

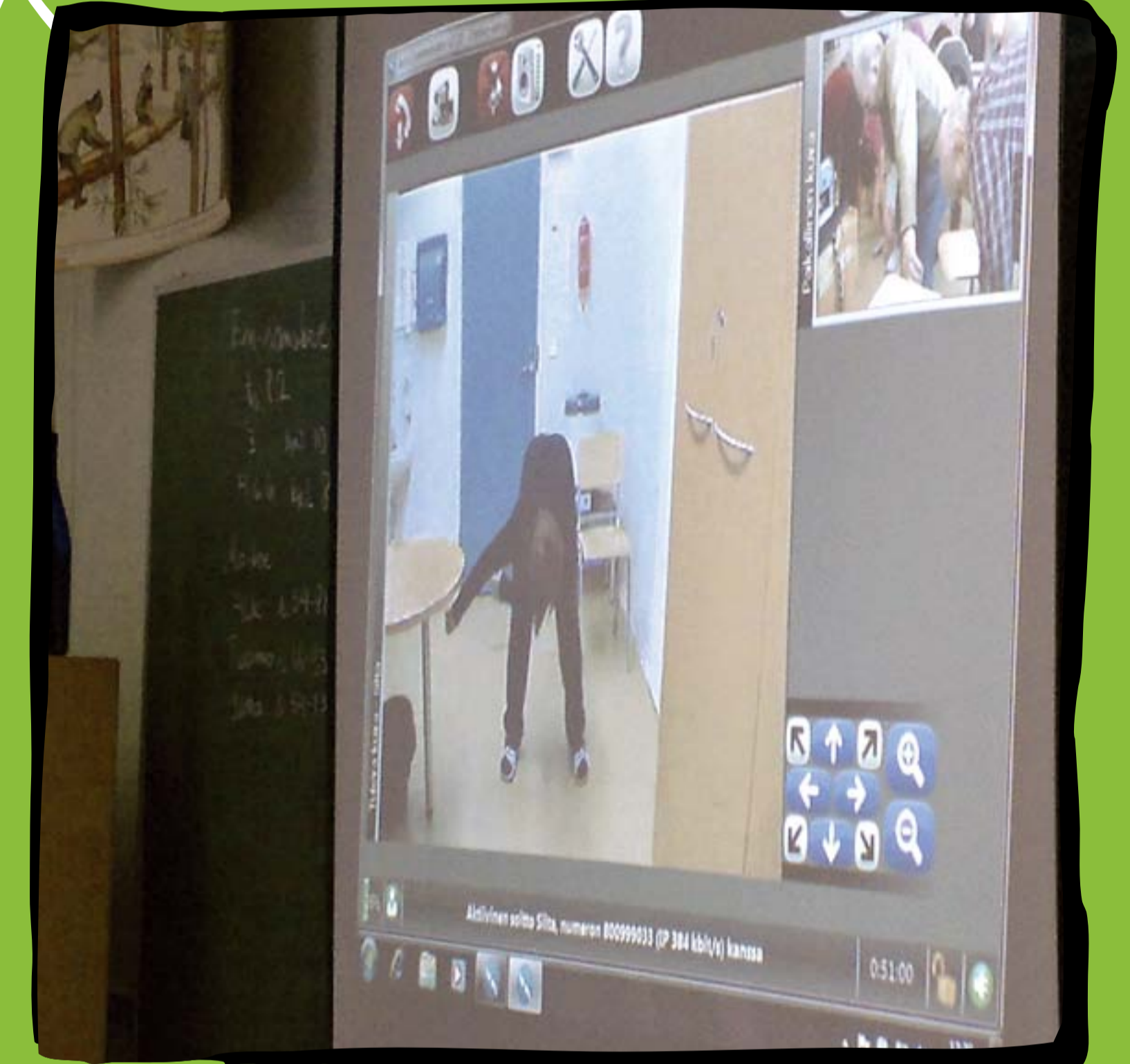
RYHMÄLIIKUNTAA ETÄTEKNOLOGIAN VÄLITYKSELLÄ

Kolarin kunnan Kurtakon kylän koululla on kokoontunut säännöllisesti aktiivinen senioriryhmä, jolle terveyskeskuksen fysioterapeutti on ohjannut jumpan paikan päällä kerran kuussa. Jumppakertoja haluttiin lisätä ja avuksi otettiin etäteknologia.

JUMPPA ON HYVÄ, KO SAA
LIIKETTÄ JA OPPIA - JA SAKISSA
ON MUKAVAMPI KO YKSIN

MAHOTTOMAN
ANTOSAA HOMMAA!

OLTIIN VUOROVAIKUTUK-
SESSA, KUN TIESI, ETTÄ
OHJAAJA NÄKEE JA
VOIS KOMMENTOIDA



KUVA ON NÄKYNÄ
HYVIN JA KUULUNU

Keskimäärin 25 ikäihmistä jumppasi
koululla kerran viikossa 9 kertaa.

Etäyhteys toimi liiku-
teltavalla laitteistolla.

Fysioterapeutti ohjasi ryhmää
terveyskeskuksesta omasta
työhuoneestaan.

EKA KERTAA
MIEKI KUULIN, MITÄ
KUNNANJOHTAJA SANO.
VAIKKA OLEN MIE OLLU SITÄ
MONESTI KUUNTELEMASSA
PAIKAN PÄÄLLÄKI



Ikäihmisten liikuntaryhmän ohjaus
onnistui etäyhteydellä vuorovaikuttei-
sesti. Etäyhteyksiä halutaan ottaa
käyttöön muillekin sivukylille ja
muihin tarkoituksiin.

JATKOA TOIVOMMA. JA
LAAJENEMISTA, ETTÄ
USEAMMAT PÄÄSIS
MUKHAN ERI PUOLILTA

