

SANFY_{RY}

www.sanfy.net

JÄSENTIEDOTE lokakuu 2020

Terveiset hallituksen jäseneltä Kirsi Säynevirralta

Koulutuksia koronan varjossa

Aika on ollut monella tavalla poikkeuksellinen. Kiire ja hosuminen pysähtyi kuin seinään. Tilalle astui monenlaisia mietteitä siitä, miten maailma meitä heiluttelee, miten Covid-19 vaikuttaa omaan, läheisten, tuttujen ja kuntoutujien terveyteen, miten taloudellisesti selvitään. Tässä kirjoituksessa pohdiskelen sitä, miten pandemia on vaikuttanut minuun kouluttajana ja koulutuksiin osallistujana.



Keväälle ja alkavalle syksyille oli suunniteltu monta lyhyempää ja pidempää koulutusta, jotka sitten peruuntuivat. Pohdittavaksi tuli, voiko ne toteuttaa webinaarien muodossa ja miten ihmeessä se olisi mahdollista. Toukokuulle suunniteltu Bobath peruskurssin viimeinen viikko oli pakko peruuttaa lähiopetuksen osalta, joten teoria päätettiin toteuttaa etäluentoina.

Käytäntö ja kuntoutujien terapiat piti siirtää syksyyn ja toivoa parasta. Sitten alkoikin tekniikan opettelu ja miten ihmeessä osaan puhua luontevasti kameran ääressä. Teams tuli tutuksi ja monet kerrat harjoiteltiin etukäteen, että varsinaiset etäluennot sujuisivat kunnialla. No eihän se ihan niin mennyt. Moni meistä on varmaan kokenut samoja ongelmia tekniikan kanssa: huhuillaan kavereita linjoille tai ollaan itse hukassa.

Kouluttajan näkökulmasta eniten häiritsi se, ettei välitöntä vuorovaikutusta saanut aikaiseksi. Kuvaruudusta näkyi vain esitys ja oma kuva. Ensimmäisen

päivän jälkeen sainkin kurssilaisilta kommentteja ”hieman jähmeästä esiintymisestä” – ja samalta tuntui hartioistakin.

Käden taitojen harjoittelu etänä kyllä edelleen arveluttaa. Omissa pitämässä koulutuksissa olen aina pitänyt tärkeänä, että pystyy antamaan yksilöllistä ohjausta. Olemme erilaisia käsistämme ja toisaalta ohjattavat tai kuntoutujat ovat erilaisia rakenteeltaan, oirekuvaltaan ja ominaisuuksiltaan. Erilaisia vaihtoehtoja on hankalampi tuoda esille ja näyttää erilaisia tekniikoita, kun tulee kysymyksiä: ”Entäs jos kuntoutujalla.....?”

Positiivista tästä ajasta koulutusten suhteen löytyy paljonkin – enemmän niistä mihin itse osallistuin kurssilaisena. Etäkuntoutus lisääntyi voimakkaasti – omalta kohdalta aloitin täysin nollassa. Oli otettava käyttöön toinen ohjelma -zoom. Kiitollisena muistelen niitä useita webinaareja ja ilmaisia (?) koulutuksia, joihin pystyin osallistumaan kotoa käsin. Niistä sai runsaasti hyviä ohjeita ja varmuutta etäkuntoutuksen toteutukseen. Saattoi vain ihailla aikaisemminkin etäkuntoutusta tehneiden kokemusta ja monenlaista toteutustapaa. Tutkituksikin etäkuntoutus on vaikuttavaa joillekin kuntoutujille. Omalla kohdallani etäkuntoutus soveltui hyvin harvalle, mutta niistä jäi kuitenkin positiivinen tunne.

Tulevaisuudessa osaan varmasti soveltaa etäkuntoutusta osana lähiterapiaa ja pitää mielessä sen mahdollisuus joidenkin tulevien asiakkaiden kohdalla. Markkinointi, itsensä brändäys, asiantuntijuuden tunnetuksi tuleminen somessa – en olisi varmasti ikinä tullut menneeksi mihinkään em. koulutuksiin tai lähtenyt luomaan asiantuntijaprofiilia” tai tullakseni ”some-vaikuttajaksi” saatikka lähtenyt sen kummemmin mainostamaan osaamistani. Ei kait sitä julkisesti – ja enhän minä nyt niin paljon osaa. Ärsyttävä ominaisuus, jonka taitaa jakaa erittäin moni fysioterapeutti.

Kaikki olivat mielenkiintoisia koulutuksia, osallistuminen kätevästi kotona ja kohtuullisen edullisia. Se brändäys on vaan jäänyt tekemättä... Kansainväliset yhteistyötahot ovat myös järjestäneet eri pituisia seminaareja, joita on ollut mahdollisuus seurata. On löytynyt uusia yhteyksiä ja toisaalta on voinut kuunnella kollegoja muualta, joita ei nyt ole pystynyt näkemään livenä. Paljon on ollut erilaista tarjontaa, joiden seuraaminen on hieman jäänyt vähemmälle, kun on päässyt taas tekemään enemmän terapiaa ja joitakin koulutuksia on voitu lähioptetuksena pitää. Ehkäpä joskus voisi webinaarinkin järjestää.

Mahdollisuus on osallistua Ruotsin Bobath yhdistyksen (Föreningen för Bobathkonceptet i Sverige FBKS) webinaariin maaliskuussa 2021, jossa Cecilia Löfgren ja minä pidämme webinaarin aiheesta Neurologiska rehabilitering. kts tarkemmin FBKS. kotisivuilta www.bobathkonceptet.

Hyvää syksyn jatkoa kaikille! Pidetään huolta itsestämme ja toisista.

Kirsi Säynevirta
Fysioterapeutti YAMK
Aikuisten neurologisen fysioterapian erikoisasiantuntija
Bobath kouluttaja IBITA

TULEVAT KOULUTUKSET:

KOHTAAMISEN TAIDOT FYSIOTERAPEUTIN TYÖSSÄ

la 12.12.2020 10-13.00

Turvallisen kohtaamisen ja läsnä olevan, validoivan vuorovaikutuksen merkitys ymmärretään tällä hetkellä yhä tärkeämpänä osana fysioterapiaa. Kun kuntoutuja ja hänen omaisensa tulevat kuulluiksi ja kohdatuiksi turvallisessa tilassa, terapeutin allianssi lisääntyy ja kuntoutujan minäpystyvyys vahvistuu olemassa olevien voimavarojen tullessa paremmin esiin.

Koulutuksessa käsitellään asiaa sekä teorian että käytännön kautta. Vaikka koulutus tapahtuu Zoomissa, teemme mm. kuuntelu- ja haastatteluharjoituksen pareittain. Lisäksi on tärkeää kuunnella omaa kehoa, sen voimavaroja ja rajoja, eli kokeilemme muutamia kehoa vakauttavia ja kehotietoisuutta lisääviä harjoituksia, joita voi hyödyntää myös kuntoutujien kanssa. Terapeutin itsensä kokema turvan tunne on lähtökohta turvalliselle kohtaamiselle.

Hinta 35e/osallistuja
Ilmoittautuminen kotisivuilta löytyvästä linkistä, eventio-järjestelmän kautta.

Kouluttaja: Karita Palomäki,
psykofyysinen fysioterapeutti, keho-
orientoitunut työhajaaja, tietokirjailija



MERKITYKSELLINEN KUNTOUTUMINEN ETÄMENETELMIN

Päivä 21.11.2020 klo.11-12.30 teams- alusta

kouluttaja: Ft Netta Turunen

Etäkuntoutus on tehnyt tuloaan myös meidän fysioterapeuttien työnkuvaan, kuitenkin hitaasti alkuvuoteen asti. Korona vauhditti etäkuntoutuksen käyttöönottoa, mutta miten se on sujunut sinulta ja asiakkailtasi?

Tässä webinaarissa keskustellaan siitä

- Miten etämenetelmien käyttöönotto on vaikuttanut kuntoutuksen sisältöön niin meidän ammattilaisten kuin asiakkaiden ja heidän lähiympäristönsä näkökulmasta.
- Mikä toimii hyvin ja mikä ei?

Haemme yhdessä ratkaisuja mm. paremman vuorovaikutuksen toteutumiseen, harjoitteiden laadun ja mielekkyyden lisääntymiseen sekä selkeämpään hands off-ohjaukseen.

Kysymyksiä webinaarissa käsiteltäviin aiheisiin liittyen voi lähettää etukäteen Susanna Savelalle (suski.savela@gmail.com) 18.11.2020 mennessä, mutta niitä voi esittää myös webinaarin aikanakin. Webinaarin kesto on noin 1.5h.

Ilmoittautuminen kotisivuilta löytyvän eventio-järjestelmän kautta. Teams-linkki lähetetään sähköpostiin ohjeineen. Viimeinen ilmoittautumispäivä 18.11.2020.

Hinta: 25,00 €

Kehotietoisuus BBAT lähtökohdista ja neurologinen fysioterapia

Koulutuksen tavoitteet:

Tutustua fysioterapeuttiseen kehotietoisuutta tukevaan Basic Body Awareness terapiaan ja mahdollisuuksiin hyödyntää ko. lähestymistapaa neurologisessa fysioterapiassa/kuntoutuksessa. BBAT soveltuu sekä

yksilötyöhön että ryhmien kanssa työskentelyyn. Sitä voidaan hyödyntää myös fysioterapeutin omassa arjessa.

Koulutuksen aikana osallistujat tutustuvat BBAT:n lähtökohtiin ja saavat omakohtaisen kokemuksen harjoituksista. Koulutuspäivien väliin sijoittuvan oppimistehtävän avulla osallistujat pohtivat kehotietoisuutta osana omaa työtään fysioterapeutina. Tehtävä tähtää omakohtaisen näkemyksen muodostamiseen käsitellyistä asioista.

Ajankohta: 6.- 7.11.20 & 20.-21.11.29

Toteutus: Etäopetus Teams alusta

Järjestäjä: SANFY ry

Kouluttaja: Sirpa Ahola, ft, THM, BBAT opettaja

Hinta: 270€. (alv 0%)

Tiedustelut: sanfy.pekkola@gmail.com

Ajoitus: Etäopetuksena

6.11 (pe) klo 14.15 -15.45 & klo 16.15-17.45 (välissä 30 min tauko)

7.11 (la) klo 9.30 - 11.00 & klo 11.30 - 13.00 (välissä 30 min tauko)

20.11 (pe) klo 14.15 -15.45 & klo 16.15-17.45 (välissä 30 min tauko)

21.11 (la) klo 9.30 - 11.00 & klo 11.30 - 13.00 (välissä 30 min tauko)

Ohjelma:

Perjantai 6.11.2020

klo 14.15 - 15.00 Orientaatio & johdanto koulutuspäiviin

klo 15.00 - 15.45 Liikeharjoittelu BBAT mukaan

Tauko

klo 16.15 - 17.00 Kehotuntemuksen edistäminen BBAT periaatteiden mukaan

klo 17.00 - 17.45 Liikeharjoittelu

Lauantai 7.11.2020

klo 9.30 - 10.30 Liikeharjoittelu

klo 10.30 -11.00 Kehotietoisuus osana fysioterapeutin työtä. Oppimistehtävän esittely: Kehotietoisuus osana omaa työtäni fysioterapeutina.

Tauko

klo 11.30 - 12.30 Tutkimuksellinen näkökulma: Kehotuntemus & neurologinen fysioterapia

klo 12.30 - 13.00 Liikeharjoittelu

Perjantai 20.11.2020

klo 14.15 - 15.00 Terapeuttiset tekijät & BBAT

klo 15 - 15.45 Liikeharjoittelu

Tauko

klo 16.15 - 17.15 Oppimistehtävien käsittely ja yhteiskehittely.

klo 17.15 - 17.45 Liikeharjoittelu

Lauantai 21.11.2020

klo 9.30 - 10.15 Liikeharjoittelu

klo 10.15 -11.00 Kehotuntemuksen muutoksen tunnistaminen BBAT:ssa: BARS, BAS-I

Tauko

klo 11.30 - 12.30 Liikeharjoittelu

klo 12.30 - 13.00 Koulutuksen koonti

Ohjattu harjoittelu: Varaa rauhallinen tila, jossa sinulla on käytettävissä tavallinen selkänöjallinen tuoli, riittävä lattiatila selinmakuulla oloon ja jossa voit esineisiin törmäämättä viedä sivukautta yläraajat pään jatkoksi. Varaa myös pari tyynyä lähellesi ja haluamasi alusta, varsinkin jos lattia on viileä. Varaa LÄMPIMÄT ja joustavat vaatteet sekä paksut sukat. Harjoitteleme sukkasillamme!

HUOM!

Keväällä kyseiseen koulutukseen ilmoittautuneet voivat **perua ilmoittautumisensa 6.10 mennessä** täydellä hyvityksellä. Keväällä ilmoittautuneet ja etäkoulutukseen osallistuvat saavat osallistumismaksun erotuksen hyvityksenä (80€), kun ilmoittavat hyvityksen palautustiedot. Ilmoitukset osoitteeseen sanfy.pekkola@gmail.com

BOBATH-PERUSKURSSI OULUSSA

Aika: 8.-13.2.2021, 15.-19.3.2021 ja 31.5.-4.6.2021 (6+5+5 päivää)

Paikka: Oulun Kaupunginsairaala

Kouluttaja(t): Kirsi Säynevirta, fysioterapeutti YAMK, Bobath-kouluttaja IBITA, aikuisneurologisen fysioterapian erikoisasiantuntija, Affolter -terapeutti / Cecilia Löfgren, fysioterapeutti YAMK, aikuisneurologisen fysioterapian erikoisasiantuntija, Bobath- kouluttaja IBITA.

Osallistujat: Fysioterapeutit ja toimintaterapeutit, max 12/24 henkilöä

Hinta tarkentuu myöhemmin (noin 3000€)

Sitovat ilmoittautumiset 1.9.-31.10.2020 välisenä aikana

Lisätietoja [sanfy.oulu\(at\)gmail.com](mailto:sanfy.oulu(at)gmail.com) ja lisätietoja koulutuksen sisällöstä [kirsi.saynevirta\(at\)gmail.com](mailto:kirsi.saynevirta(at)gmail.com)

Koulutuksen sisältö

Koulutus koostuu teoriasta, käytännön harjoittelusta pareittain ja ryhmissä, kouluttajan kuntoutujademonstraatiosta, pareittain toteutetusta terapiasta asiakkaiden kanssa ja välitehtävistä.

Käytännön ja teorian yhdistyminen harjoittelussa mm. posturaalista kontrollia, kävelyä ja yläraajan toiminnallista kuntoutusta. Lisäksi jaksojen välissä tehdään käytännön työhön liittyviä etätehtäviä.

Kurssille osallistuvien fysio- ja toimintaterapeuttien on työskenneltävä neurologisten kuntoutujien kanssa osallistuessaan kurssille. Heillä on oltava vähintään yhden vuoden työkokemus neurologisten kuntoutujien kanssa ja mahdollisuus koko koulutusjakson ajan työskennellä neurologisten kuntoutujien kanssa.

Kurssin tavoitteena on antaa osallistujille perusvalmiuksia analysoida normaalia toimintaa ja liikkumista sekä analysoida ja fasilitoida normaalista poikkeavaa toimintaa ja liikkumista. Koulutus antaa myös valmiuksia ohjata kuntoutujaa uusiin toiminnan ja liikkumisen malleihin. Koulutuksen myötä osallistuja ymmärtää neurofysiologisen perustan, joka on nykyisen Bobath-

lähestymistavan taustalla. Lisäksi osallistuja osaa integroida kansainvälisen toimintakyvyn, vamman ja terveyden luokituksen (ICF) periaatteet aikuisneurologisten kuntoutujien toimintahäiriöiden arviointiin ja terapiaan.

SANFY järjestää koulutusta vain jäsenilleen.

Mikäli joudut perumaan SANFY:n järjestämän koulutuksen sitovan ilmoittautumisen jälkeen, sinulta peritään 25 % koulutusmaksusta. Jos osallistuja ei ilmoita peruutuksesta eikä saavu koulutukseen, peritään koko koulutusmaksu. Ainoa pätevä syy, jolloin koulutusmaksua ei ollenkaan peritä (ei edes 25%) on sairaus, josta on lääkärintodistus.

Jos koulutukseen hakenut peruu ilmoittautumisen, niin tilalle otetaan seuraava jonossa oleva henkilö.

Alle 20 henkilön koulutuksiin otetaan max 2 henkilöä samasta työyhteisöstä. Mikäli paikkoja jää vapaaksi niin paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä.

TULLOSSA!!!

The Bad Ragaz Ring Method (BRRM) - Module I koulutus Suomessa.

Aika 1-3.2021 Järvenpään uimahalli (Seutulantie 17 04410 Järvenpää)

Kouluttaja Ben Waller sekä mahdollisesti myös toinen kouluttaja, koulutuskieli englanti. Hyvin käytännönläheinen koulutus allasterapiaan, päivittäin pääasiassa kaksi käytännön harjoitteluosiota vedessä. Mukaan mahtuu 16 hlöä. Ilmoittautuminen alkaa marraskuussa, tästä tiedotetaan myöhemmin. Lisätietoa koulutusvastaavilta (suski.savela(at)gmail.com)

Alla kouluttajan laatima lyhyt kuvaus menetelmästä.

The Bad Ragaz Ring Method (BRRM) is an international used active one-to-one aquatic therapy concept and is commonly considered a core treatment method in the aquatic physical therapists' skills set.

Originally based on proprioceptive neuromuscular facilitation (PNF), the BRRM was developed by physiotherapists in Bad Ragaz Switzerland. The BRRM uses muscle activation, multi-plane movements and the hydrodynamic properties of water in combination with refined therapist handling to produce the desired therapeutic effect.

The 3D patterns are combined with different techniques such as reversal of antagonists, combinations of isotonic and timing for emphasis to create multiple treatment options to suit a wide range of patient groups.

Originally, the method focused on strengthening and mobilizing through promoting a response in the neuromuscular system through stimulation of the somatosensory system. Recently, the method has been adapted on current understanding of pain neuroscience to modulate pain as well as improve fascia health.

The method is suitable for use in management a wide range of populations including post orthopaedic surgery and injury as well as neurological and musculoskeletal conditions.

This 3-day course will teach the participant the following:

- Principles of PNF and the adaptation to the BRRM.
- Principles of exercise physiology and can used it in the BRRM
- The most important patterns of the method
- How to execute the most important patterns correct
- How to adapt the techniques to the problems of the patients.

MUIDEN TAHOJEN JÄRJESTÄMÄT KOULUTUKSET:

PORINAPIIRIT

Porvoon porinapiiri

Yhteyshenkilö: Suski Savela, suski.savela(at)gmail.com

Keski-Suomen porinapiiri,

Yhteyshenkilö: Sanna Hosio, sanna.hosio(at)fysiomuurame.fi

Kymenlaakson porinapiiri.

Yhteyshenkilö: Tiina Majander: p. 040-7104746, tiina.majander(at)pyhtaa.fi