_homepage_panel

Keski-Suomen fysioterapeuttien uusi hallitus ja toimihenkilöt

Sääntömääräisessä vuosikokouksessa maaliskuussa yhdistyksen hallitukseen valittiin kaksi uutta jäsentä ja uusia toimihenkilöitä toimikaudelle 2016 – 2017.

Hallituksen varsinaiset jäsenet ovat Sanna Paasu-Hynynen, Maija Mannisenmäki, Anu Lahtinen ja Kati Koro.

Varajäsenet ovat Mari Kallioinen, Anu Vainio, Liis Kukkonen ja Kati Maristo.

Puheenjohtaja Anu Pollari

Varapuheenjohtaja Sanna Paasu-Hynynen

Sihteeri Anu Lahtinen

Rahastonhoitaja Kati Koro

Jäsensihteeri Kati Maristo

Tiedotusvastaava Sanna Paasu-Hynynen

Yrittäjäyhdyshenkilö Sanna Hosio

Koulutusvastaava Margareetta Syväjärvi

Koulutustoimikunta Taina Hakanen, Mari Kallioinen, Liis Kukkonen, Maija Mannisenmäki ja Anu Vainio

Opiskelijavastaavat Maija Mannisenmäki ja Sanna Paasu-Hynynen

Opiskelijayhdyshenkilö (opettaja) Pirjo Mäki-Natunen

Opiskelijayhdyshenkilö (opiskelija) Janne Keinänen

Kaikkien hallituksen, sekä toimihenkilöiden jäsenten yhteystiedot löytyvät Tatsin lopusta.

Suuri kiitos kaikille entisille hallituksen jäsenille ja toimihenkilöille korvaamattomasta työstänne ja mahtavaa toimintavuotta uudelle kokoonpanolle!

Muodostamme todellisen moniosaajien tiimin ja jo useana vuotena mukana olleena voin todeta, että tämä tiimi toimii! Kuitenkin aina on tilaa uusille ideoille, uusilla ajatuksille ja innovatiiviselle keskustelulle, joten tervetuloa mukaan toimintaamme.

Koulutustoimikuntaan voi liittyä vaikka heti!

Tämä työ on antoisaa, mutta ei tunnu työltä ja silti antaa loistavia työkavereita!

Koulutusavustukset jaetaan taas syksyllä

Keski-Suomen fysioterapeutit budjetoivat vuosittain rahaa jäsentensä ammatillisen osaamisen tukemiseen. Koulutusavustukset ovat haettavissa vuosittain **jo suoritettujen** opintojen tai laajempien opintojen **yhden selkeän suoritettun kokonaisuuden** kurssimaksuun. Keski-Suomen fysioterapeuttien hallitus päättää avustusten saajat ja määrät hakemuksen perusteella johon tulee liittää kopio kurssimaksusta, sekä todistus koulutukseen osallistumisesta. Hakemuksesta tulee käydä myös ilmi mahdollinen muualta saatu avustus. Hakemuksen voi tulostaa yhdistyksemme nettisivuilta www.keskisuomenfysioterapeutit.fi

Hakemukset tulee toimittaa puheenjohtaja Anu Pollarille osoitteeseen:

Anu Pollari
Tousalantie 31
44170 Hietama.

Hakemusten on oltava perillä 30.9.2016.

Lisätietoja yhdistyksen nettisivuilta tai puheenjohtaja Anu Pollarilta.

Opiskelijajäsenyysskin kannattaa

Kaikille perusopiskelijoille jäsenyytemme on ilmaista. Opiskelijoilla on mahdollisuus päästä koulutuksiin ja mukaan toimintaamme esim. opiskelijavastaavaksi. Lisäksi pyrimme järjestämään opiskelijoille täydentävää koulutusta heidän omien toiveidensa mukaan esimerkiksi käytännön taitojen harjoittelussa. Pyrimme jatkuvasti kehittämään opiskelija yhteistyötämme, mutta siihen tarvitsemme myös teidän opiskelijoiden apua. Jokainen jäsenemme voi ja saa vaikuttaa toimintaamme ja kertoa mielipiteensä siitä millä keinoilla yhdistyksemme voi tukea juuri omaa ammatillista osaamista.

Olemme halunneet yhdistyksenä muistaa opiskelijajäseniämme heidän valmistuttuaan. Jokaiselle valmistuvalle jäsenellemme lahjoitamme liiton jäsenmerkin ja lisäksi palkitsemme yhden opiskelijajäsenemme hieman suuremmalla muistamisella. Kevään 2015 valmistuneiden opiskelijoiden keskuudesta yhdistys palkitsi fysioterapeutti Jonna Höynälän 100€ arvoisella koulutuslahjakortilla. Jonnan valitsemiskriteereja oli mm. ”Kehittyminen opintojen aikana opiskelijasta ammattilaiseksi, erinomaisesti toteutettu opinnäytetyö ja vakuuttavuus käytännön harjoitteluissa”.

Keski-Suomen fysioterapeutit haluavat toivoa kaikille valmistuneille fysioterapeuteille menestyksekkäitä työvuosia loistavan ammattimme parissa!

Kyselyn tuloksia

Keväällä jaoimme jäsenillemme linkin kyselyyn, jossa selvitettiin fysioterapeuttien suhtautumista personal trainereihin ja heidän tarjoamiin terveystalveluihin. Tässä tiivistelmä kyselyn tuloksista.

Personal training – uhka vai mahdollisuus?

Personal trainerit, eli henkilökohtaiset valmentajat ovat yleistyneet viime vuosina ja kuuluvat nykyään lähes jokaisen kuntokeskuksen palveluihin. Monissa maissa personal trainereiden potentiaali väestön liikuttajina on noteerattu ja personal trainerit on valjastettu osaksi terveydenhoitoa esimerkiksi Englannissa. Varovaisia askelia samaan suuntaan on otettu myös Suomessa, missä personal trainer-palveluita saa muun muassa lääkärikeskus Aavasta, jossa personal trainerit työskentelevät yhdessä fysioterapeuttien ja lääkäreiden kanssa. Personal trainer-palveluita tarjotaan myös Oulun Hansa-apteenin terveystalveissa. Personal trainingista povataan tulevaisuudessa entistä näkyvämpää ja suurempaa ilmiötä, mutta vielä laajempaa yhteistyötä terveydenhuollon kanssa jarruttavat Personal trainer- ammattiin kohdistuvat ristiriitaiset mielipiteet ja koulutukselliset kysymykset. Alan kirjava koulutustarjonta ja suojaamaton ammattinimike aiheuttavat huolta ja nostavat esille tärkeitä kysymyksiä personal trainerin roolista, vastuusta ja koulutukseen liittyvän laadunvalvonnan tarpeellisuudesta.

Fysioterapiakentällä on paikoin herännyt huolta personal trainereiden ja fysioterapeuttien kilpailullisesta asetelmasta työelämässä. Joillain paikkakunnilla fysioterapeutit ja personal trainerit ovat jo kilpailleet samoista työtehtävistä. Halusin selvittää internetkyselyn avulla fysioterapeuttien ja personal trainereiden kokemuksia omista rooleistaan ja työnkuvastaan ja näin kartoittaa, onko fysioterapeuttien ja personal trainereiden rooleissa ja työnkuissa samankaltaisuuksia vai eroavaisuuksia. Kyselyllä halusin myös selvittää, kokevatko fysioterapeutit personal trainerit uhkana omalle työlleen vai nähdäänkö personal trainerit mahdollisina yhteistyökumppaneina tuloksellisen terapian toteuttamisessa.

Kyselyn tarkoituksena oli myös selvittää, onko personal trainereilla tietoa ja osaamista arvioida, milloin asiakkaat tulisi ohjata fysioterapiaan ja millaisia nämä hälytysmerkit ovat – sekä personal trainereiden että fysioterapeuttien näkökulmasta. Kysely oli osa personal trainer-koulutuksen kehittämisprojektia, jonka pohjalta Trainer4You personal trainer-koulutuksen lisämateriaaliksi luotiin yleisimpiä tule-vaivoja käsittelevä TULES-opas, jossa on myös käyty läpi hälytysmerkit, jolloin asiakas tulisi ohjata fysioterapeutille tai lääkäriin.

Fysioterapeuteille suunnattuun kyselyyn vastasi 38 fysioterapeuttia ja personal trainereille suunnattuun kyselyyn 38 personal traineria.

Kyselyn yhteenvetoa

Kyselyn vastausten mukaan fysioterapeutit kokivat roolinsa olevan toimintakyvyn, liikkeen ja kuntoutuksen asiantuntijana ja kuntouttavan harjoittelun toimeenpanijana. Fysioterapian merkitys nähtiin erityisesti asiakkaan toiminta- ja liikuntakyvyn arvioinnissa, edistämisessä ja ylläpidossa.

”Fysioterapeutin rooli on ylläpitää ja tukea ihmisen toimintakykyä, muistaen koko ajan, että ihminen on fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen kokonaisuus.”

”Koen roolini selvittää, mikä asiakkaan vaivan takana on, mitä liitännäisvaivoja se voi aiheuttaa, antaa vinkkejä mitä voi kuntoutuksen aikana tehdä (eli muutakin kuin varsinaisia kuntoutusharjoitteita), ohjata tarkasti kuntoutusharjoitteet ja etenkin perustella ne.”

” Fysioterapeutti on kuntoutuksen ja terveyden ammattilainen.”

Personal trainerit kokivat roolinsa puolestaan olevan terveellisten elintapojen edistäjänä ja asiakkaan kannustajana. Personal trainerin työssä tärkeänä nähtiin liikunnan lisääminen sekä asiakkaan kannustaminen ja motivointi kohti tämän henkilökohtaisia tavoitteita.

”Olla tuki ja tiennäyttäjää elämäntapamuutoksessa.”

”Auttaa ihmisiä löytämään liikkumisen ilo.”

”Ohjata, motivoida ja tukea asiakasta terveellisempiin elämäntapoihin”

20/38 fysioterapeuteista piti personal trainingia mahdollisuutena tulokselliselle fysioterapialle ja osana tulevaisuuden hoitoketjua. Vastaajat kokivat, että personal trainingia ei vielä hyödynnetä tarpeeksi. Personal trainingin mahdollisuudet fysioterapiaa ajatellen nähtiin vaivojen ennaltaehkäisyssä, yleiskunnon kohotuksessa, elintapaohjauksessa, painonpudotuksessa ja hyödyllisenä apuna jatkokuntoutuksessa. Myös asiakkaan personal trainerilta saama tuki ja vuorovaikutus nähtiin myönteisenä asiana. Fysioterapeutit kokivat, että on ennen kaikkea positiivista, että liikuttavia tahoja on enemmän ja paremmin saatavilla. Fysioterapeuttien vaikutusmahdollisuudet asiakkaiden liikuntamäärien lisäämisessä koettiin vähäisinä.

”Kun potilas on fysioterapian avulla saanut kuntoutuksen avulle ja saanut hallinnantunnetta, on siitä hyvä jatkaa liikuntaharrastusta ja toimintakyvyn kohennusta personal trainerin ohjauksessa.”

”Mahdollisuutena vaikuttaa ihmisten elintapoihin ja kansansairauksien vähenemiseksi.”

”Hoitojaksot ovat varsin tiiviitä ja harmittavan usein asiakkaat eivät jatka hoitosarjaa omakustanteisesti vaikka hyötyisivät siitä.”

Vastanneista fysioterapeuteista 13/38 piti personal trainingia sekä uhkana, että mahdollisuutena. Personal training nähtiin mahdollisuutena silloin, kun molemmat

ammattiryhmät ovat tietoisia osaamisestaan ja ammattirajoistaan. Huolta herättivät personal trainerin ammattitaitoon ja koulutukseen liittyvät osaamis-, laatu- ja turvallisuuskysymykset. Lyhyt koulutus ja helppo ansaintamahdollisuus nähtiin mahdollisena ammattieettisenä ongelmana ja kysymysmerkiksi nousi, ovatko personal trainerit ammattietiikassaan yhtä tarkkoja kuin fysioterapeutit.

”Uhkana PT:nä toimivien ammattitason suuri vaihtelevuus, pelko siitä, että pt:iden ammattietiikka ei ole yhtä suuri kuin fysioterapeuteilla ja ohjaako heidän toimintaansa eettiset periaatteet ja ammattivastuu vai yksinkertaisesti raha ja hetkellinen innostus työhön (lyhyt ja helppo koulutus)”

Fysioterapeutit kokivat turvallisen harjoittelun kannalta uhkaksi sen, ettei personal trainereilla ole ehkä tarpeeksi tietoa anatomiasta tai tule-vaivoista. Huolestuneita oltiin myös siitä, onko personal trainereilla osaamista tunnistaa tule-riskitekijöitä tai ohjata asiakasta tarvittaessa fysioterapiaan. Ongelmallisena nähtiin se, että personal trainer lähtee itse arvioimaan ja diagnosoimaan asiakasta, eikä konsultoi ammattilaista ennen harjoittelun aloittamista. Huolta herätti myös se, että alan trendikkyuden vuoksi personal trainerin ohjaukseen hakeutuvat herkästi etenkin nuoret fysioterapian tarpeessa olevat asiakkaat.

Vastaajista kolme koki, ettei personal trainingia voi pitää uhkana eikä mahdollisuutenakaan, koska ala on täysin eri ja personal trainerit erityisesti sidoksissa kuntokeskusmaailmaan, ei terapiaan. Fysioterapeutin työskentely-ympäristön ja työnkuvan nähtiin olevan täysin erilainen ja näin vertailukelvoton.

Yhteenvetoa

Kyselyyn vastanneiden mielestä fysioterapeutit ovat ajautuneet pattitilanteeseen. Fysioterapeutti voisi toimia personal trainerina, mutta markkinoi vain harvoin lähetteen ulkopuolisia kokonaisvaltaisia hyvinvointipalveluja. Kyselyyn vastanneet myös kokivat, että peruskoulutuksen puolesta fysioterapeuteilla on vain vähän työkaluja toteuttaa motivoivaa, tuloksellista elintapa- tai ravitsemusohjausta. Siksi asiakkaasta voi tuntua luonnollisemmalta hakeutua personal trainer-palveluiden piiriin, kuin vahvasti kuntoutukseen profiloituneelle fysioterapeutille.

Vastaajista puolet peräänkuulutti aktiivisempaa ammatillista yhteistyötä ja toivoi, ettei mustavalkoista alojen vastakkainasettelua tapahtuisi. Yhteistyön tekemiseen liittyvän kynnyksen toivottiin madaltuvan puolin ja toisin. Osa vastanneista teki jo nyt aktiivisesti yhteistyötä personal trainerin kanssa.

”Mielestäni yhteistyö on tärkeää, molemmat tekevät työtä saman asian eteen.”

”Fysioterapeutti voi tehdä yhteistyötä pt:n kanssa tutkimalla asiakkaan aluksi ja antamalla pt:lle ohjeita mitä asioita tulisi asiakkaan kanssa huomioida (mitä lihaksia vahvistaa, mitä liikkeitä varoa)”

”Näen treenarit hyvänä yhteistyökumppaniverkostona ja tällä hetkellä teen aktiivisesti yhteistyötä useamman treenarin kanssa.”

”Yhteistyöllä asiakas saa enemmän ja sen pitäisi olla tärkeintä.”

Kentällä on paljon potentiaalista työsarkaa – meille kaikille. Personal trainer voi tuoda potentiaalisia asiakkaita fysioterapeutille, sillä jo tule-vaivaisia asiakkaita on kansallisten tilastojen mukaan paljon. Fysioterapeutti voi puolestaan ohjata personal trainerille esimerkiksi elintapaohjausta kipeästi vaativia painonpudottajia, konservatiivisia kuntoutujia ja treenitsemppin tarpeessa olevia kunnonkohottajia. Eveliina Rauhansalo, Fysioterapeutti (Fysiocenter Muurame ja Laukaan Fysioterapia), Trainer4You Personal trainer

Alueemme ammattilaiset

Tällä palstalla on tarkoitus esitellä alueellamme toimivia fysioterapia-ammattilaisia erilaissa työorganisaatioissa ja -tehtävissä. Tällä kertaa kuulemme keväällä tohtoriksi väitelleen Juhani Multasen mietteitä.

Toisena ammattilaisena esittelemme artikkelin poliisikoulun päättötyöstä, joka on muokattu fysioterapeutti (AMK), sert. MDT, vanhempi konstaapeli ja Keski-Suomen fysioterapeutit ry:n koulutusvastaavan Margareetta Syväjärven poliisikoulun päättötyöstä.

Juhani Multasen terveiset jäsenillemme

”Lukeminen kannattaa aina” muistutti kulttuuripersoonaa Jörn Donner aikoinaan erään kirjakaupan mainoskampanjassa. Donneria mukaellen voin nyt todeta, että myös jatko-opiskelu kannattaa aina. Sain viime keväänä päätökseen fysioterapian jatko-opinnot, jotka kulminoituivat maaliskuussa Jyväskylän yliopistossa pidettyyn väitöstilaisuuteen.

Valmistuin lääkintävoimistelijaksi kahdeksankymmentäluvun lopulla, jonka jälkeen työskentelin pääsääntöisesti tuki- ja liikuntaelinsairaiden potilaiden parissa. Koin aihepiiriin kiinnostavana, mutta myös haastavana, minkä takia halusin syventää tiedollista ja taidollista osaamistani. Muutaman vuoden työskentelyn jälkeen pääsin opiskelemaan fysioterapiaa Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellisen tiedekunnan terveystieteiden laitokselle. Sen lisäksi, että maisteriopinnot syvensivät tules-alueen tietämystäni, koulutus laajensi näkemystäni myös muista



fysioterapian osa-alueista. Lisäksi koulutus perehdytti erilaisiin tutkimusmenetelmiin ja antoi eväitä tiedon kriittiseen tarkasteluun. Koulutus jätti myös halun ja kyteväen kipinän tuleville jatko-opinnoille.

Lisääntynyt koulutus ja asiantuntijuus ovat tarjonneet minulle työtehtäviä, joita en varmastikaan olisi saanut ilman fysioterapeuttikoulutuksen jälkeisiä opintoja. Työskentelin useita vuosia fysioterapian opettajana Mikkelin ammattikorkeakoulussa. Alati lisääntyvän tutkimustiedon, opetusmuotojen monimuotoistumisen, uusiutuvien opetussuunnitelmien sekä kulttuuristen ja yhteiskunnallisten muutosten myötä opettajien työ on tänä päivänä vaativaa, jossa omia tietoja ja taitoja on päivitettävä säännöllisesti. Korkeiden oppimistavoitteiden ja toisaalta niukkenevien opetusresurssien ristipaineessa opettajien tulee ennen kaikkea huolehtia siitä, että opiskelijoille tarjotaan mahdollisuus laadukkaaseen oppimiseen. Työn haasteet ja halu syventää omaa osaamistani olivat viimeinen sysäys jatko-opintoihin hakeutumiselle. Huomasin kuitenkin pian, että jatko-opintojen ja opettajan työn yhteensovittaminen aiheuttivat omat hankaluutensa. Vähitellen mielessäni kypsyi ajatus luopua opettajan työstä ja opiskella kokopäiväisesti, mikä mahdollistui tutkimushankkeemme saatua rahoituksen. Vaikka jatko-opintojen suorittaminen on ajoittain vaatinut veronsa muun muassa uuvuttavan pitkinä työpäivinä, vähentyneenä yhteisenä aikana perheen kanssa sekä elämisenä suhteellisen pienillä apurahoilla, olen nyt jälkikäteen tyytyväinen siitä, että päätin aikoinaan aloittaa jatko-opinnot. Mitä opiskelu on sitten tarjonnut ja mahdollistanut minulle pitkällisten ponnistelujen vastapainona?

Tohtorin tutkintoon tähtäävien jatko-opintojen aikana opiskelijalla on mahdollisuus suunnitella opintosisällöt joustavammin ja yksilöllisemmin kuin maisteriopintojen aikana. Jatko-opiskelijoita edellytetään esittämään tutkimusraporttejaan kotimaisissa ja kansainvälisissä kongresseissa. Koinkin näihin kongresseihin osallistumisen erittäin rikastuttavaksi ja opettavaiseksi kokemukseksi. Keskustelut kollegoiden kanssa avasivat maailmankuvaani ja käsitystäni fysioterapiasta sekä siitä, miten sitä toteutetaan ja tutkitaan eri maissa ja kulttuureissa. Lisäksi verkostoituminen sekä koti- että ulkomaisten kollegoiden kanssa saattaa osoittautua jälkikäteen varsin hyödylliseksi. Kansainvälisistä kontakteista on hyötyä erityisesti siinä vaiheessa, jos haluaa hakeutua ulkomaille, minkä moni toteuttaakin tohtoriksi valmistumisen jälkeen.

Yksi mieleenpainuva ja hieno tapahtuma oli osallistuminen tänä keväänä järjestettyyn yliopiston promootiojuhllaisuuteen, jossa maisterin ja tohtorin tutkinnon suorittaneille myönnettiin maisterin ja tohtorin arvot. Jatko-opinnot edesauttoivat myös valintaani liikuntafysiologin toimeen Keski-Suomen keskussairaalassa. Nykyisessä työssäni kliininen asiakastyö ja tieteellinen tutkimustyö yhdessä muodostavat mielekkään ja antoisan kokonaisuuden.

Täytyy muistaa, että maisteri- ja tohtoriopintojen lisäksi fysioterapeuteille on olemassa useita muitakin mahdollisuuksia kehittää ammattitaitoaan, eivätkä jatko-opinnot ole edes aina mahdollisia joko elämäntilanteen tai jonkin muun syyn takia. Todellisuudessa

fysioterapeuteista maisteritutkinnon suorittaa noin kymmenen prosenttia, ja lisenssiaatin tai tohtorin tutkinnon noin yksi prosentti. Osallistuessani eri koulutustilaisuuksiin olenkin ilokseni huomannut, kuinka monet kliinistä työtä tekevät fysioterapeutit ovat motivoituneita ja halukkaita kehittämään ammattitaitoaan. Useat koulutusta järjestävät tahot kuten Suomen Fysioterapeutit, ammattikorkeakoulut, Suomen Fysioterapia- ja kuntoutusyritykset (FYSI ry), monet fysioterapian erikoisalojen yhdistykset sekä laite- ja tuotevalmistajat järjestävät monipuolista ja laadukasta koulutusta kliinisen työn tarpeisiin. Vankan ammattiosaamisen ja sitä tukevan tutkimustiedon yhdistäminen takaavat alan kehityksen ja parhaan mahdollisen fysioterapian laadun.

Oman kokemukseni myötä kannustan lämpimästi fysioterapeutteja hakeutumaan opiskelemaan yliopistoon. Etenkin niiden fysioterapeuttien jotka ovat kiinnostuneita tieteellisen työn tekemisestä, kannattaa reippaasti hakeutua jatko-opiskelijaksi. Mitä nuorempana opinnot aloittaa, niin sitä enemmän jää aikaa tieteellisen työn ja uran luomiselle. Yliopisto-opintojen suorittaminen avaa mahdollisuuksia mielenkiintoiisiin työtehtäviin niin koti- kuin ulkomaillakin.

Selkäkivut kuriin

Artikkeli perustuu Margareetta Syväjärven tekemään päättötyöhön ”McKenzie-menetelmän hyödyntäminen kenttäpoliisin lannerankaperäisissä välilevyongelmissa” poliisin perustutkintokoulutuksessa 2015. Alkuperäinen artikkeli löytyy osoitteesta http://www.spjl.fi/files/2818/Poliiisi_Oikeus_0116-PDF-WWW-HQ.pdf ja täysimittainen artikkeli www.spjl.fi → Viestintä → Julkaisut → Asiantuntijakirjoitukset (22.3.2016 Selkäkivut kuriin).

Selkäsairaudet ovat tänä päivänä yksi suurimmista työkykyä heikentävistä sairausrhyhmistä. Samalla selkäsairaudet ovat kansantaloudellisesti suuri menoerä aiheuttamalla runsaasti sairauspoissaoloja, lääke- ja hoitokustannuksia ja pahimmassa tilanteessa pysyvää työkyvyttömyyttä. Edelleen alaselkäkipu ja sen taustalla olevat eriaisteiset välilevyn rakennehäiriöt (välilevytyrät), on valitettavan yleinen ja toimintakykyä mahdollisesti hyvinkin rajoittava haitta.

Kenttäpoliisin työssä, jossa alaselkä joutuu monenkin eri asian ja työtilanteen suhteen koetukselle, mahdolliset välilevyvauriot ja näiden aiheuttamat oirejaksot saattavat johtaa siihen, että vaihtoehdoksi jää työtehtävien vaihtaminen esimerkiksi rikostorjunnan tai lupapalveluiden puolelle. Toisaalta myös näissä istumatyö aiheuttaa selälle omat haasteensa. Pahimmassa vaihtoehdossa joudutaan harkitsemaan kokonaan alan vaihtoa. On siis selvää, että kansantalouden ohella myös yksilötasoinen haitta-aste voi olla hyvinkin merkittävä.

Kenttäpoliisin työkuormitusta pohdittaessa käy ilmi, että fyysisen kuormituksen lisäksi kenttäpoliisin työssä on myös muita työkuormitusta aiheuttavia tekijöitä, kuten vuorotyö ja psyykkistä stressiä aiheuttavat vaikeat ja vaaralliset työtehtävät sekä väkivallan uhka. Em. kuormitustekijöillä on todettu olevan yhteys selkäkipuihin ja kivun kokemiseen yleensä. Yleisesti ottaen myös suurin osa kaikesta, mitä valveillaolon aikana teemme, tapahtuu vartalon etupuolella. Riski, että työskentelemme ja vietämme aikaa etukumarassa, on suuri. Tällöin lanneranka pyöristyy herkästi, mikä välilevyn osalta tarkoittaa kompressiota välilevyn eturakenteisiin ja edelleen paineen kasvua takarakenteissa, joissa säiekerros on ohuimmillaan. Sama lopputulos on pitkään (autossa) istuessa. Välilevyn sisäisen paineen ”tasaamiseksi” onkin työpäivän mittaan hyvä tehdä vastakkaiseen suuntaan suuntautuvia liikkeitä – selän taaksetaivutusta makuulla tai seisten.



McKenzie-menetelmä on kenttäpoliisille oiva työkalu niin selkäongelmien omatoimisessa kuntoutuksessa kuin myös selkäongelmien ennaltaehkäisyssä, jolloin kahdentoista tunnin työvuoro ei muodostu ylitsepääsemättömäksi haasteeksi. Selkäkipujen ja välilevyvaurioiden ennaltaehkäisyssä harjoittelun säännöllisyys on olennaista. Selän taaksetaivutusta makuulla/ seisten on hyvä tehdä kahdesti päivässä, esimerkiksi aamuin illoin tai työvuoroon lähtiessä ja sieltä kotiin tullessa. Seisten suoritettavaa selän taaksetaivutusta on helppoa toteuttaa myös työvuoron aikana, ja sitä onkin hyvä tehdä säännöllisesti aina, kun joudutaan istumaan tai työskentelemään etukumarassa asennossa pitkään. Taaksetaivutusta seisten on suositeltavaa tehdä myös painavaa nostamista ennen ja jälkeen sekä välittömästi, mikäli alaselän alueella tuntuu vähänkään kireyttä tai jännitystä. Tarpeen vaatiessa myös sivusuuntaiset harjoitteet onnistuvat esimerkiksi sopivalla pysähdyspaikalla auton kylkeä vasten.



Lihaskuntoharjoittelun näkökulmasta olennaista on selkärangan liikkeisiin ja tuentaan osallistuvien lihasten sekä näiden yhteistoiminnan harjoittaminen. Ensimmäinen asia selän hyvinvoinnin takaamiseksi on vartalon syvien tukilihasten, muun muassa poikittaisen vatsalihaksen ja selän ojentajalihasten vahvistaminen. Mikäli syvät tukilihakset ovat heikot, ongelmia selän kanssa tulee varmasti ennemmin tai myöhemmin. Oman osansa vaikeuksiin tuo myös lihasepätasapaino, jossa pinnalliset ja keskikerroksen lihakset saattavat olla vahvoja ja treenattuja, syvien lihasten unohduttua harjoitusohjelmasta täysin. Kehoa ja lihaksistoa voidaanakin verrata talon rakentamiseen: ei taloakaan lähdetä

rakentamaan ilman kunnollisia perustuksia tai jos näin tehdään, sortuminen tapahtuu jossain vaiheessa väistämättä. Syvien lihasten harjoittamiseen löytyy lukuisia harjoitusliikkeitä ja mm. Pilates on oiva harjoitusmenetelmä syvien lihasten vahvistamiseksi sekä rangan liikkuvuuden parantamiseksi. Toinen olennainen asia syvien lihasten harjoittamisen ohella on lannerangan tuennassa olennaisten lihasparien muodostaman risteävän tuen hyödyntäminen ja vahvistaminen harjoittelussa. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että harjoitusohjelmaan pyritäisiin sisällyttämään sellaisia liikeyhdistelmiä, joissa saadaan samanaikaisesti aktivoitua molemmat lihakset lihasparista.

Lihaskuntoharjoitteiden osalta on tärkeää muistaa, että ne muodostavat tärkeän osan selän hyvinvoinnin ylläpidossa, mutta välilevyn vauriotilan ollessa vielä ”päällä”, on tilanteen korjaantumisen edistämiseksi olennaista jättää tauolle kaikki muut harjoitukset ja noudattaa ainoastaan McKenzie-harjoitteita.

Myös hyvän istuma-asennon ja tätä kautta luonnollisen lannenotkon ylläpitäminen on olennaista, joskin pitkään istuessa haastavaa, koska selän tukilihakset yleensä väsyvät ennemmin tai myöhemmin. Tämän vuoksi istuimissa, joissa ei muuten saa hyvää tukea alaselälle, on hyvä käyttää lannetukirullaa – ainakin sellaisissa tapauksissa, kun henkilöllä on jo olemassa olevia selkäongelmia. Varustevyö, joka niin ikään kuormittaa lannerangan aluetta, on hyvä ottaa pois ainakin pitempien, asemalla vietettävien taukojen ajaksi.

Margareetta Syväjärvi, Fysioterapeutti (AMK), cert. MDT,
Vanhempi konstaapeli



FYSIOTERAPIA UUTISET JA AJANKOHTAISET ASIAT

Nyt voit hoitaa jäsenyys- ja maksuasiasi helposti verkossa!

Jäsenrekisterimme eAsiointi on nyt avattu käyttöön. Kirjautuminen tapahtuu osoitteesta <https://easiointi.yap.fi/Kuntoutusala>. Tunnukset luot itse ensimmäisellä käyntikerralla. Tätä varten tarvitset vain jäsennumerosi, jonka löydät esimerkiksi Fysioterapia-lehden osoitelipukkeesta. eAsioinnissa voit tarkastella jäsentietojasi ja tehdä niihin muutoksia. Myös jäsenmaksutilanteen seuraaminen ja tarvittaessa uusien laskujen tulostaminen sekä kuukausittaisten maksujen laskeminen onnistuu nyt kätevästi suoraan verkossa.

Tämän lisäksi kyseisillä tunnuktsillä voit ottaa käyttöösi uuden Proffa-palvelun, jonne voi helposti tallentaa esimerkiksi erilaista koulutushistoriaa ajantasalle.

Lisätietoja saat esimerkiksi <http://www.suomenfysioterapeutit.fi/index.php/549-nyt-voit-tarkastella-ja-paivittaa-jasentietojasi-verkossa>

Vuoden Fysioterapeutti 2016- haku käynnissä

Vuoden Fysioterapeutti on alamme esikuva, innovatiivinen toimija ja tunnustettu vaikuttaja. Vuoden Fysioterapeutiksi valitaan Suomen Fysioterapeuttien jäsen, joka toimii esimerkillisesti fysioterapian hyväksi alueellisesti tai valtakunnallisesti.

Mikäli tiedät kuvaukseen sopivan alamme ammattilaisen niin postita ehdotuksesi 2.9.2016 mennessä (liitä mukaan ehdokkaan CV) osoitteeseen: puheenjohtaja@suomenfysioterapeutit.fi tai Suomen Fysioterapeutit ry, Rautatieläisenkatu 6 B, 00520 Helsinki.

Lisätietoja voit kysyä osoitteella: puheenjohtaja@suomenfysioterapeutit.fi

Maailmanjärjestölle uusi puheenjohtaja

Fysioterapeuttien maailmanjärjestön uudeksi pääsihteeriksi on valittu australialainen Jonathon Kruger. Hän aloittaa tehtävässään elokuun alusta 2016.

Jonathon Kruger on työskennellyt lähes 20 vuotta julkisessa terveydenhuollossa ylimmän johdon tehtävissä. Hän on mm. kehittänyt ja toteuttanut vaikuttajaviestintää, vastannut poliittisista kampanjoista sekä ohjelmista. Hänellä on huomattavaa osaamista julkisen terveydenhuollon analysoinnissa sekä julkiseen terveydenhuoltoon vaikuttamisessa. Lisäksi hän on keskittynyt mm. työvoiman mallintamiseen, perusterveydenhuoltoon ja kroonisten sairauksien hoitoon.

Erityisasiantuntijaksi hakeminen lokakuussa

Liiton jäsenet voivat hakea Erikoisasiantuntija-nimikettä. Nimikkeen saaminen edellyttää hakijalta vahvaa kliinistä kokemusta sekä fysioterapia-alan teoreettista hallintaa, jotka pisteytetään omissa sektoreissaan. Nimikettä haetaan erillisellä lomakkeella, joka löytyy Suomen fysioterapeuttien materiaalipankista. Tarvittavista liitteistä löytyy myös lisäinfoa samasta paikasta.

Nimike on voimassa viisi vuotta sen myöntämisestä, joten sen haltijan täytyy sitä myös aika-ajoin päivittää. Nimekkeitä myönnetään eri kategorioista, joita ovat mm. neurologisten aikuisten fysioterapia, lasten fysioterapia, työfysioterapia ja TULE fysioterapia.

Seuraava hakuaika päättyy lokakuussa. Lisätietoja, hakulomake ja tarkat kriteerit nimikkeen myöntämiseksi löytyy

<http://www.suomenfysioterapeutit.fi/index.php/fysioterapian-erikoisasiantuntijat> .

Edustajisto kokoontuu jälleen

Edustajisto on liiton ylin päättävin elin edustajisto päättää, hyväksyy, ohjaa ja valvoo mm.

- liiton linjauksia
- liiton taloutta
- liiton toimintaa
- sääntöjä
- suurimpia sopimuksia
- valitsee liiton puheenjohtajat
- valitsee liiton hallituksen

Edustajiston toimikausi kestää aina kolme vuotta ja se kokoontuu aina vähintään kerran vuodessa. Seuraava edustajiston kokous järjestetään Helsingissä la 26.11.2016.

Edustajiston edustajamäärä määräytyy kulloisenkin jäsenyhdistyksen jäsenmäärän mukaisesti. Keski-Suomen fysioterapeuteilla edustajia on kaksi; Liis Kukkonen ja Sanna Paasu-Hynynen, sekä varajäsenenä Marja Mustikkamaa ja Mari Kallioinen. Edustajistossa pääsemme mekin vaikuttamaan liiton toimintaan ja tulevaisuuteen, sekä ilmaisemaan oman mielipiteemme, näkemyksemme ja linjauksemme liiton toiminnasta ja sen vaikutuksista omaan yhdistykseemme.

Olethan päivittänyt jäsentietosi

Suomen Fysioterapeutit haluavat tarjota mahdollisimman kattavat palvelut kaikille jäsenilleen. Tämän vuoksi he ovat keränneet jäsentietojen päivitystä koko vuoden 2016 aikana. Jäsenet ovat saaneet kyselyn myös sähköisesti, mutta mikäli tiedot on unohtuneet päivittää niin ei hätää alla olevasta linkistä se onnistuu vaivatta.

<https://response.questback.com/suomenfysioterapeutit/paivitys/>

Suomen fysioterapeutit kouluttaa

Kipukiertue 2016		Maksuttomat asiantuntijaluennot!	
AIKATAULU:			
Turku 18.10.2016 klo 16.30-19.30 Turun Ammattikorkeakoulu		Luennoitsija ja teema:	
Jyväskylä 4.11.2016 klo 15.00-18.00 Jyväskylän Ammattikorkeakoulu (JAMK:n fysioterapiakoulutuksen 50-vuotisjuhlan yhteydessä)		Niklas Särkilahti Kun kaikki sattuu – Kivun ymmärryksestä kivun hallintaan	
Seinäjoki 11.10.2016 klo 16.30-19.30 Seinäjoen Ammattikorkeakoulu		Petteri Koho Kivun ja liikkumisen pelko harjoittelun esteenä?	
Rovaniemi 26.10.2016 klo 16.30-19.30 Lapin Ammattikorkeakoulu		Maarit Keskinen Kipu ja toiminnallinen harjoittelu	
Lappeenranta 3.10.2016 klo 16.30-19.30 Savonia Ammattikorkeakoulu		Tapio Ojala Kipu, fysioterapia ja onnellisuus – hyvän elämän edellytyksiä	
Helsinki 13.10.2016 klo 16.30-19.30 Metropolia Ammattikorkeakoulu		Tiina Lahtinen-Suopanki Myofaskiaaliset kivut ja perifeeriset neuropatiat	
Savonlinna 10/2017 (vielä avoin) Mikkelin Ammattikorkeakoulu		Vesa Lehtola Voiko tarkennetulla fysioterapialla vaikuttaa selkävivun uusiutumisen ehkäisyyn?	
Luennoitsija avoin			
		Luennot on tarkoitettu fysioterapeuteille ja fysioterapian opiskelijoille.	
		AINA AJANTASAISET AIKATAULUT JA TIEDOT: WWW.SUOMENFYSIOTERAPEUTIT.FI	

YRITTÄJILLE

Keski-Suomen fysioterapeuttien yhdyshenkilönä toimii Sanna Hosio (os. Pohjankoski). Sanna on toiminut yrittäjänä 2010 alkaen, aluksi toiminimellä ja myöhemmin yrityksessä Muuramen Fysioterapia Ky. Sanna toimii myös Fysiocenterissä yhtenä alan asiantuntijana. Kokemusta on siis yrittämisestä, yrityksen perustamisesta sekä yrittämisen haasteista. Jos toimit yrittäjänä tai suunnittelet yrityksen perustamista, voit ottaa yhteyttä häneen. Hänelle voit myös vinkata omia ehdotuksia Keski-Suomen fysioterapeuttiyrittäjien toiminnasta ja miten sitä voisi kehittää. Sannan kuulumisia ja yrittäjäterveisiä voit lukea alla.

Lisäksi Sanna kuuluu Suomen fysioterapeuttien yrittäjätoimikuntaan, jonka tarkoituksena on kehittää yritysverkostoa ja tukea yrittäjiä toiminnassaan.

Yrittäjille infoa löytyy myös osoitteesta www.suomenfysioterapeutit.fi

Yrityskuulumisia

Terveiset Suomen Fysioterapeutit ry:n Huvi ja Hyöty –tapahtumasta Vierumäen Urheiluopistolta! Lomat alkavat olla loppuillaan ja orientoituminen tulevaan syksyyn ja työhön on useimmilla alkamassa.

SOTE ja Kanta sekä muut byrokratian kiemurat ja vaateet vaikuttavat varmasti usean yrittäjän tekemiseen tällä hetkellä. Mahdollisuuksia vai uhkia, se nähdään pian.

Kanta-uutiset ovat osan jo tavoittanutkin ja niitä on hyvä seurata facebookin Fysioterapeuttiyrittäjät Kantaan –ryhmässä. Fysio Center Jyväskylä Oy on pilottiyrityksenä edennyt jo siihen vaiheeseen, että ovat tulleet hyväksytyiksi Potilastiedon arkiston käyttäjiksi. Fysio Centerin toimitusjohtaja Susanna Antikaisen mukaan käyttöönotto tapahtuu syyskuun aikana.

Mukavaa syksyn alkua kaikille!

Sanna Hosio

JAMK / FYSIOTERAPIA

Syksyn saapuessa monen nuoren ja vanhemmankin elämässä puhaltavat uudet tuulet uusien opiskelujen myötä. Jotkut ovat hakeneet opiskelupaikkaa jo vuosia, kun taas toiset onnistuvat ensiyrittämällä. Olkoon opiskelupaikan saavutus ollut helppoa tai vaikeaa niin itse opinnot ovat kaikille samat. Opiskelumuotoja on useampia ja opiskelu perinteisenä päiväopiskeluna tai monimuoto-opiskeluna tuo vaihtoehtoja opiskelijoiden arkeen.

Ensimmäinen vuosi painottuu Sosiaali- ja terveysalan yhteisiin tiimiopintoihin, jolloin jokainen opiskelija pääsee tutustumaan muidenkin alojen ammattilaisiksi haluaviin. Ensimmäisen vuoden onkin tarkoitus avartaa uusien opiskelijoiden näkökulmaa siitä millaisia toimijoita sosiaali- ja terveysalalla on ja ymmärtää kuinka paljon eri ammattikunnan edustajia yhteiskuntamme hyvinvointi vaatii. Ryhmytyksestä ei kuitenkaan kannata huolehtia, sillä myös fysioterapiaopiskelijat pääsevät toimimaan ja opiskelemaan yhdessä. Toisesta opiskeluvuodesta eteenpäin opinnot painottuvat fysioterapian ammattiaineisiin, joiden myötä opiskelijoista kouliintuu rautaisia ammattilaisia yhteiskuntamme työmarkkinoille. Koulutuksemme on vaativa, mutta valtavan opettavainen kokonaisuus kuntoutuksesta ja siihen vaikuttavista asioista. Lohdutukseksi voi sanoa, että kukaan fysioterapeutti ei voi sanoa olevansa ”valmis”, sillä varsinkin työelämä opettaa kuinka käytännössä toimitaan. Jokaiselle opiskelijalle on luvassa useita harjoittelujaksoja, joita kannattaa pyrkiä toteuttamaan mahdollisimman monipuolisissa toimintaympäristöissä ja imemään itseensä kaikki mahdollinen tietotaito alan ammattilaisen ohjaamana.

Jyväskylän Ammattikorkeakoulun fysioterapian opinnot ovat yksi arvostetuimmista fysioterapian koulutusohjelmista valtakunnallisestikin. Opinnoissa pärjääminen vaatii kuitenkin myös jokaisen opiskelijan omaa panostamista ja perehtymistä ammatin saloihin myös vapaa-aikana. Joskus koulutyöt saattavat tuntua liian kuormittavilta ja vaikeilta. Erityisesti silloin on tärkeää muistaa myös opiskelijaystävän apu, sillä yhteistyötä tämä ammatissa toimiminenkin on. Lisäksi apuna toimivat opiskelijatutorit vanhemmilta vuosikursseilta, sekä yhdistyksemme oma opiskelijavastaavat niin koululta opettajien keskuudesta, opiskelijoista, sekä työelämästä. Opiskelijavastaavamme ovat mukana myös suunnittelemassa vapaaehtoisia lisäkoulutuksia, opiskelijailtoja jne.

Jo opiskelijana sinulla on mahdollisuus liittyä joukkoomme ja tutustua alueemme fysioterapeutteihin ja mahdollisesti jopa parantaa työnsaamismahdollisuuksiasi valmistuttuasi. Halutessasi voit kysyä yhdistyksemme jäsenyydestä lisää opiskelijavastaaviltamme, joiden yhteystiedot löytyvät alta. Jäsenyytemme on ilmaista kaikille opiskelijoille koko opiskelujesi ajan!

On syytä muistaa, että koulutuksesta kannattaa ottaa kaikki irti. Silloin on syytä kuunnella, keskustella ja kyseinalaistaa. Uusia asioita tulee päivittäin ja välillä saattaa jopa turhauttaa oman muistin kykenemättömyys säilöä kaikkea uutta. Tässä kuitenkin pätee vanha hyvä sananlasku ”lopussa kiitos seisoo”. Kun hoidatte opiskelunne hyvin ja muistatte panostaa myös käytännön harjoitteluun on työllistyminen valmistuttuanne huomattavasti helpompaa!

Jos pyyhit vielä rantahiekkaa varpaiden välistä niin pistähän siihen vauhtia ja suuntaa katseesi jo kohti tulevia opintoja.

Yhdistyksemme puolesta haluamme toivottaa uusille, sekä vanhemmille opiskelijoille erityisen innostavaa lukuvuotta 2016-2017, toivottavasti tavataan opiskelujenne aikana!

Jos päätät haluta kuulua joukkoomme niin täytä jäsenhakemus osoitteesta <https://response.questback.com/suomenfysioterapeutit/jasenhakemus2015/>

Jäsenkaavakkeella voit liittyä Suomen ft ry:n jäseneksi 15 eri yhteisöjäsenen (mm.Keski-Suomen ft ry) kautta tai suorana henkilöjäsenenä.

Opiskelijana Suomen fysioterapeuttien jäsenmaksusi on noin puolet halvempi, kuin työssäkäyvällä, eikä yhdistyksemme jäsenyydestä tarvitse koko opiskeluaikana maksaa lainkaan!

Syksyllä 2016 aloittavien fysioterapeuttiopiskelijoiden ei tarvitse maksaa tämän vuoden jäsenmaksua lainkaan!

Terveiset opiskelijavastaavalta

Tervehdys kaikille fysioterapiaopiskelijoille!

Uusi opiskeluvuosi kolkuttelee jo uhkaavasti (tai kutsuvasti) nurkan takana ja on aika siirtää ajatuksia jälleen arkista pakerrusta kohti. Itselläni opinnot ovat jo siinä vaiheessa, että näillä näkymin tuleva opiskeluvuosi on viimeinen. Tavoitteeni olisi saada ensi kesän loppuun menessä paperit kouraan. Tämä riippuu pitkälti opinnäytetyöaiheen saamisesta ja sen edistymisestä ensi kevään ja kesän aikana. Viimeinen vuoteni pitää sisällään opparin lisäksi neurologian teoriaopintojakson, sekä kaikkiaan kolme harjoittelua (kansis, neuro ja syventävä). Pääsen vuoden aikana näkemään ja kokemaan fysioterapeutin työtehtäviä monissa eri rooleissa. Viime vuoden tules-harjoittelusta oppineena tiedän, että itse käytännössä asioita tekemällä oppii parhaiten, joten tästä vuodesta on tulossa todella antoisa opiskelurintamalla.

Opiskelujen ulkopuolellakin pitää kiirettä. Toimin Happeen B-junioreiden fysiikkavalmentajana ja aloitin elokuun alussa personal trainerin / valmentajan tehtävät Liikuntakeskus Buugissa. Ohjaustaitoja ja fysioterapia oppeja pääsen siis harjoittamaan koulun ulkopuolellakin.

Uusia fysioterapiaopiskelijoita tahdon onnitella opiskelupaikan saamisesta ja hienosta alan valinnasta! Malttakaa mielenne ensimmäisen vuoden peruskurssien aikana. Toisena vuotena odotus sitten palkitaan ja pääsette käytäntöön kiinni. Toisen vuoden opiskelijoille tahdon toivottaa voimia tules-kurssin läpipääsemiseksi. ;) Teillä on tiedontäyteinen vuosi edessä. Neljäs vuosikurssi alkaa olla niin lähellä valmistumista, että kateeksi käy! Painakaa loput raportit ja päiväkirjat kunnialla maaliin asti, että joulukuussa pääsette

juhlimaan. Omaa, eli kolmatta, vuosikurssia en onnittele tai toivottele mistään. Luokkakavereita on mukava nähdä pitkän kesän jälkeen. Tehdään tästäkin vuodesta mahtava yhdessä!

Tulkaa ihmeessä nykimään hihasta, jos teillä on kysyttävää Keski-Suomen Fysioterapeuttien toiminnasta tai muista järjestöön liittyvistä asioista. Muistakaa myös Keski-Suomen Fysioterapeuttien järjestämät koulutukset syksyn ja kevään aikana! Tahdomme tarjota opiskelijoille hyödyllisiä ja JAMKin opintoja tukevia/täydentäviä koulutuksia opiskelijaystävälliseen hintaan.

Opiskelujen, työnteon ja järjestötyön lisäksi rentoutuminen ja oma vapaa-aika ovat tärkeitä asioita. Tahdonkin toivottaa kaikille työntäyteistä ja rentouttavaa vuotta ja samalla lähden itse suorittamaan päivän rentoutumisen päiväunien muodossa. Nähdään JAMK:lla!

Janne Keinänen, Keski-Suomen Fysioterapeuttien opiskelijavastaava

Opiskelijatiimin yhteystiedot

Pyrimme aina auttamaan jäseniämme, jonka vuoksi opiskelijoita varten toimii omat ”opiskelija-apulaiset”, joiden puoleen voi kääntyä pulmassa, kuin pulmassa!

Yhdistyksen opiskelijayhdyshenkilö on

Pirjo Mäki-Natunen, pirjo.maki-natunen(at)jamk.fi , opettaja Ammattikorkeakoulussa

Yhdistyksen opiskelijavastaavat on

Maija Mannisenmäki, maija.mannisenmaki(at)gmail.com , fysioterapeutti työelämässä

Sanna Paasu-Hynynen, sanna.paasu(at)gmail.com , fysioterapeutti työelämässä

Ammattikorkeakoulun opiskelijavastaava

Janne Keinänen, keinanenjp(at)gmail.com , fysioterapeuttiopiskelija

TERVETULOA MUKAAN MAHTAVAAN JOUKKOOMME!

Tervetuloa opiskelemaan tähän mainioon ammattiin!

Onneksi olkoon uudesta opiskelupaikasta Jyväskylän Ammattikorkeakoulussa! Opintojen aloitus voi olla hämmäntävää aikaa ja siksi haluamme ohjata opintojasi omalta osaltamme ja tarjota ylimääräistä tukea tämän monipuolisen, mutta haastavan ammatin opiskelussa.

Keski-Suomen fysioterapeutit ry toimii alueensa fysioterapeuttien ammattijärjestönä paikallisella tasolla. Haluamme toiminnallamme vaikuttaa alamme tunnettavuuteen ja luoda jokaiselle fysioterapeutille tai fysioterapeuttiopiskelijalle mahdollisuuden työskennellä arvostavassa ympäristössä.

Yhdistyksellämme on useita opiskelijavastaavia. Joukossamme et siis jää yksin, vaan pyrimme auttamaan jokaista opiskelijajäsentämme tarpeiden mukaisesti. Otamme vastaan toiveita siitä kuinka pystymme tukemaan opintojasi, sillä tiedämme, että vain yhteistyöllä voimme luoda tulevaisuuden fysioterapeuteista rautaisia ammattilaisia käytännön kentälle. Toiveiden perusteella olemme viime vuosina aktivoineet entistä enemmän mm. ainoastaan opiskelijoille suunnattuja lisäkoulutuksia, joiden aihealueet ovat tulleet suoraan teiltä opiskelijoilta.

Joukkoomme voit kuulua liittymällä Suomen fysioterapeutteihin esim.

www.suomenfysioterapeutit.fi -> liiton jäsenyys-> sähköinen jäsenhakemus. Yhdistyksemme jäsenyys on kaikille opiskelijoille koko opiskeluajan täysin ilmaista! Suomen fysioterapeuttien sivuilta löytyy myös mainio tietopaketti aloittelevalle opiskelijalle mm. opintojen rakenteesta. Lisätietoja myös www.keskisuomenfysioterapeutit.fi, jossa tiedotamme mm. opiskelijatapahtumistamme ja annamme vinkkejä jäsenhakemuksen täyttämiseen.

Tavataan syksyllä!



YHDESSÄ OLEMME ENEMMÄN!

Haluatko tietää lisää, kiinnostuitko yhdistystoiminnasta, jäikö jokin mietityttämään tai olkoon mitä vaan, ota meihin rohkeasti yhteyttä! Vastaamme mielellämme kaikkiin kysymyksiin!

Pirjo Mäki-Natunen, pirjo.maki-natunen@jamk.fi, lehtori JAMK

Janne Keinänen, j.p.keinanen@gmail.com, fysioterapian opiskelija JAMK

Maija Mannisenmäki, maija.mannisenmaki@medica.fi, fysioterapeutti (AMK)

Sanna Paasu-Hynynen, sanna.paasu@gmail.com, fysioterapeutti (AMK)

Fysioterapian koulutusohjelman uudet opinnäytetyöt

Taas on julkaistu useita erittäin mielenkiintoisia opinnäytetöitä, joissa on kätevästi uusin tieto tiivistetyssä paketissa. Nykyiset opinnäytetyöt perustuvat tieteellisiin tutkimuksiin ja tarjoavat oikeasti hyviä tiedonlähteitä alamme ajankohtaisista asioista. Älä siis kulje onnesi ohi, vaan katsasta löytyisikö näistä sinua askarruttaville kysymyksille vastauksia. Kaikki opinnäytetyöt ovat lainattavissa Ammattikorkeakoulun kirjastosta, mutta tässä myös suorat linkit nettiaineistoon.

- Pulkkinen M. 2016. Warm Up in Breaking : A semi-structured interview. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2016060311814>
- Larkkonen V. 2016. Ammattisotilaan työ- ja toimintakyvyn ylläpito ja kehittäminen. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201605269906>
- Ahtikari E. 2016. Keskivartalon lihashallinnan merkitys polven ACL - vamman ennaltaehkäisyssä freestyle--lumilautailussa : Katsaus tutkimuksiin ja kirjallisuuteen. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201605208970>
- Hytönen L. & Ikonen L. 2016. Salibandyjunioreiden kilpailukauteen valmistava nopeusvoima- ja ketteryys harjoittelukokonaisuus. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201605188405>
- Tikkanen M-L. 2016. Down- lapsen kävelyn harjoittaminen kävelymaton avulla. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201604295497>
- Reponen V. 2016. Erbin pareesi lapsen fysioterapia: kotiharjoitteluohjeet 0-2-vuotiaiden Erb-lasten vanhemmille. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201603153212>

KOULUTUS

Ilmoittautumisohje koulutuksiin

Koulutuksiin ilmoittaudutaan sähköisesti kotisivumme kautta www.keskisuomenfysioterapeutit.fi/koulutukset ja muut tapahtumat . Sivustolta valitsette koulutuksen, johon haluatte ilmoittautua. Huomioikaa, että ilmoittautumisaika on voimassa vain tietyinä ajanjaksona. Jokaisen koulutuksen tarkka ilmoittautumisajankohta löytyy koulutusmainoksesta. Koulutuksiin ilmoittautuminen alkaa aamulla klo 07:00 ja päättyy viimeisenä ilmoittautumispäivänä klo 23.59. **Etu- ja jälki-ilmoittautumisia ei oteta vastaan.** Lisätietoja koulutuksesta voi kysellä sähköpostitse tai puhelimitse koulutuksen vastuuhenkilöltä, yhteystiedot löytyvät koulutusmainoksesta.

Huom. koulutukset on suunnattu **ensisijaisesti Keski-Suomen fysioterapeutit ry:n jäsenille**. Jäsenistömme ulkopuolisilla on mahdollisuus päästä koulutuksiin ainoastaan, jos koulutuksen osallistujamäärä ei täyty. Ei-jäsenet maksavat koulutuksesta tuplahinnan, ellei toisin mainita.

Koulutusilmoittautuminen edellyttää erillisen lomakkeen täyttämistä (= sähköinen ilmoittautumiskenttä 'Varaukset', joka on aktiivisena/täytettävissä ainoastaan ko.koulutuksen ilmoittautumisajankohtana), johon tulee täyttää kaikki tiedot - muutoin ilmoittautumista ei voida hyväksyä. **Kirjoittakaa 'Varaukset'-kentän Comment-ruutuun koulutuksen maksaja** (ts. se nimi tai yritys, joka näkyy verkkopankin maksutiedoissa maksajana). **Ilmoittakaa samassa yhteydessä, mikäli haluatte koulutusmaksusta laskun ja tässä tapauksessa myös laskutusosoite.** HUOM. Laskutuslisä on 5 euroa. 'Varaukset'-kentän täytettyänne ja lähetettyänne, saatte automaattisen tiedotteen sähköpostiinne, että ilmoittautuminen on vastaanotettu. Paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä ja **ilmoitamme ilmoittautumisajan päätyttyä pääsystäsi koulutukseen.**

Huomioithan, että **ilmoittautuminen on sitova**: peruuttamattomasta poisjäännistä lasku lähetetään postitse kotiin. **Koulutus on peruttava viimeistään 2 viikkoa ennen koulutusta, ellei erikseen muuta mainita.**

YHDITYKSELLÄ EI OLE MAHDOLLISUUTTA TOIMITTAA VERKKOLASKUJA. MIKÄLI KOULUTUS MAKSETAAN LASKULLA, SE TOIMITETAAN SÄHKÖPOSTIIN TAI KIRJEITSE.

Koulutusmaksun maksaminen

Koulutusmaksu tulee maksaa suoraan yhdistyksen tilille ilman erillistä laskua (tilinumero FI592017 1800 028735) **koulutusmainoksessa mainittuun eräpäivään mennessä**. Muistakaa käyttää maksaessanne viitenumeroa, joka löytyy koulutusmainoksesta. Mikäli koulutusmaksua ei ole maksettu eräpäivään mennessä, laskuun lisätään **viivästymismaksu 10 €**. Sairastapauksissa koulutusmaksusta palautetaan puolet **lääkärintodistusta vastaan**. **Koulutukseen osallistuminen ei ole mahdollista, mikäli koulutusmaksun suorite ei näy yhdistyksen tilillä ennen koulutusta.**

LISÄTIETOA

Koulutusvastaava:

Margareetta Syväjärvi, margareetta.syvajarvi(at)gmail.com

Koulutustoimikunta:

Taina Hakanen, taina.hakanen(at)hotmail.com

Mari Kallioinen, kallioinen.mari(at)gmail.com

Liis Kukkonen, liis.kukkonen(at)gmail.com

Maija Mannisenmäki, maija.mannisenmaki(at)gmail.com

Anu Vainio, anu.vainio (at)gmail.com

KESKI-SUOMEN FYSIOTERAPEUTIT RY KOULUTUSKALENTERI

syksy 2016

1. Tasapainon harjoittaminen allasterapian keinoin

Koulutuksessa tuodaan esille allasterapian mahdollisuudet tasapainon harjoittamisessa sekä keskitytään altaassa tehtäviin käytännön harjoitteisiin, asiakkaan ohjaamiseen sekä käydään läpi allasharjoittelun pääperiaatteita. Koulutus soveltuu sekä tules- että neurologisten asiakkaiden parissa työskenteleville. Koulutus sisältää allasharjoittelua ja teoriaosuuden.

Aika: pe 23.9.2016 klo 14-18

Paikka: Vaajakosken uimahalli Wellamo

Kouluttaja: Anu Myllyharju-Puikkonen, ft, TtM, Cert. Halliwic ja BBRM- metodit

Minimi-/maksimiosallistujamäärä: 10/20 hlöä

Ilmoittautuminen: 29.8. – 4.9.2016, alkaen klo 7.00

Hinta: 60€ (sis. uimahallin sisäänpääsymaksun)

Koulutusmaksun eräpäivä: 14.9.2016

Tilinumero: FI59 2017 1800 0287 35

Viitenumero: 201676

Lisätietoja: Maija Mannisenmäki, maija.mannisenmaki(at)gmail.com / p. 040 703 7124

2. Kinetic Control – alaselkä ja lonkka

Esittely

Alaselkä ja lonkka muodostavat toiminnallisen kokonaisuuden. Tästä näkökulmasta katsottuna on järkevää tutkia ja harjoittaa näitä alueita koordinoituina toiminnallisina yksikköinä tavoitteena kivuttomuus ja optimaalinen toimintakyky. Tämä moduuli antaa valmiudet tunnistaa ja korjata alaselän ja lonkan liikekontrollihäiriöt jäsennellyn tutkimisprosessin avulla.

Kurssin kuvaus

80% ihmisistä kärsii alaselän kivusta jossain vaiheessa elämänkaartaan, mikä haittaa heidän työkykyään tai osallistumista eri vapaa-ajan tapahtumiin ja harrastuksiin. Arviolta 60-65% länsimaiden ihmisistä taas kärsii myös merkittävistä lonkan kivuista tai nivelrikosta. Kivun uusiutumisen riski on merkittävä molemmissa ryhmissä. Jopa 80%:lla kipua uusiutuu kolmen seuraavan vuoden aikana.

Liikerajoitukset, kipu ja muut esteet voivat aiheuttaa kompensatorisia, hallitsemattomia liikkeitä. Täsmällisellä tutkimisella ja tehokkaalla liikekontrollihäiriöiden harjoittamisella voidaan tehokkaasti korjata olemassaoleva toimintakyvyn haitta ja ennaltaehkäistä uusien kiputilojen syntymistä.

Aika: 29. - 30.10.2016 la ja su klo 9-16.30 (17)

Paikka: Keski-Suomen keskussairaala, -1 krs., luentosali 2

Kouluttaja: Kari Niemi, ft OMT KCAT

Minimi-/maksimiosallistujamäärä: 10/20 hlöä

Ilmoittautuminen: 12.9. – 18.9.2016, alkaen klo 7.00

Peruutusehdot: mahdollinen ilmoittautumisen peruutus on tehtävä 26.9.2016 iltaan klo 20 mennessä. Sairastapauksissa koulutuksen hinnasta palautetaan puolet lääkärintodistusta vastaan.

Hinta: 395 € (sis. koulutusmateriaalin)

Koulutusmaksun eräpäivä: 12.10.2016

Tilinumero: FI59 2017 1800 0287 35

Viitenumero: 201689

Lisätietoja: Taina Hakanen, taina.hakanen(at)hotmail.com / p. 044 379 2129

3. Olkanivelen tutkiminen ja kuntoutus – ainoastaan fysioterapeuttiopiskelijoille!

Koulutuksessa käydään läpi olkanivelen tutkimisen ja kuntoutuksen perusasioita käytännössä, mm. erotusdiagnostiikan ja palpoinnin osalta. Mitä ja miksi testataan ja kuinka tyypillisimmissä olkanivelen ongelmatapauksissa terapiassa edetään.

Aika: ke 2.11.2016 klo 17-20

Paikka: Ilmoitetaan myöhemmin

Kouluttaja: Jari Rautiainen, ft OMT

Minimi-/maksimiosallistujamäärä: 10/20 hlöä

Ilmoittautuminen: 26.9. – 2.10.2016, alkaen klo 7.00

Hinta: 20 €

Koulutusmaksun eräpäivä: 12.10.2016

Tilinumero: FI59 2017 1800 0287 35

Viitenumero: 201692

Lisätietoja: Liis Kukkonen, liiskukkonen(at)gmail.com / p. 044 0522 506

4. Olkanivel ja hartiarengas: tutkiminen, terapia ja harjoittelu

Koulutuksessa käydään läpi perusasioita olkapään ja hartiarengaan asennosta, liikehallinnasta, lihaksistosta, fysioterapiasta ja harjoittelusta. Koulutus sisältää teoriaa ja käytännön harjoitteita. Koulutuksessa tarvittavat joustavat vaatteet ja jumppamaton.

Aika: ke 16.11. klo 17-20

Paikka: Keski-Suomen keskussairaala, -1 krs., luentosalit 1 ja 2

Kouluttaja: Minna Matikainen, ft OMT, Pilates-ohjaaja

Minimi-/maksimiosallistujamäärä: 10/25 hlöä

Ilmoittautuminen: 3.10. – 9.10.2016

Hinta: 45 €

Koulutusmaksun eräpäivä: 2.11.2016

Tilinumero: FI59 2017 1800 0287 35

Viitenumero: 2016102

Lisätietoja: Anu Vainio, anu.vainio(at)gmail.com / p. 050 306 91

TULEVAA v. 2017

Järjestämme koulutuksia monipuolisesti eri aiheista ja haluamme koulutuksista laadukkaita, sekä jäsenistöämme palvelevia. Koulutustoiveita otetaan vastaan jatkuvasti ja pyrimme toteuttamaan niitä aina mahdollisuuksien mukaan.

**KEVÄÄN JA SYKSYN 2017 KOULUTUSKALENTERI ON VIELÄ AVOINNA, JOTEN NYT
ON TILAISUUTESI VAIKUTTAA!**

MUUTA

Haluamme jatkossakin tarjota laadukkaita koulutuksia sekä kehittää koulutustoimintaamme. Otamme vastaan teidän ehdotuksia teitä kiinnostavista koulutuksista. Mielellämme otamme vastaan myös muuta palautetta toiminnastamme. Haluamme olla täällä teitä varten, joten kerro mitä juuri sinä yhdistykseltämme haluat. Anna äänesi kuulua!

Kerro mielipiteesi [fysioterapeutit\(at\)keskisuomenfysioterapeutit.fi](mailto:fysioterapeutit(at)keskisuomenfysioterapeutit.fi) tai laita meille viestiä vaikka Facebookissa.

MAINOKSIA

Jyväskylän Fysioterapia dbc järjestää

TULES-syysseminaarin

Jyväskylän kaupunginkirjaston Minnansalissa perjantaina 28.10.2016 klo 12.30 – 19

Seminaari on tarkoitettu tules-kuntoutuksen / harjoittelun piirissä toimiville ammattilaisille, kuten lääkäreille, fysioterapeuteille tai liikunnan ammattilaisille. Seminaarissa käsitellään alan asiantuntijoiden alustamina mm. alaselän- ja olkapään kuntoutukseen ja harjoitteluun liittyviä teemoja. Asiantuntijoina ovat mm. Petri Salo, Vesa Lehtola, Tapio Ojala, Juha Paloneva, Jari Rautiainen, Minna Matikainen, Maarit Valtonen sekä Juha Ahtiainen. Tarkempi alustava ohjelma on nähtävissä DBC-klinikan FB-sivulla.

Tilaisuuden jälkeen n. klo 19.15 – 21.30 on vapaamuotoinen iltatilaisuus Jyväskylän Fysioterapian DBCKlinikalla Väinönkatu 30:ssa.

Ilmoittautumiset 12.10. mennessä: jyvaskyla@dbcklinikka.fi (ilmoitathan, osallistutko myös iltatilaisuuteen) **Tervetuloa!** (tilaisuus on maksuton)

JYVÄSKYLÄN FYSIOTERAPIA dbc

JYVÄSKYLÄN FYSIOTERAPEUTTIKOULUTUS TÄYTTÄÄ 50 VUOTTA - EIKÄ SUOTTA!

Vietämme kaikille avointa juhlapäivää Jyväskylän ammattikorkeakoulussa 4.11.2016 asiantuntijaseminaarin ja koulutuksen muisteloiden merkeissä.

Ohjelmaa klo 9.00-18.00 sisältää myös Suomen Fysioterapeutit ry:n organisoiman Kipukiertue-koulutuksen.

Toivomme näkevämme sinut juhlapäivässämme!

Pyydämme sinua ystävällisesti ilmoittautumaan 25.10.2016 mennessä. Ilmoittautumiset sähköpostilla koulutusvastaava Pirjo Hynyselle, sähköposti (pirjo.hynynen@jamk.fi, puh. 0400 989469)

Lisätietoja: www.jamk.fi/fysioterapiajuhla

Mainos-/ilmoitushinnat

Koko sivu 120€

$\frac{1}{2}$ sivua 60€

$\frac{1}{4}$ sivua 30€

Kaikki mainoshinnat pitävät sisällään myös erillisen sähköpostimainoksen TAI tapahtumailmoituksen facebook sivuillemme.

Ota yhteyttä aineiston kokoajaan tai hallituksen jäseniin ja kysy lisää eri vaihtoehtoista!

Keski-Suomen fysioterapeutit ry hallitus ja toimihenkilöt 2016–2017

Puheenjohtaja Anu Pollari p. 040-510 3629 anu.pollari(at)gmail.com	Postiosoite Keski-Suomen fysioterapeutit ry Tousalantie 31 44170 HIETAMA
VARSINAISET JÄSENET Varapuheenjohtaja, tiedotusvastaava Sanna Paasu-Hynynen sanna.paasu(at)gmail.com Maija Mannisenmäki maija.mannisenmaki(at)medica.fi Sihteeri Anu Lahtinen anu.lahtinen(at)rokki.net Taloudenhoitaja Kati Koro koro.kati(at)gmail.com	VARAJÄSENET Liis Kukkonen liiskukkonen(at)gmail.com Jäsensihteeri Kati Maristo kati.maristo(at)hotmail.com Mari Kallioinen kallioinen.mari(at)gmail.com Anu Vainio anu.vainio(at)gmail.com
KOULUTUSTOIMIKUNTA	
Koulutusvastaava Margareetta Syväjärvi margareetta.syvajarvi(at)gmail.com Mari Kallioinen kallioinen.mari(at)gmail.com Maija Mannisenmäki maija.mannisenmaki(at)medica.fi	Taina Hakanen taina.hakanen(at)hotmail.com Anu Vainio anu.vainio(at)gmail.com Liis Kukkonen liiskukkonen(at)gmail.com
YRITTÄJÄYHDYSHENKILÖ Sanna Hosio sanna(at)muuramenfysioterapia.fi	JAMK OPISELIJAVASTAAVA Janne Keinänen keinanen.jp(at)gmail.com
YHDISTYKSEN OPISELIJAVASTAAVAT Maija Mannisenmäki Sanna Paasu-Hynynen	OPISELIJAYHDYSHENKILÖ Pirjo Mäki-Natunen pirjo.maki-natunen(at)jamk.fi
	POTILASASIAMIES Susanna Antikainen susanna.antikainen(at)fysiocenter.fi p. 050 - 3470737