

Espoon OMT-fysioterapian laajentuneet palvelut

– Uudet fysioterapeutit ja tuoret lisäopinnot parantavat palvelujamme. Fysioterapeutti, valmentaja ja liikunnaohjaaja Päivi Alafranti suoritti keväällä 3,5 vuotta kestäneen OMT-tutkinnon. Tänä syksynä taloon tulleella OMT-fysioterapeutilla Hannu Johanssonilla on kokemusta mm. kaula-, rinta- ja lannerangan, raajanivelten, lantion ja leukanivelten toimintahäiriöiden fysioterapiasta. Toisella tänä syksynä aloittaneella fysioterapeutilla, Suvi Malsteella, on kokemusta mm. vaativasta asiakaspalvelusta ja terveysliikuntaryhmien ohjauksesta. Itse toin tuliaisina kesän alussa Kanadassa pidetyistä fysioterapeuttien maailmankongressista valtavan määrän uusia fysioterapiatutkimuksia ja Vancouverin fysioterapiayhdistyksen tutkimuskäynniltä kehittämisideoita. Asiakkaita motivoi ja yhteistyötahoja vakuuttaa se, että fysioterapian vaikuttavuudesta on yhä enemmän tieteellistä näyttöä. Arvioimme kunkin asiakkaan kohdalla, kuinka hyvin voisimme käytännössä soveltaa uusia hoitosuosituksia, sanoo OMT-fysioterapeutti, terveystieteiden maisteri, tuki- ja liikuntaelinten fysioterapian erikoisassistentti ja toimitusjohtaja Sirpa Talvitie.

Yritys on perustettu vuonna 1983 alun perin Karakallion fysioterapian nimellä. Vuodesta 1997 lähtien yrityksen nimi on ollut Espoon OMT fysioterapia. OMT eli ortopedinen manuaalinen terapia on tuki- ja liikuntaelinten fysioterapiaa. Manuaalisessa terapiassa on pääpaino asiakkaan hermo-, lihas- ja niveltoimintojen tutkimisessa, niiden vaurioiden tai toimintahäiriöiden korjaamisessa sekä ehkäisyssä.

Espoon OMT fysioterapian toiminta-ajatuksena on edistää tuki- ja liikuntaelinten terveyttä ja hyvinvointia fysioterapian, ortopedisen manuaalisen terapian, ergonomian, terveysliikunnan, akupunktion ja lymfaterapian keinoin. Tavoitteenamme on, että asiakkaamme saavat parhaan mahdollisen hoidon ja hoitotuloksen.

Meiltä löytyy osaamista mm. kaula-, rinta- ja lannerangan sekä lantiorenkaan toimintahäiriöiden korjaamiseen. Esim. rangan taivutteluvaikeudet, päänsärky, huimaus, kasvojen puuttuminen, silmä- ja korvakivut, tinnitus, turvotukset, välilyperäiset ongelmat ja hermojen ärsytyksilä. Raajanivelten ongelmista fysioterapialla voidaan hoitaa esim. urheiluvammoja, tenniskyynärpäävaurioita, puuttumisia ja turvotuksia sekä leikkausten jälkitiloja. Myös leukanivelten ongelmat hoituvat fysioterapialla esim. purentahäiriöt ja leukanivelten välilyvyongelmat.

Vahvuutemme on henkilökuntamme korkeatasoinen ammattitaito ja halu tehdä mahdollisimman hyvää työtä asiakkaan tarpeiden ja odotusten täyttämiseksi. Olemme tässä onnistuneet, sillä asiakaspalautteiden mukaan hoitotulokset ovat kiitettävät, asiantuntemuksemme on erinomainen ja ilmapiiirimme on lämmin ja viihtyisä.

Terveyttä kannattaa vaalia ja hoitaa ennakkoon

Kun fysioterapiaan tulee lääkärin hoitomääräyksellä, korvaa Kela osan fysioterapian kustannuksista. Usein vaiva on saatanut kestää kauan ennen kuin asiakas päätyy lopulta fysioterapeutin vastaanotolle. Kun esim. tuki- ja liikuntaelinten



Kuvassa vasemmalta istumassa OMT-fysioterapeutti, terveystieteiden maisteri, tuki- ja liikuntaelinten fysioterapian erikoisassistentti ja toimitusjohtaja Sirpa Talvitie, fysioterapeutti, terveysliikuntaryhmien ohjaaja Suvi Malste ja yläarvioissa vasemmalta OMT-fysioterapeutti Hannu Johansson ja OMT-fysioterapeutti, valmentaja ja liikunnaohjaaja Päivi Alafranti Espoon OMT-fysioterapiasta.

kipu haittaa yöunta tai jokapäiväisiä toimintoja, voi ensi-avun saada nopeasti meiltä. Voimme kirjoittaa selvityksen asiakkaan liikumis- ja toimintakyvyn tasosta, luonteesta ja ongelmasta ja arvioida fysioterapian tarpeen ja mahdollisuudet myöhempiä lääkärissä käyntiä varten. Usein sopiva lääkytys edistää myös fysioterapiassa aikaansaatuja tuloksia. Yhteistyö hoitavan lääkärin ja fysioterapeutin kanssa hyödyttää aina asiakasta.

Terveydestään ja kehostaan voi huolehtia helposti, hauskasti ja tehokkaasti osallistumalla fysiohoito- ja fysiohoitopäiväihin.

Eriksen työikäisille ja ikääntyneille kohdistetut kunnostukset motivoivat harrastamaan aktiivisesti liikuntaa. Aivan samalla tavoin kuin huollamme autojamme, voimme käydä ammattitaitoisien fysioterapeutin vastaanotolla määrääkäishuollossa, kun esimerkiksi tunnemme toistuvaa pientä tuki- ja liikuntaelinten vaivaa.

Yksilöllisen fysioterapian lisäksi kohderyhmille tarjotaan räätälöityjä terveysliikuntaryhmiä, kuntotestipaketteja ja asiantuntijaluentoja. Ajoissa annettu asiantunteva fysioterapia voi vaurioiden ilmaantumista estää sairausloman ja se tulee paljon halvemmaksi kuin sairausloma. Fysioterapia nopeuttaa paranemista ja lyhentää sairausloman pituutta.

Espoon OMT fysioterapia Oy
Tornihaukantie 6, 02620 Espoo
Puh. 595 699, 509 2620, www.omtfysioterapia.com
espoon@omtfysioterapia.com

Tina's Kauneushoitola palvelee Viherlaaksossa

SKY-CIDESCO-kosmetologi Tiina Bäckman on avannut Tina's kauneushoitolan täysin uudistetuihin tiloihin Viherlaakson ostoskeskukseen. Kauneushoitola tarjoaa kokonaisvaltaista kauneudenhoitoa keholle ja mielelle.

– Iho on kauneuden, terveyden ja vitaliteetin peili. Lähestyvä kylmä vuodenaika ja pimeä kaamos rasittavat erikoisesti arkaa ja kuivaa ihoa. Talvisäiden lähestyessä ihon hoidossa on tärkeää vahvistaa ja elvyttää ihon toimintoja, sopeutumaan paremmin kuiviin pakkassäihin kauneushoitola käynnin avulla ja samalla asiakas voi hankkia sopivat kauneudenhoitotuotteet, joilla hän voi jatkaa hoitoa kotona.

– Syksyyn ja talveen kuuluvat tietysti erilaiset ravitsemus, rauhoittavat ja rentouttavat **hemmotteluhoidot**: ihoa ravitsevat ja kiinteyttävät vitamiineja ja mineraaleja sisältävät **erikoiskasvohoitot**, kokonaisvaltaista rentoutusta ja ihanaa lämpöä tarjoavat hieronnat yhdistettyinä tehokkaisiin fresh up naamioihin sekä rauhoittavat ja ihoa hellivät herkän ihon hoidot, jotka palauttavat ihon tasapainon ja raikkautta.

– **Pikkujouluaikaan** tietysti juhlaimeikit käsiä ja jalkoja unohtamatta. Käsihoitoihin kuuluvat myös hoitolastani saatavat erilaiset rakennekynsi vaihtoehdot sekä omaa kynttä vahvistavat geelaukset, sanoo kosmetologi Tiina Bäckman, jonka kauneudenhoitoalan yritys on perustettu 1994 ja joka tarjoaa palveluja nyt uusissa tiloissa Viherlaaksossa.

– Erityisen tärkeää on kuunnella asiakkaan toivomuksia ja omaa ammattitaitoaan käyttäen pyrin löytämään juuri hänelle sopivan oiteen hoitomenetelmän. Vahvuutenani pidän myös eri hierontamenetel-



SKY-CIDESCO kosmetologi Tiina Bäckman Tina's Kauneushoitola Viherlaakson ostoskeskuksesta.

mien osaamista kuten esim. aromaterapiaa, lymfahierontaa ja akupainantaa.

– Olen myös vahvasti erikoistunut vartalohoitoihin. Edessä on Espoon Omniassa alkava vuoden verran kestävä työn ohessa tapahtuva Hyvänolon Wellness-koulutus jossa tulen oppimaan paljon uusia spa tyyppisiä kasvo- ja vartalohoitoja. Eli jatkuvaa koulutusta ja tietojen päivitystä pidän siis erittäin tärkeänä tässä kosmetologin ammatissa, jossa koko ajan tapahtuu paljon!

– Palvelen ja Tina's kauneushoitola palvelee asiakkaita monipuolisesti kasvo-, käsi- ja jalka- ja vartaloahoitoilla sekä vartalooske-

on runsas valikoima Decleorin kauneudenhoito-, Aromassage rentouttavia hierontahoito- ja Aroma expert erikoiskasvohoitotuotteita. Meiltä asiakas löytää myös tuoksuttomia tuotteita allergikoille ja herkkäihoisille, sanoo Tiina Bäckman ja toivottaa kaikki asiakkaat sydämellisesti tervetulleiksi uusiin tyylikkisiin Tina's Kauneushoitola tiloihin.

Tina's Kauneushoitola palvelee Viherlaakson ostoskeskuksessa, alatasossa, arkinis 10-18 ja ilta- ja lauantaiajat sopimuksen mukaan. Ajanvaraus numerosta 586 3774 tai 0500-892 844.

www.tinaskauneushoitola.fi

Eva Kivilaako-Wellmann



KAMPAAMO-PARTURI STAND

Matinraitti 14, Matinkylä
02230 Espoo, puh. 524 652, www.stand.fi
Monipuolisia palveluja alan ammattilaisilta!

Parturi-Kampaaja Shamci Assadi 041 448 4045	Hiusmuotoilija Taina Peippo 045 122 4455	Kasvojenkohotusterapeutti Eeva Kuitunen 040 412 3903	Jalkojenhoitaja Carita Storm-Stählberg 040 513 6319
--	---	---	--



Verhoiluliike M. Linerva

huonekaluverhoilua antiikkista nykyaikaan toimistokalusteet matkailuautojen ja -vaunujen sekä veneiden patjat ja tyynyt sisustusompelua laaja kangasvalikoima

Iltaruskontie 3 d 27, 02120 Espoo, p. 040 716 0458
minna@verhoiluliikelinerva.com
www.verhoiluliikelinerva.com

LUE LEHTI MYÖS VERKOSTA
www.tapiolan.com

TIMANTTIKORUJEN JA LAATUKELLOJEN ERIKOISLIIKE

Lahjaksi hänelle
koko karaatin tai vähintään puolen karaatin
TIMANTTISORMUS KOHINOOR

Laatua arvostaville – Timanttikorut aina markkinahintaan

Timanttisormus 18K kultaa 5x0.20 ct W/V S KOKO KARAATTI!

Timanttisormus 18K kultaa 5x0.10 ct W/V

Sarja saatavana myös 18K valkkokultaisena

Timanttikorut 18K kultaa 2x0.08 ct W/V

Timanttiriipus 18K kultaa 0,09 ct W/V

Vain Timantisilta!

KULTAKESKUS OY

KULTATAPIOLA
TAPIOLAN LIIKEKESKUS Länsituulentie 6, puh. 09-467170

TIMANTTITSET KULTAMALMI
Kauppakeskus Jumbo p. 09-7269 7750
Kauppakeskus Malmi Nova p. 09-385 5006
Kauppakeskus Malmintori p. 09-385 2501

Avaamme Tapiolaan Heikintorille Suolahuone hoitolan 26.11.



Apua moneen vaivaan myös Kelan tutkimuksessakin todettu hyödylliset vaikutukset

Huom! Hoitolan yhteyteen tarjotaan vuokralla 1 huone terveydenhuollon ammattilaiselle tai ym. käyttöön.

Tervetuloa!

Otamme vastaan aikavarauksia: 044-252 5516

Suolahuone hoitola

Heikintori, 3. krs

Kauppamiehentie 1, Tapiola, 02100 Espoo
www.mikkelsuolahuone.com

Vuokralla tarjotaan 3 h, kk, p Tapiolassa



Vuokralla tarjotaan 3 h, p, kk, 65 m² lähellä Tapiolan keskustaa, os. Hakakuja 2 C
Valoisa huoneisto sijaitsee kerrostalon neljännessä kerroksessa, jonka isolta parvekkeelta puistomaisemaan länteen. Kunnostettu, seinät maalattu, tammiparketit keittokomero, wc, suihku, kaakelointi, hissi.
Vuokra: 900 euroa kuukaudessa, ei erillistä vesimaksua.
Kahden kuukauden takuuvuokra. Vapaa 1.11.
Ota yhteys ja sovi näytöstä: puh. 050-301 9987

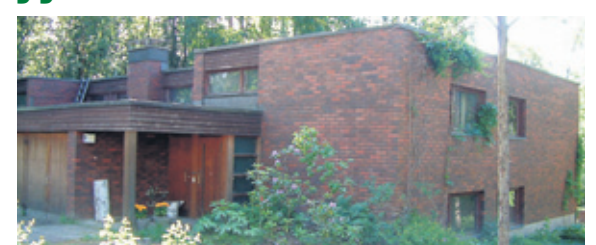
Jos ajattelet kokonaisuutta, ajattele valaisinperhettä!

Valikoimassamme on lukuisia valaisinperheitä, joista löydät koko kodin yhtenäiset valaisimet.

Kuvissa on osa Belidin Frank-perhettä, ruotsalaista laatutyötä. Tietysti kokoonlaitettuina, asennusvalmiina. Palvelu ja neuvot samaan hintaan!

ms-valaistus
Myynti- ja asennuspalvelut
Mäyräkorvenkaari 19 Tuusula
Puh 242 9424 Avoimna 10-18 la 9-14

Myyntissä rivitalo Westendissä



Myyntissä rivitalo kahdessa kerroksessa. Pinta-ala 312,5 m², yht. 8 huonetta, yläkerta, alakerta, sauna-osasto, kaksi erillistä keittiötä, joista toinen tupakeittiö, parveke, kahden auton talli, kaukolämpö lämmitys.
Lisätietoja: puh. 050-301 9987.