

TEKSTI JA KUVAT: JOUKO KOKKONEN

# Rovaniemi tavoittelee kesäkauden matkailijoita liikunnan ja hyvinvoinnin avulla

*Lapin-matkailun ongelmana on turistivirtojen epätasaisuus. Rovaniemi haluaa saada lisää matkailijoita lumettomina kuukausina. Yksi keino voivat olla liikunta- ja hyvinvointipalvelut.*



**R**OVANIEMELLÄ ON MENEILLÄÄN yritysten, kaupungin, Lapin yliopiston, Lapin ammattikorkeakoulun ja urheiluopisto Santasportin yhteishanke *Arctic Sport & Wellbeing Hub*. Vuonna 2024 toimintansa aloittaneen hankkeen tavoitteena on rakentaa liikuntaan, hyvinvointiin ja matkailuun erikoistuneiden yritysten ja TKI-toimijoiden keskittymä, jonka tarkoitus on kaupungin vetämän yhteistyön ja tapaamisten lisäksi luoda myös yhteisiä fyysisiä kokoontumistiloja.

Rovaniemen kaupungin elinkeinotoimialan palveluksikössä kehittämispäällikkönä työskentelevän **Pirjo Kutinlahden** mukaan tavoitteena on, että vuoteen 2030 keskittymässä on mukana vähintään sata yritystä Rovaniemeltä, muualta Suomesta ja myös maailmalta. Päämääränä on liittää liikunta, hyvinvointi ja urheilu vahvemmin matkailupalveluihin.

Tavoitteena on Kutinlahden mukaan saada 500 000 matkailijaa Rovaniemelle lumettomana aikana touko-lokakuussa, mikä tarkoittaisi ajanjakson matkailijamäärän kaksinkertaistamista. Talvikaudella Rovaniemellä käy noin 700 000 matkailijaa ja yöpymisiä kertyy 1,2 miljoonaa kappaletta. Ennusteet kertovat talvisesongin matkailijamäärän kasvun jatkuvan.

Jos tavoiteltu lumettoman ajan matkailijamäärien kasvu toteutuu, niin siitä hyötyvät Rovaniemi ja rovaniemeläiset sanoo Lapin ammattikorkeakoulun liikunnanohjaakoulutuksessa lehtorina toimiva **Petteri Pohja**, joka on myös kaupunginvaltuuston jäsen. Matkailuun voi syntyä ympärivuotisia työpaikkoja, mikä toisi kaupungille lisää verotuloja, joilla se voisi ylläpitää ja kehittää palveluitaan – liikunta mukaan lukien. Pohjan mukaan Rovaniemellä on ajatuksena kehittää hyvinvointiin, terveysliikuntaan ja urheiluun liittyviä palveluja kansainvälisen matkailun tuoman energian kyljessä.

– Haluamme tuoda näkyville myös kansainvälisesti, että Rovaniemellä on muutakin kuin joulupukki. Meillä on osaamista ja halua kehittää liikunta- ja hyvinvointisektoria, sanoo Pohja.

Tavoitteena on Kutinlahden mukaan edistää myös kaupunkilaisten hyvinvointia, ei pelkästään matkailijoiden. Hän korostaa, että ratkaisuiden on oltava kestäviä ja turvallisia. Kaupungin, oppilaitosten ja yritysten yhteistyötä tiivistämällä Rovaniemellä halutaan saada enemmän irti sekä olemassa olevista voimavaroista että kehittää niiden pohjalta uutta.

### Lisäpontta pienille yrityksille

Etenkin pienille yrityksille yhteistyö on Kutinlahden mukaan tärkeää. Rovaniemellä toimii esimerkiksi monia pieniä pyörämatkailupalveluiden tarjoajia, joille verkostoitumisesta voi olla etua. *Arctic Sport & Wellbeing Hub* kykenee tuomaan toimijoita yhteen myös liiketoiminnan kehittämiseen. Esimerkiksi pyörävuokrauksien, pyöräilyn oheispalveluiden ja majoituksen yhdistämisessä paketiaksi voi olla Kutinlahden mukaan potentiaalia. Pyörämatkailun suosio on kasvanut voimakkaasti maailmalla.

– Yksi ajatus on koota viikko-ohjelma, jossa jokaiselle päivälle olisi tarjolla vähän erilainen pyöräretki eri yritysten järjestäminä. Vastaavasti voidaan rakentaa vesistöteemaa, Rovaniemi on jokien ja vesien ympäröimä, hahmottelee Kutinlahti.

Kaupunki tukee liikuntamatkailun edellytyksiä kehittämällä muun muassa liikuntapaikkoja ja reitistöjä. Uusia maastopyöräilyreittejä avautuu alkukesästä 2025 sekä Ounasvaaralle että Joulupukin pajakylän lähistölle. Ounasvaaralle valmistuu kesällä 2025 kaupungin ja Lapin liiton rahoittamana rullahiihtorata, jota urheilijat ja kilpakuntoilijat voivat käyttää harjoittelussaan. Metsähallituksen ylläpitämällä Napapiirin retkeilyalueella 25 kilometriä Rovaniemen keskustasta koilliseen voi ulkoilla, maastopyöräillä, meloa, lumikenkällä, kalastaa ja hiihtää.

*Arctic Sport & Wellbeing Hubin* tavoitteena on vahvistaa myös tutkimus- ja kehitystoimintaa. Petteri Pohjan mukaan toiminta on jo osoittanut, että tiedonkulku on parantunut ja yhteisiä intressejä on löytynyt myös oppilaitosten välillä.



### Aktiivimatkailija on haluttu vieras

Ympärivuotisen matkailun kehittämistä Rovaniemellä tukevat kansainväliset verkostot. Etenkin Länsi-Euroopassa pohditaan Petteri Pohjan mukaan samoja asioita kuin Suomessa ja Rovaniemellä.

– Kun kehitetään elinkeinoja tai yrityksiä, niin samalla pyritään vastaamaan siihen, miten tavallisen ihmisen hyvinvointi ja terveys paranee. Eli liikkuminen, aktiivisuus ja toimintakyky kehittyvät rintarinnan yrityselämän kanssa, sanoo Pohja.

Pohja arvioi liikuntapainotteisesta matkailusta kiinnostuneista voivan löytyä uusia asiakkaita. Hänen mukaansa Rovaniemelle mahtuu liikunnallisia matkailijoita, eivätkä he ole viemässä liikuntamahdollisuuksia kaupunkilaisilta. Tähän mennessä matkailijat eivät ole juurikaan käyttäneet kaupungin sisäliikuntapaikkoja. Ulkoliikuntapaikoillakin on lääninä liikkua, vaikka liikuntaturistien määrä lisääntyisi. Jokaisenoikeudet koskevat myös matkailijoita, joita on valistettava jatkuvasti niiden sisällöstä.

Rovaniemen suunnitelmat osuvat yksiin matkailutrendien muutosten kanssa. Matkailun luonne on yleismaailmallisesti muuttumassa, kun perinteisen turismin rinnalla vahvistuu matkailijoiden halu viettää aktiivinen loma.

Matkailukohteen näkökulmasta aktiivimatkailijat ovat erityisen hyviä asiakkaita. He viiptyvät Pirjo Kutinlahden



mukaan yleensä Rovaniemellä pidempään kuin muut matkailijat. Jouluturistit viettävät kaupungissa tavallisesti 2–3 päivää. Ulkomainen pyörämatkailija viipyy vähintään viikon tai jopa kaksi.

– Aktiivimatkailija yleensä käyttää enemmän rahaa kohteissa kuin normimatkailija. He ovat toivottuja asiakkaita, sanoo Kutinlahti.

Jo vakiintuneen osan aktiivimatkailijoista muodostavat urheilijat. Rovaniemellä harjoittelee Kutilahden mukaan suuri määrä eritasoisia urheilijoita niin kesällä kuin talvella.

## Mitä tehdä matkailun lieveilmiöille?

Rovaniemen ja Lapin matkailussa näkyvät samat kasvavien matkailijamäärien aiheuttamat ongelmat kuin suosituissa kohteissa ympäri maailman. Osa paikallisista asukkaista kokee matkailun häiritsevän elämäänsä. Rovaniemi on myös saanut kielteistä julkisuutta viime aikoina Airbnb-majoituksen tuottamista ongelmista ja joidenkin ohjelmalveluyritysten kyseenalaisista toimintatavoista. Matkailijat ovat myös tungeksineet asukkaiden pihoihin. Kaupungin näkökulmasta kyse on tasapainoilusta hyötyjen ja haittojen väliltä.

## Urheiluvammojen kuntoutusta Rovaniemellä

**COMEBACK CENTER ON ESIMERKKI YRITYKSESTÄ**, joka voi tulla tarkkaan rajatun kohderyhman asiakkaita Rovaniemelle. Yrityksen suurin asiakasryhmä ovat toistaiseksi olleet polven eturistisidevammaan tai muun polvivamman kuntouttajat kertoo yksi yrityksen perustajista **Tanja Poutiainen-Rinne**. Asiakkaista yli 60 prosenttia on ulkopaikkakuntalaisia pääosin Suomesta.

– Meillä on ollut myös ulkomaalaisia asiakkaita, esimerkiksi aktiiviliikkuja Italiasta. Hän oli etsinyt omiin selkävaiivoihin sopivaa kuntouttavaa klinikkaa ja löytänyt netin kautta Comeback Centerin, kertoo Poutiainen-Rinne.

Yritys sijaitsee Ounasvaaralla Santasportin yhteydessä. Hoitojakso Rovaniemellä kestää tavallisesti viisi päivää. Poutiainen-Rinteen mukaan Comeback Center eroaa perinteisistä fysioterapiayrityksistä siinä, että kuntoutusjakso on intensiivinen.

– Kun asiakas on täällä paikan päällä, niin päivään sisältyy useampi tunti kuntoutusta, kertoo Poutiainen-Rinne.

Asiakas saa lähtiessään mukaan kattavan kotiharjoitusohjelman. Tietyn ajan kuluttua on vuorossa intensiivijakso Rovaniemellä.

Comeback Centerin tavoitteena on kasvattaa sekä koti- että ulkomaista asiakaskuntaa. Poutiainen-Rinne pitää eurooppalaisten asiakkaiden saamista realistisena. Vastaavaa kokonaispakettia ei ole hänen mukaansa muualla tarjolla. Liikeideaansa Poutiainen-Rinne alkoi kehittää kuntouttaessaan etusidevammaa Kroatiassa vuonna 2013. Rovaniemellä ovat tarjolla pakettina saman katon alla majoitus- ja ruokailupalvelut, lääkäri, fysioterapia ja tarvittavat liikuntatilat. Comeback Center hankkii palveluita tarpeen mukaan ja kokoaa niistä paketin.

Comeback Centerin toiminta on vielä mittakaavaltaan pientä. Poutiainen-Rinne opiskelee fysioterapiaa ja valmistuu vuoden 2025 lopulla, minkä jälkeen yrityksestä on tarkoitus tulla hänen leipätyönsä. Poutiainen-Rinne uskoo, että vuonna 2026 asiakasvirta on jo vuolaampi. Alppihiihtomaailmassa ja Keski-Euroopassa laajemminkin tunnettu nimi auttaa osaltaan asiaa.

– Ei tarvitse olla huippu-urheilija tullakseen meille. Keski-Euroopassakin on aktiiviliikkuja, jotka haluavat kuntoutua päästäkseen laskettelemaan tai pelaamaan senioripallopelejä. Esimerkiksi he ovat valmiita matkustamaan tänne.

Rovaniemelle pääsee Keski-Euroopasta helposti lentäen esimerkiksi Amsterdamista suoraan parissa tunnissa. Lapin eksotiikka ja luonnonläheisyys tuovat oman lisänsä. Syksyllä 2024 Rovaniemellä käynyt hollantilaisasiakas halusi nähdä revontulet ja toive toteutui viimeisenä iltana. Urheiluopiston

sijainti kaupungin kupeessa on myös etu. Erilaiset palvelut ovat lähellä.

Rovaniemen sijainti on omalla tavallaan Poutiainen-Rinteen mukaan vahvuus kuntoutusprosessia ajatellen. Kiireiset asiakkaat kokevat kuntoutuksen tehokkaammaksi tullessaan Napapiirin tuntumaan ikään kuin harjoitusleirille. Työpäivän oheen sijoitettujen kuntoutuskäyntien aikana työasiat käyvät mielessä. Kiireelliset työasiat pystyy Rovaniemeltäkin hoitamaan kuntoutuspäivän päälle. Urheilijoille leirityksenomainen kuntoutus on lähellä urheilun arkea.

Comeback Center on mukana EU-hankkeessa, jossa se tekee yhteistyötä hollantilaisyrittäjien kanssa kehitysprojektissa. EU-projekti tukee osaltaan Poutiainen-Rinteen mukaan verkostojen luomista. Hollantilaisyrittäjien kanssa Comeback Center tekee yhteiskehitysprojektia, jossa rovaniemeläinen fysioterapiaosaaminen yhdistetään Smart Clips-reaktiovalon käyttöön.

– Eturistisidevammojen kuntoutuksessa havaintomotorinen ja kognitiivinen harjoittelu ovat jääneet liian vähälle huomiolle. Tämä voi olla osasy siihen, että vammaan uusiutumismiski on suuri, pohtii Poutiainen-Rinne.

Poutiainen-Rinne paneutuu aiheeseen Lapin ammattikorkeakouluun tekeillä olevassa opinnäytetyössään. Reaktiovalon avulla kehitetään harjoitteita, joilla kognitiivista harjoittelua pystytään lisäämään kuntoutukseseen.

Perinteisessä kuntoutuksessa osataan toimia niin, että vammautuneen jalan lihasvoima palautuu. Sen sijaan vähemmälle huomiolle on jäänyt se, mitä aivoissa tapahtuu urheilutilanteissa vauhdikkaissa lajeissa, kuten alppihiihdossa tai pallopeleissä.

– Pitää saada paljon havaintomotorista harjoittelua, jossa joutuu myös huomioimaan ympäristöä paljon enemmän, ja silti suorittamaan jotain fyysisistä tehtävää.

Harjoitteluun aiheutetaan kognitiivista stressiä reaktiovaloilla, joiden tarkoitus on myös ohjata tekemistä oikeanlaiseksi. Kuntoutuksen edetessä häiriötekijöitä lisätään.

**Tanja Poutiainen-Rinne.**

Kuva: Jouko Kokkonen



– Valitaanko kasvun ja kehityksen aiheuttamat lieveilmiöt ja ongelmat, vai taantumisen tuomat ongelmat, tiivistää Pohja.

Kaupunki voi vaikuttaa matkailijavirtojen kulkuun alueellaan kaavoituksella. Petteri Pohjan mukaan Rovaniemi valmistelee strategista yleiskaavaa. Prosessi on pitkä, mutta kaava suuntaa sitä, mihin matkailu tulevaisuudessa keskittyy. Meneillään on myös Luonnonvarakeskuksen vetämä kiinnostavia luontokävely- ja pyöräilyreittejä kartoitettava kaksivuotinen hanke, jossa otetaan huomioon sosiaaliset näkökohdat.

– Katsotaan, mitkä reitit olisivat sosiaalisesti hyväksyttäviä, siten että ei kävellä ja pyöräillä takapihoilla, vaan valitaan reittejä, jotka eivät häiritse paikallista asutusta, kertoo Pohja.

Rovaniemen saavuttaa lentäen hyvin Euroopasta ja muualta maailmasta. Pirjo Kutinlahden mukaan Rovanie-

men kaupunki haluaa parantaa lentoyhteyksiä kesäkaudelle. Talviajan yhteyksien lisäämistä tulee sen sijaan arvioida alueen kantokyvyn pohjalta.

– Maata pitkin tapahtuvaa matkustamisen meidän pitää kiinnittää enemmän huomiota. VR kehittää pyörämatkailuvaunuja, joihin saadaan iso määrä pyöriä, sanoo Kutinlahti.

Ruotsi rakentaa uutta rantarataa Haaparantaan, mikä voi hyödyttää Suomen Lapin matkailua, kun junayhteys Eurooppaan paranee. Lentomatkustamisen asema matkailussa säilyy kuitenkin vahvana Rovaniemen ja koko Lapin matkailussa.

– Auttaako se, että jos lentää Helsinkiin ja tulee junalla vai lentääkö suoraan Rovaniemelle. Minulla ei ainakaan ole siihen kunnollista vastausta, pohtii Pohja. ♦

## Etäohjattua liikuntaa ikäihmisille

**ROVANIEMELLÄ TOIMIVA SUVANTO CARE** tuottaa teknologiaratkaisuja, jotka on tarkoitettu mahdollistamaan kotona asuminen tukea tarvitseville – pääasiassa ikäihmisille. Toimitusjohtaja **Antti Haukipuron** mukaan yhtiön asiakkaina on yli puolet Suomen hyvinvointialueista sekä lisäksi hoivaa tarjoavia yksityisiä yrityksiä. Yrityksen kärkituotteita ovat erilaiset etäpalvelut.

Haukipuro kertoo, että asiakkaan kotiin sijoitettava videopäätelaite mahdollistaa hoitoalan ammattilaiselle ryhmäpuhelun ikäihmisen tai muun kotona asumiseen tukea tarvitsevan asiakkaan kanssa joko omalla mobiililaitteella tai tietokoneella. Yhteyttä voi käyttää myös liikunnanohjaaja, fysioterapeutti tai kuntoutusohjaaja. Sen avulla voi toteuttaa etäohjattuja liikuntatuokioita. Tavoitteena on tukea kotona pärjäämistä.

– Ikäihmisille vietävä tekniikka on hiottu helppokäyttöiseksi. Lähtökohteisesti asiakkaan ei tarvitse osata ollenkaan käyttää laitetta. Riittää, että tulee laitteen luokse, kun tuokio alkaa, kertoo Haukipuro.

Ryhmäpuhelu tarjoaa tilaisuuden vuorovaikutukseen toisten osallistujien kanssa. Sama teknologia soveltuu urheilijoiden etävalmennukseen. Esimerkiksi Rovaniemellä kaikki nuoret eivät pääse aina osallistumaan harjoituksiin pitkien etäisyyksien vuoksi.

Rovaniemen liikunnan ja hyvinvoinnin keskittymän kehittämiseen

osallistuva yritys on kehittänyt myös sensoritekniologiaa, jota voidaan käyttää esimerkiksi palvelutarpeen arvioinnissa. Huomaamaton teknologia tuottaa tietoa vuorokauden ympäri, eikä vaikuta ihmisen käyttäytymiseen toisin kuin käynnit asiakkaan luona.

– Menetelmä ei perustu kameroihin, vaan liike- ja ovitunnistimiin ja sähkölaitteen käytön tunnistamiseen. Tapa on yksityisyyttä kunnioittava, mutta toisaalta sen avulla saadaan kuitenkin 24/7 kuva, sanoo Haukipuro.

Kertyvä tieto voi myös auttaa ennakoidaan kaatumisriskin kasvua. Ihannetapauksessa tietoa voidaan huomioida liikuntaohjelman suunnittelussa. Kauempana tulevaisuudessa hämmöittää karttuvan informaation käyttäminen ikäihmisten liikkumisen tutkimiseen. Suvanto Caren paikantavaa turvapuuhelinta tai -kelloa voivat käyttää ikäihmiset, jotka kykenevät liikkumaan kodin ulkopuolella.

– Tämä tukee omaehtoista liikkumista ja mahdollistaa turvallisen liikkumisen. Järjestelmä voi tunnistaa, että henkilö on ollut liian kauan kotoa pois, jolloin se tekee hälytyksen omaisille tai hoitajille ja he voivat paikantaa henkilön.

Myös käyttäjä itse voi tehdä hälytyksen, jos ulkoillessa sattuu vahinko tai hän ei osaa kotiin. Paikkatieto menee silloin omaisille ja hoitajille.

Yhteistyössä Lapin ammattikorkeakoulun opiskelijoiden ja Lapin hyvin-

vointialueen kanssa Suvanto Care on kehittänyt etäkotihoiton viriketoimintamallin. Suvannon mukaan etätoiminnan mahdollisuudet ulottuvat leivontakerhoista hartaushetkiin.

Etäpalveluista saatu palaute on ollut pääosin positiivista. Haukipuron mukaan kielteinen palaute on liittynyt siihen, että alkuvaiheessa uutta ja tuntematonta tekniikkaa vastustetaan. Kaikki eivät myöskään halua käyttää teknologiaa ratkaisuja. Lisäksi on muistettava etsiä asiakkaalle sopiva ratkaisu. Korona-aikana videoasointi kasvoi erittäin nopeasti. Kotihoiton etäkäyttö mahdollisti sen, että omaiset pystyivät pitämään yhteyttä samalla laitteella.

– Videoyhteys on lisännyt kommunikointia asiakkaan kanssa. Fyysisiä kotikäyntejä voi olla yksi päivässä, mutta videon avulla voi olla monta henkilökohtaista kontaktia päivän aikana. Vaikka tuntuu ehkä ensikuulemalta hassulta, niin videoyhteys koetaan hyvin henkilökohtaisesti. Jos kotikäynnillä on kiire, niin puhutaan helposti seinille samalla kun katsotaan, onko jääkaappi kunnossa. Videoyhteyden aikana ollaan hyvinkin henkilökohtaisessa kontaktissa osallistujien kesken, eikä keskitytä mihinkään muuhun, sanoo Haukipuro.