



Tarja Pykäläinen, projektipäällikkö ja Tero Leppänen, projektikoordinaattori Rovaniemen ammattikorkeakoulu (RAMK). Kuvat Erja Rahkola.

PORONHOITAJAPARISKUNNAT TYÖHYVINVOINTIA EDISTÄMÄSSÄ

Helmikuussa pidettiin ensimmäinen Poronhoitajien työhyvinvointi-koulutushankkeen koulutustilaisuus Saariselän maisemissa. Koulutuksen teemana oli poronhoitajapariskuntien työhyvinvoinnin edistäminen. Paikalle oli saapunut kuusi pariskuntaa ympäri poronhoitoaluetta.

Perjantai-illan aloitimme tulevan viikonlopun ohjelman esittelyllä ja tutustuimme toisiimme. Alkuvieritytelyyn kuului mm. harmaiden aivosolujen vetistäminen. Naiset ottivat heti alussa lentävän lähdön ja päihittivät miehet arvonta- ja tietovisailussa. Mustat ja valkoiset sukkaparit olivat yhdessäkin tehtävässä menneet suloisesti sekaisin. Tässä tehtävässä kuitenkin miesten kokemuksilla sukkiensa etsimisestä oli hyötyä, sillä Antti Kantola pelasti ainakin osittain miesten

maineen loihittamalla oikean vastauksen sukkaongelmaan. Tosin Jukka Kaarretkosken kokemuksen mukaan pakkaa samanvärisetkin sukat menemään sekaisin arjen touhuissa saati sitten eriväriset.

Lauantai-aamu aloitettiin vesijumpalla. Riina Jänkälä viuhkoi altaan reunalla ohjaajana niin että vesi pärskyi ja touhu oli sen verran in-



Allasjumppaa puolison kanssa.

nostunutta, että mukaan tuli kurssin ulkopuolisiakin altaan käyttäjiä ohjattuun toimintaan.

Tarja Pykäläinen jatkoi parisuhdeasioilla. Pariskunnittain etsittiin omasta liitosta voimavaroja työhy-

vinvointiin. Pariskunnat saivat kehua toisiaan estoitta keskenään ja huomattiin kuinka parinkymmenen vuoden yhdessäolon jälkeenkin löytyi vielä yllätyksiä siinä, mitä asioita kumppani toisessa arvostaa.

Ruokailun jälkeen käytiin ulkoilemassa ja kisailtiin Anna Kauniskankaan johdolla. Hännän ryöstössä Sattasniemen ja Ivalon paliskunnan pojat olivat taitavimpia. Alakylän paliskunnan nuoripari päihitti sekaviestissä muut kirkkaasti. Tero Leppänen yritti Tarjan kanssa pysyä vauhdissa mukana, mutta he joutuivat tyytymään selvästi kakkoseksi. Leikkimielisessä silmäniskukisassa kukin pari piti tiukasti omasta kumppanistaan kiinni, ettei kumppani vain päässyt livahtamaan vieropalkisen maille. Onneksi välillä ote pääsi herpaantumaan ja kiertoa alkoi syntymään.

Sisätiloissa rentoutushetki ja hieronta rentouttivat porukan niin, että kurssiaikataulua jouduttiin tarkistamaan, ettei toiminta olisi mennyt urakoinniksi.

Teron vetämässä Työ hyvinvoinnin lähteenä -osiossa ryhmät keskustelivat ja tuottivat tulevaisuuden visioita siitä, mihin poroelinkeino on menossa, mihin suuntaan sen toivottaisiin menevän ja mitä se meiltä itse kultakin vaatii. Asiasta virisi vilkas keskustelu ja näkemyksiä vaihdettiin poronhoitoalueen eri paliskuntien välillä.

Ennen iltaruokaa ahkerimmat kävivät vielä kylpylässä ja saunassa. Iltaruokaa syötiin yhdessä ja tutustuttiin toinen toisiimme. Ruuan ääressä kuultiin monenlaista matkakertomusta ja tarinaa niin työstä kuin vapaa-ajalta. Riina ja Essi osoittautuivat varsinaisiksi karaoke-tähdiksi vapaavalintaisessa iltaohjelmassa, ja me monet muut kuuntelimme sujuvasti.

Sunnuntaiaamuna kävivät virkuimmat jälleen polskimassa altaalla.

Sami Kalliokoski piti tietoisikun liikuntaympyrään ja terveelliseen ravintoon liittyen. Erja Rahkola toimi valokuvaajamestarina oman toi-



Porojen kiinniotto oli vaihtunut Sattasniemen ja Ivalon pojilla hännänryöstöksi. Kaaretkosken Jukka hamuaa Pykäläisen Tarjan "häntää" ja Kustulan Ari katsoo viisaimmaksi poistua takaoikealle.



Hieronta vaatii keskittymistä. Ylitalon Leo tekee työtä hartaasti ja vaimo Päivi vaikuttaa todella rentoutuneelta.



Tulevaisuuden pohtiminen sai kurssilaiset mielteliäiksi. Visioita kirjoittamassa Jukka ja Anna-Maria Kaaretkoski (vas.) sekä Jouni ja Essi Vuolli.

mensa ohella ja näytti viikonloppuna ryhmästä ottamia tilannekuvia. Kuvien avulla palattiin vielä viikonloppun tunnelmiin. Yhtään kuvaa ei joutunut sensuurilistalle. Jokainen sai kuvapakettin sähköpostilla omalle koneelleen seuraavalla viikolla.

Palautelomakkeiden täyttämisen ja palautekeskustelun jälkeen pidettiin vielä arvuuttelukisa. Tällä kertaa panokset olivat koventuneet. Maineen ja kunnian lisäksi jaossa oli sponsoripipoja. Pipot menivät lämmittämään Oivangin ja Alakylän paliskuntien kurssilaisten päitä.

Anna piti rentoutushetken ennen kotimatkaa lähtöä ja mielivirkistyneenä ja keho rentoutuneena lähdettiin ajelemaan kohti kotipalkisia.

Ohjaajien puolesta kiitokset kurssilaisille erittäin hyvin onnistuneesta ensimmäisestä työhyvinvointiviikonlopusta.

HUOM!

Seuraava pariskuntien viikonloppukurssin paikkakunta on muuttunut.

Kuusamon sijasta kokoonnumme Oulun Edeniin 21.-23.5.2010, jonne löytyy vapaita paikkoja.

Ilmoittautumiset viimeistään 30.4. Tero Leppäselle p. 020 798 5630 tai tero.leppanen@paliskunnat.fi.

Levin viikonloppukurssi 27.-29.8.2010 on täynnä. Tietoa muista syksyn koulutuksista seuraavissa Promieslehdissä. ●



Ryhdykkäitä keppijumppalaisia vasemmalta Leo Ylitalo, Olavi Aikkila, Anna-Maria Kaaretkoski ja Riitta Aikkila.

PORONOMISTAJAN TARPEISIIN

- **PORO-, YM. METALLIVERKOT**
- **MUOVIVERKOT, SÄKKIKANKAAT**
- **SIULANAUHAT**
- **LIHASÄKIT, -KALVOT JA -LAATIKOT**
- **PILTTA- JA KUOHINTAPIHDIT**
- **RETKI-, LUU- YM. SAHAT**
- **HEIJASTINPANNAT**
- **PORONKELLOT JA PANGAT**
- **MUOVIA LEIKATTUNA JA LEVYNÄ**
- **MOOTTORIKELKAN SUKSIMUOVIT**
- **VARRELLISET KENKÄSUOJAT**
- **VULKANUS -TEROTTIMET**
- **SUOPUNKINARUT JA KIELAT**
- **PILTAT JA VASALAPUT**
- **NYLKYPUKIT YM. TEURASTUKSEEN LIITTYVÄT**



Hannu Nurmi

HON TRADE OY

Törmätie 6, 94500 Lautiosaari

GSM 0400-691 908

hannu@mt-suunnittelu.fi