

Työterveyslaitos

FirstFit-menetelmän testausohjeiden ja palautekäytäntöjen kehittäminen

FirstFit2-hankkeen webinaari 20.3.2025

YHTEISTYÖSSÄ



Työsuojelurahasto
Arbetarskyddsfonden
The Finnish Work Environment Fund



Pelastuslaitosten
kumppanuusverkosto



Pohde

Pohjois-Pohjanmaan
hyvinvointialue

varha

Varsinais-Suomen hyvinvointialue

Ohjelma

10.00 Avaus

10.05 **FirstFit-kehitystyö**

Johtava tutkija Anne Punakallio ja erityisasiantuntija Janne Halonen,
Työterveyslaitos

- FirstFit-menetelmä
- FirstFitin käytön tilannekuva
- FirstFit2-tutkimuksen päätulokset ja tuotokset

10.25 **Ensihoitoalan ja oppilaitosten kokemuksia FirstFitin käytöstä**

- Palvelupäällikkö Vesa Jyrkkänen,
Varsinais-Suomen pelastus- ja ensihoitopalvelut, Varha
- Toimintakykykoordinaattori Arttu Tennberg ja ensihoitaja Santeri Lehtinen,
Itä-Uudenmaan pelastuslaitos
- Fysioterapian lehtori, tutkintovastaava Joachim Ring,
Ammattikorkeakoulu Arcada

11.05 **Miten tästä eteenpäin?**

11.15 Tilaisuus päättyy



Työterveyslaitos

FirstFit-kehitystyö

FirstFit2-hankkeen webinaari 20.3.2025

Anne Punakallio johtava tutkija
Janne Halonen, erityisasiantuntija

YHTEISTYÖSSÄ



Työsuojelurahasto
Arbetarskyddsfonden
The Finnish Work Environment Fund



Pelastuslaitosten
kumppanuusverkosto



Pohde

Pohjois-Pohjanmaan
hyvinvointialue

varha

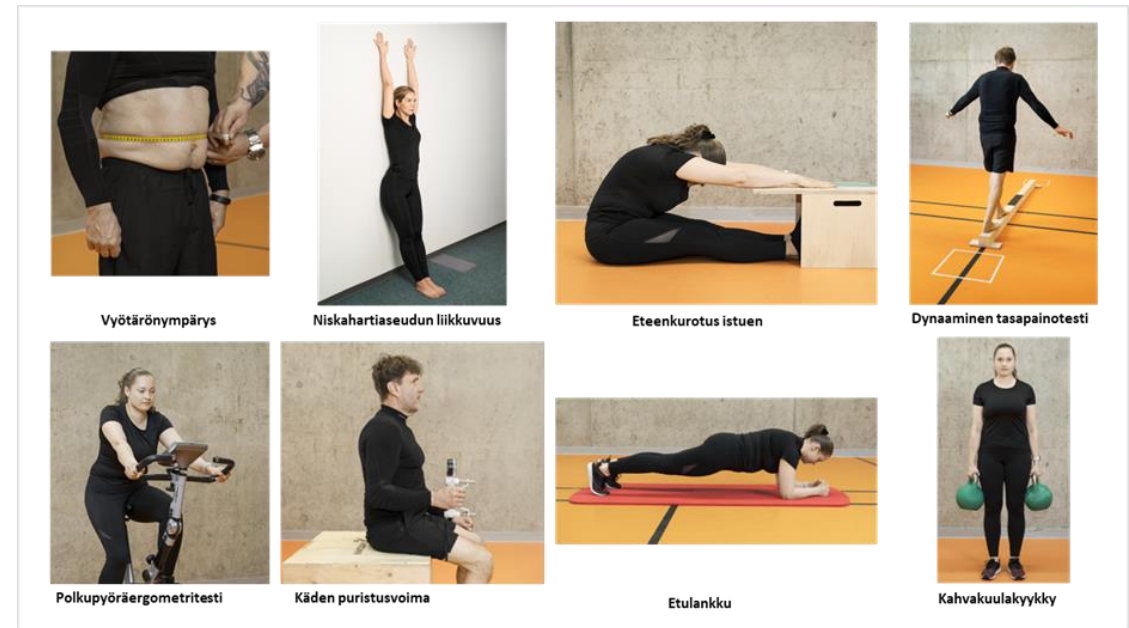
Varsinais-Suomen hyvinvointialue

FirstFit kehitystyön eteneminen

- **Aloite ensihoitoalalta**
- **Yhteinen päätös tukea ensihoitajien fyysisestä työkykyä läpi työuran**
- **FirstFit1-tutkimus 2019–2021**
yhteiskehittämishanke (TSR, pelastuslaitokset, TTL)
 - Ensihoitajille määriteltiin työn fyysisistä kuormitustekijöistä johdettu fyysisentoimintakyvyn arviointi-, palautteenanto- ja seurantamenetelmän perusta.
 - Huomioitiin yhteistyö työpaikan ja työterveyshuollon kesken.
 - Suositukset menetelmän käytöstä → Testistö suositeltiin otettavaksi käyttöön.
 - FirstFit-testausohjeistus on ollut tilattavissa 2022 lähtien.
- **FirstFit2-tutkimus 2023–2025**
yhteiskehittämishanke (TSR, pelastuslaitokset, 2 hva, TTL)
 - Kehitettiin FirstFit-menetelmän testausohjeistusta, testipalautteen ja harjoitteluohjeiden sisältöä, koko toimintamallia ja tuettiin käyttöönottoa.
 - Tarkasteltiin ensihoitajien fyysisen toimintakyvyn testitulosten yhteyksiä koettuun työkykyyn, toimintakykyyn ja terveyteen sekä TULE-oireisiin, tapaturmiin ja sairauspoissaoloihin

FirstFit - Ensihoitajien fyysisen toimintakyvyn arviointi-, seuranta- ja palautteenantomenetelmä

- Lähtökohtana ensihoitotyön fyysiset kuormitustekijät
- Sisältää
 - Fyysisen toimintakyvyn testistö, testausohjeet
 - Koko testausprosessi testaamisen terveydellisten riskitekijöiden arvioinnista testipalautteen ja harjoitusohjelman antoon
 - Suositukset menetelmän käyttöön
 - Toimialakohtaiset viitearvot
 - Harjoitteluohjeet ja harjoitusohjelman muodostus (TULE, LH, HEVE)
 - Harjoittelun ohjelmointi, annostelu ja suoritustekniikka



Menetelmän perimmäisenä tarkoituksena on tukea ja edistää ensihoitajien fyysistä toimintakykyä ja työkykyä sekä lisätä positiivista asenneilmapiiriä fyysisen toimintakyvyn edistämiseksi.

FirstFitin käytön tilannekuva (kysely 2/2025)

Yhteensä 18 ottanut käyttöön tai pilotoinut 2022-2024

Otettu käyttöön 2022–2023 (12)

- 5 pelastuslaitosta***
- 4 työterveyshuoltoa**
- 3 ensihoitoalan oppilaitosta*

Pilotti 2023 (2)

- 2 pelastuslaitosta
- 1 työterveyshuolto

Otettu käyttöön 2024 (2)

- 2 pelastuslaitosta

Pilotti 2024 (2)

- 2 pelastuslaitosta

Käyttöönotto suunnitelmissa 2025- (2)

- 2 työterveyshuoltoa

Lisäksi viidellä suunnitelmissa

- ei aikataulua
(kevään 2024 tilannekuvakyselyn mukaan)

* Todennäköisesti jo useampi

** Otettiin käyttöön, ei jatkettu: Ensihoitajien tth sopimus muuttui, ei sisällä enää testausta terveystarkastuksessa (n=1)

***Testaustoiminta siirtynyt toisen organisaation hallinnoimaksi tai tauolla mm. vakuutusteknisistä tai resurssisyyistä (n=3)

FirstFitin käytön tilannekuva - kehittämistoiveet

- FireFitin kaltainen testiohjelma / linkitys FireFitiin LK testien osalta
- Ensihoitajien palautuminen; FirstFitillä olla tähän vielä lisää annettavaa?
- Ensihoitajien omat viitearvot
- Harjoitteluliikkeiden videointi
- Mahdollisimman selkeä ja ytimekäs harjoitteluohjeistus
- Sekä organisaatioiden sisäisiä toiveita resursseista ja toiminnan jalkauttamisesta ja säännöllisestä toiminnasta

EU-OSHA yhteydenotto:

“We have selected the FirstFit method/initiative as a key example of a good practice”

Overview of research on work related musculoskeletal (MSK) risk factors and musculoskeletal health in the Health and Social Care (HeSCare) sector.



FirstFit2-tutkimuksen päätulokset ja tuotokset

Koetun työkyvyn yhteydet FirstFit-testituloksiin

- **Ensihoitajien koetun työkyvyn, toimintakyvyn ja terveyden, TULE-oireiden ym. kysely**
- 161 vastaajaa; 86 miestä, 75 naista, keski-ikä 37,2 (24–58) vuotta, 11 hyvinvointialueelta
- Parempi koettu työkyky (0–10) ja terveys (1–5) yhteydessä parempiin fyysisen toimintakyvyn FirstFit-testituloksiin sekä pienempään kehon painoindeksiin ja vyötärön ympärykseen
- Erityisesti hapenottokyky, puristusvoima ja tulokset etulankku- ja kahvakuulakyyky-testeissä yhteydessä koettuun työkykyyn työn fyysisten vaatimusten kannalta (1–5).
- Yhteydet selkeimmät kahvakuulakyykyssä.
- Arvio fyysisestä toimintakyvystä (hapenottokyky, lihasvoima ja -kestävyys, liikkuvuus, kehonhallinta) suhteessa työn vaatimuksiin oli voimakkaimmin yhteydessä kyseessä olevan toimintakyvyn osa-alueen testituloksen kanssa.
- Kehonkoostumus ja useat toimintakykymuuttujat parempia kuntoliikuntasuosituksen täyttävillä
- **Havaitut yhteydet tukevat ja vahvistavat FirstFit-testistön pätevyyttä suhteessa ensihoitotyön vaatimuksiin sekä työssä tarvittaviin toimintakykyominaisuuksiin.**

TULE-kipuoireet, rasittavuuden kokemukset, tapaturmat ja sairauspoissaolot korreloivat kahvakuulakyykyn tuloksen kanssa

- Parempi kahvakuulakyykyn tulos yhteydessä vähäisempään rasittuneisuuteen ja TULE-kipuihin kehon eri osissa.
- Liukastumis-, kompastumis- ja kaatumistapaturmia tapahtui suhteellisesti eniten niillä, joilla kahvakuulakyykkytestin tulos alle määritetyn toimintakyvyn perustason.
- Kahvakuulakyykyssä alle perustason tuloksen saavuttaneiden sairauspoissaolojen määrä suurempi verrattuna sekä perus- että suositustason saavuttaneisiin.
- **Tulokset osoittavat testin monipuolisuutta, herkkyyttä ja käyttökelpoisuutta.**
- **Tukevat tapaturmia- ja TULE-oireita ennaltaehkäisevän harjoittelun merkitystä.**
- **FirstFit-menetelmään oli tavoitteena valita ja kehittää testejä, jotka arvioivat työssä tarvittavia toimintakyvyn osa-alueita. Erityisesti kahvakuulakyykkytestin osalta tässä onnistuttu.**



Ohjeistusten kehittämisen työlähtöiset perusteet

- Fyysisesti kuormittava ammatti
 - Keskikuormitukseltaan kevyttä–keskiraskasta työtä. Työssä esiintyy kuitenkin lyhyitä kuormitushuippuja/-piikkejä, jotka voidaan luokitella fyysisesti raskaiksi.
 - Kuormittavimpia työvaiheita ovat nostaminen, kantaminen ja siirtäminen. Työssä myös pitkäkestoisia paikallaan tehtäviä työvaiheita.
- **Testauksessa on tärkeää antaa palaute toimintakyvystä (viitearvot), asettaa tavoitteet (ylläpito tai kehittäminen) ja antaa ohjeistus omatoimisen harjoittelun tukemiseksi.**
- Hyödynsimme tietoa ensihoitotyön kuormitustekijöistä määrittäessämme fyysisen toimintakyvyn tavoitetasoja työssä selviytymisen tukemiseksi.
- Sovelsimme samoja tavoitteita sekä **viitearvoja laadittaessa** että **harjoitusohjelman muodostamisessa**. Käsittelimme toimintakyvyn tavoitteiden määrittämistä ja vahvistimme ne kehittämisryhmän tapaamisissa.
 - **Perustaso** on toimintakyvyn taso, jolla ensihoitaja selviää työssä, mutta kuormittavissa työvaiheissa saatetaan toimia toimintakyvyn äärirajoilla. Ikäryhmän keskitasoinen kuntoluokka (3) uusissa toimialakohtaisissa viitearvoissa.
 - **Suosituistaso** on toimintakyvyn taso, jolla ensihoitajan toimintakyvyssä on reserviä myös kuormituspiikkien varalle. Ikäryhmän kuntoluokat 4–5.

FirstFit2-tuotokset: Päivitetty testausohje 1/2

- FirstFit-menetelmän ydin, kaikki tarvittava materiaali testaamiseen ja palautteen antamiseen:
 - Menetelmän kuvaus (mm. tarkoitus ja sisältö, ensihoitotyön fyysinen kuormittavuus)
 - Testaamisen yleisohjeita ja testausprosessin kuvaus (mm. toimintatavat, esteet testaukselle)
 - Kaikki tarvittavat lomakkeet (mm. terveydellisten riskien arviointi, testipäivän terveydentilan arviointi)
 - testien suoritusohjeet, testauspöytäkirja ja testipalaute
- Käyttäjäkysely (24.4.–15.5.2023) testausohjeistuksen tilanneelle 19 hyvinvointialueelle sijoittuvaan 33 organisaatioon menetelmän käytöstä:
 - Lähes kaikki FirstFit-menetelmää jo käyttävistä pitivät fyysisen toimintakyvyn testausohjeen eri osa-alueita vähintään kohtuullisen selkeinä, toimivina ja hyödyllisinä.
 - Yli puolet vastanneista arvioi terveydentilaa kartoittavat lomakkeet, suoritusohjeet sekä testauspöytäkirjan erittäin hyödyllisiksi.
 - Kaikki vastanneet kokivat testistön arvioivan ensihoitotehtävissä tarvittavia ominaisuuksia. Vastauksissa esitetyt kehitysehdotukset toteutimme soveltuvien osin tässä hankkeessa.

FirstFit2-tuotokset: Päivitetty testausohje 2/2

- Testausohje on päivitetty, täydennetty, kuvitettu ja videoitu:
**FirstFit – Fyysisen toimintakyvyn testistö:
Testausohjeet, testausprosessi ja lomakkeet (v 2.0)**
- Päivitetty testausohje lähetetään automaattisesti jo sen tilanneille
- **Uusille käyttäjille testausohje lähetetään tilauksesta: www.ttl.fi/firstfit**



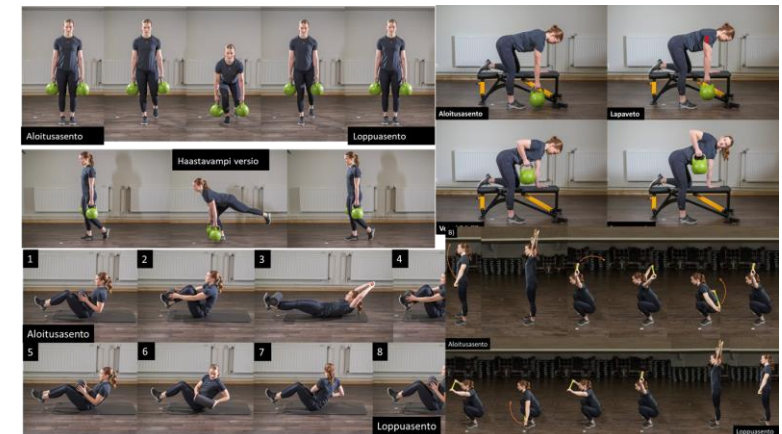
FirstFit2 tuotokset: Ensihoitajien omat viitearvot

- **Toimintakykytestituloksia 11 hyvinvointialueelta ja 11 organisaatiosta.**
- Aineistoa testikohtaisesti 433–529 hlöltä. Miehiä aavistuksen enemmän (ka. 53,8%).
- **Ikäluokat** jaettiin laskennallisesti viiteen osaan, jotka muodostivat kuntoluokkien määrittelyn lähtökohdan. Verrattiin käytössä oleviin viitearvoihin, osa väestötason viitearvoja (sukupuolittain) ja osa eri toimialojen soveltuvia viitearvoja (kaikille yhteiset).
- Tavoitteena ettei viitearvoissa tule liian suurta muutosta voimassa oleviin. Säilytettiin yksittäisten kuntoluokkien "leveydet" mahdollisimman symmetrisinä. Tarvittaessa rajoja muokattiin siten, että aineisto käyttäytyy loogisesti ja fysiologisesti ymmärrettävästi.
- Pyrittiin siihen, että kunkin ikäluokan kuntoluokka 3 on linjassa ensihoitotyöstä nostetun perustason kanssa.
- Aineiston ensihoitajat ovat keskimäärin kohtalaisessa tai hyvässä kunnossa verrattuna väestötasoon tai muiden ammattien soveltuviin viitearvoihin.
- Naiset ovat hapenottokyvyn ja puristusvoiman osalta paremmassa kunnossa verrattuna oman sukupuolensa väestöviitearvoihin.

FirstFit2-tuotokset:

Harjoitteluohjeet ja harjoitusohjelman laatiminen 1/2

- Yksi tapa toteuttaa testipalautteeseen perustuvaa harjoittelua – auttaa erityisesti vähemmän harjoitelleita pääsemään alkuun. Antaa harjoittelun päälinjat eli miten harjoitellaan nykyisillä harjoitteluvalmiuksilla, motivaatiotasolla ja fyysisen toimintakyvyn tasolla suhteessa ammatin toimintakykyvaatimukseen
- LKLH-harjoitusohjelma laaditaan taustatietokyselyn ja testitulosten perusteella. Ne ohjaavat harjoitteluliikkeiden valintaa harjoitusohjelmaan:
 1. Taustatietokysely: Määritellään harjoittelutyyli, **(A–C)**.
 2. Testitulokset
 - Harjoittelun intensiteetti **(1–3)**: puristusvoima-, etulankku- ja kahvakuulakyykkytulokset, kustakin erikseen.
 - Alkulämmittelyn ja loppujäähdyttelyn sisältöä ohjaavat liikkuvuus- ja tasapainotestitulosten (niska-hartiasuudun liikkuvuus, eteenkurotus ja dynaaminen tasapaino) testitulokset.
 - Kestävyyssuunnan harjoitusohjelman laadinnassa käytetään FireFit-ohjelmaa tai erillistä harjoitteluohjeistuksen mukana jaettavaa tiedostoa.



Harjoitteluohjeet on kuvitettu ja osassa tukena lisäksi videot!

FirstFit2-tuotokset:

Harjoitteluohjeet ja harjoitusohjelman laatiminen 2/2

- Harjoitusohjelman mukaan testattavalle annetaan **FirstFit – Harjoittelun ohjelmointi, annostelu ja suoritustekniikka -dokumentti** tukemaan ymmärrystä harjoittelusta ja sen annostelusta.
- Harjoitteluohjeet ja harjoitusohjelman laatiminen sekä Harjoittelun ohjelmointi, annostelu ja suoritustekniikka -dokumentit toimitetaan erillisellä tilauksella, koska kaikki testausohjeen tilanneet eivät ole ottaneet FirstFitä käyttöön.
- **Tilaukset:** www.ttl.fi/firstfit



Ohjelma

10.00 Avaus

10.05 **FirstFit-kehitystyö**

Johtava tutkija Anne Punakallio ja erityisasiantuntija Janne Halonen,
Työterveyslaitos

- FirstFit-menetelmä
- FirstFitin käytön tilannekuva
- FirstFit2-tutkimuksen päätulokset ja tuotokset

10.25 **Ensihoitoalan ja oppilaitosten kokemuksia FirstFitin käytöstä**

- Palvelupäällikkö Vesa Jyrkkänen,
Varsinais-Suomen pelastus- ja ensihoitopalvelut, Varha
- Toimintakykykoordinaattori Arttu Tennberg ja ensihoitaja Santeri Lehtinen,
Itä-Uudenmaan pelastuslaitos
- Fysioterapian lehtori, tutkintovastaava Joachim Ring,
Ammattikorkeakoulu Arcada

11.05 **Miten tästä eteenpäin?**

11.15 Tilaisuus päättyy





varha Varsinais-Suomen
hyvinvointialue
Egentliga Finlands
vålfärdsområde

FirstFit- menetelmän käyttöönotto

-

Tähänastiset kokemukset ja tulevaisuuden hahmottelua

Palvelupäällikkö Vesa Jyrkkänen
Varsinais-Suomen pelastus- ja ensihoitopalvelut
Varha



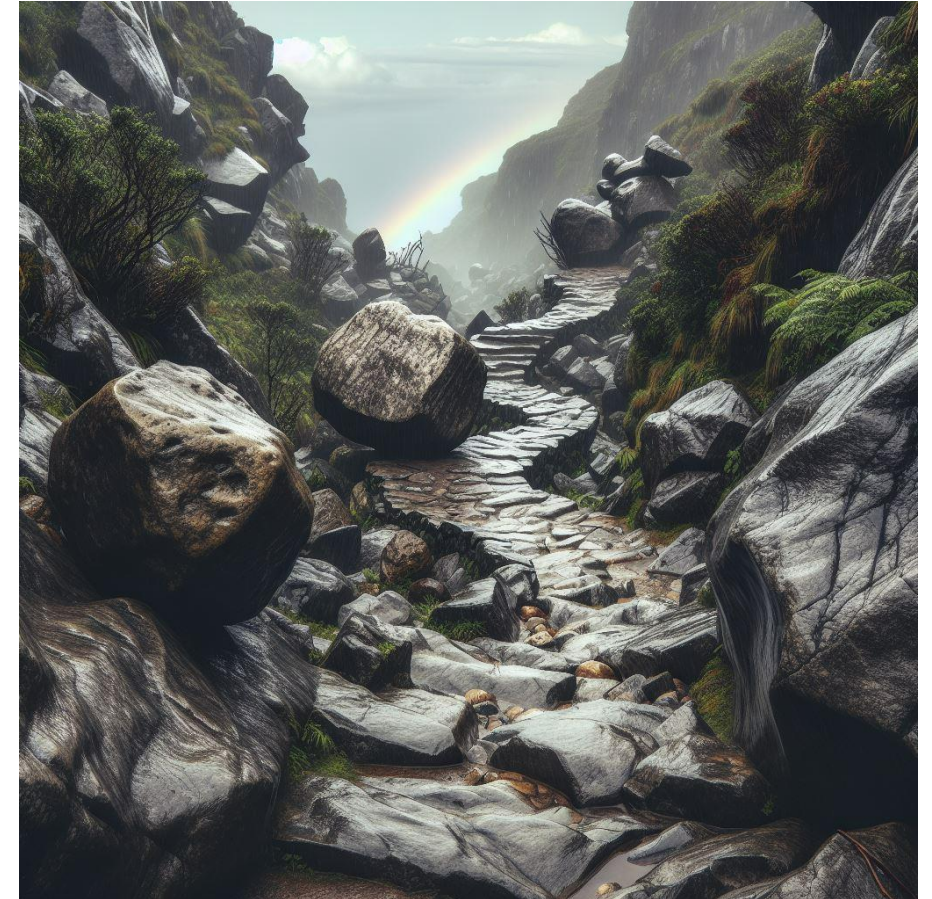
FirstFit tällä hetkellä

- Kumppanuusverkosto on toiminut yhtenä rahoittajana, joten halua on ottaa FirstFit laajemmin käyttöön
 - Hankkeen alkusysäyksenä oli ja on edelleen alan sisältä herännyt huoli fyysisen kuorman vaikutuksesta ensihoitajien jaksamiseen
 - Tällä hetkellä 16 organisaatiota on vähintäänkin pilotoinnit mallia
- Arjen erinäiset haasteet ovat jatkuva riesana
- Eteneminen on ollut haastavaa mutta etenemistä tapahtuu



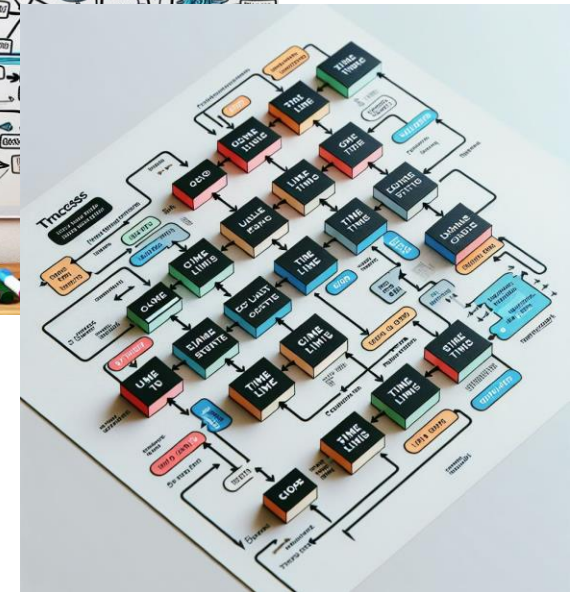
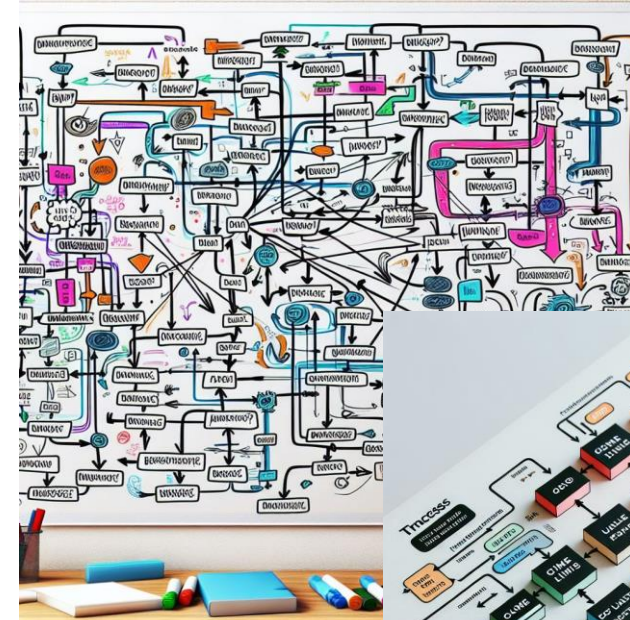
Tähänastisesta polusta Varsinais-Suomessa

- Pelastuslaitoksen kaikki ensihoitajat suorittivat FirstFit:n 2021
 - Osana koulutuspäivää, jossa toisena osiona oli henkinen hyvinvointi
- Palaute pelkästään positiivista
 - Ennakkoluuloja oli
 - Muutamia elämäntaparemontteja
- Toistuvaa kyselyä jatkosta
- Varhan myötä vakuutus poistui ja jouduttiin takaisin saman harmaan kiven ääreen
 - Pientä positiivista virettä havaittavissa



Tulevaisuudesta

- Hyvätkään asiat eivät tapahdu itsestään
- Ensihoitoalan pitää kuvata selkeä tavoite ja toimintasuunnitelma FirstFit:stä ja lähteä edistämään sitä aktiivisesti
- Paikalliset pilotit edistävät asiaa paikallisesti ja vievät toimintamallia eteenpäin, luoden samalla positiivista painetta muille
- Tarvitaan valtakunnallinen positiivinen paine ja tuki



Unelmista – yhden kehittäjän näkökulmasta

- FirstFit kulkee ensihoitajan mukana opiskelun aloituksesta työelämän läpi
 - Tavoitteensa mukaisesti
 - Positiivista ja kannustavaa asennekasvatusta
- Fyysinen toimintakyky nähtäisiin yhtä tärkeänä henkisen toimintakyvyn kanssa
- Tukea yleistä suositusta vahvemmallalla kirjauksella



KIITOS



AMMATTIKORKEAKOULU ARCADA





FirstFit osana ensihoitajien opintoja

Joachim Ring

Fysioterapian lehtori, Tutkintovastaava
Ammattikorkeakoulu Arcada

Tausta

- Perinteet ensihoidon opiskelijoitten testaamisesta osana opintoja vuodesta 2013 →
- Oma patteristo 2013-2022 (- koronavuodet)
 - 2 vuoden opisk. n = 135
 - 4 vuoden opisk. n = 82
 - Samat 2 vs 4 opisk. n = 50
- Testit:
 - 1) **niskahartiaseudun liikkuvuus,**
 - 2) vartalon sivutaivutus,
 - 3) muunneltu etulankku,
 - 4) **eteenkurotus istuen,**
 - 5) punnerrus,
 - 6) dyn. vatsa,
 - 7) stat. selkä,
 - 8) kädet stat. (8kg),
 - 9) kyykky lisäpainoilla, (14 kg + 1/3 omasta painosta)
 - 10) **puristusvoima ja**
 - 11) **sub.maks. pyörätesti**

RESEARCH ARTICLE

PHYSICAL FITNESS OF PARAMEDIC STUDENTS DURING VOCATIONAL TRAINING – A FOLLOW-UP STUDY

Heikki Paakkonen PhD, RN¹, Joachim Ring Master of Health Care, PT¹, Jyrki Kettunen PhD, Title of Docent, PT¹

¹ Arcada University of Applied Sciences, Helsinki, Finland.

*heikki.paakkonen@arcada.fi

Abstract

Background

Paramedics' work includes periods of physically light activity, but also involves short periods of relatively intense physical activity. Even during their studies paramedic students' days involve a lot of sitting, i.e. physically sedentary behaviour. We initiated a programme to motivate paramedic students to be physically active during their studies. In this study we report physical fitness among paramedic students who for one year participated in brief physical activity counselling consisting of both verbal and a written individually tailored exercise program

Methods

A total of 40 paramedic students (26 female, 14 male) had participated voluntarily in a physical activity programme alongside their studies. Subjects' maximal oxygen consumption and muscle strength were measured at baseline and at one-year follow-up. According to the results of the baseline tests all students were given an individual exercise programme, which included aerobic and muscle strength training.

Results

Sixty-five percent (26/40) of the students participated in the follow-up examinations. At baseline male students had higher mean maximal oxygen consumption (VO2Max) and, as expected, greater absolute muscle strength than their female counterparts (all p-values <0.05). During the follow-up females had improved their VO2Max on average by 2.4 ml/kg/min. Furthermore, females on average improved the number of squats by 4.2 [95% Confidence Interval (CI) 0.01 to 8.33] repetitions, and males improved the number of push-ups (mean improvement 4.8, 95% CI 1.93 to 7.57), and left arm grip strength (mean improvement 4.0 kg, 95% CI 1.39 to 6.53).

Conclusions

It seems to be possible to maintain, and even slightly improve paramedic students' physical fitness with a self-directed, guided, home exercise programme. This approach could enhance prospective paramedics' willingness to develop the necessary physical qualities long-term throughout their clinical careers.

Keywords: paramedics, physical fitness, physical endurance, employee health, follow-up studies

OPEN ACCESS ARTICLE

Recommended Citation: Paakkonen H, Ring J and Kettunen J. Physical fitness of paramedic students during vocational training - a follow-up study. Irish Journal of Paramedicine. 2018. 3(1).

Received: 05 April 2017

Accepted: 31 January 2018

Published: 20 February 2018

Copyright: © 2018, the authors. This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-Share Alike 4.0 International licence which permits use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work and any attributes thereof are properly cited, are distributed under the same licence, and that the work is not used for commercial purposes.



Funding: No funding declared.

Competing interests: The authors have declared that no competing interests exist.

Provenance and review: Not commissioned, peer-reviewed.

FirstFit Arcadassa



- FirstFit ensimmäisen kerran käytössä toisen vuoden ensihoidon opiskelijoilla 2023
- Testaajina toimii toisen vuoden fysioterapiaopiskelijat, osana heidän yhtä opintojaksoa
- Toisen vuoden ensihoidon opiskelijoilla on osana ”Perustason opintojaksoa” mahdollisuus osallistua testeihin.
 - Opettajien kanssa varattu aikaa opiskelijoitten lukujärjestykseen testien toteuttamiseksi
- Kolmannen ja neljännen lukuvuoden ensihoitajia kutsutaan myös seurantatesteihin

FirstFit tilanne tällä hetkellä:

- Testattuna 45 (?) toisen vuoden opiskelijaa, osalla myös seurantatestejä
- Vastaanotto erittäin positiivinen (molemmissa ryhmissä [eh/ft])
- "Haasteet":
 - Allekirjoittanut joutunut kääntämään ohjeistuksen ruotsiksi jotta opiskelijat pystyvät sen kaikille tekemään
 - Testiaikojen yhteensovittaminen,
 - Tilat + opiskelijaryhmät
 - varsinkin 3 ja 4 vuoden opiskelijoille kun työharjoittelua, opparia ym koulutehtäviä, jolloin vähemmän läsnä koululla
 - Kurssisisidonnaisuus (+ ja -)





arcada.fi

KIITOS!



Miten tästä eteenpäin?

- **Käyttöönoton ja käytön tukemista**
 - Mentorointiverkosto jatkaa toimintaansa (menetelmää käyttäviä)
 - Toimivien käytäntöjen, toimintamallien ja hyvien kokemusten jakaminen alan sisällä
 - Asenneilmapiiri, työkyvyn tukemisen tärkeys
- **Mahdollinen tekninen toteutus**
 - Käytettävyyden parantaminen, aineiston keräämisen helpottuminen
- **Oppilaitosyhteistyö**
 - Toimintakyvyn tukeminen läpi työuran
- **Myöhemmin menetelmän vaikuttavuuden arviointia ja testistön ennustearvon määrittäminen**
 - Vaatii aineiston kokoamista pidemmältä ajalta
- **STM-suositus?**



KIITOS

Lue lisää ja tilaa materiaalit:
www.ttl.fi/firstfit



ttl.fi



@tyoterveys
@fioh



tyoterveyslaitos



tyoterveys



Tyoterveyslaitos

