



Peurunka

50 vuotta hyvää oloa





Kaisa Juuso, sosiaali- ja terveysministeri

Sosiaali- ja terveysministeri Kaisa Juuson tervehdys
Peurunka 50 vuotta -julkaisuun.

Onnittelut 50-vuotiaalle Peurungalle

Kuntoutus- ja liikuntakeskus Peurungan tarina alkoi 50 vuotta sitten, kun se perustettiin sotaveteraanien kuntoutuslaitokseksi.

Perustajat osoittivat ennakkoluulottomuutta suunnitellessaan ja toteuttaessaan laitoksen. Veteraanien ja sotainvalidien kuntoutuksen ohella se on toimintansa alkuajoista lähtien tuottanut kuntoutus- ja hyvinvointipalveluja myös muulle väestölle. Tunnusomaista on ollut liikunnan ja sen merkityksen korostaminen.

Viidenkymmenen vuoden aikana Peurungasta on kehittynyt monipuolinen kuntoutus- ja hyvinvointimatkailun keskus. Siellä on myös pitkään tehty toimialaan liittyvää tutkimusta yhteistyössä Jyväskylän Yliopiston kanssa.

Onnittelten Peurungan kuntoutus- ja liikuntakeskusta sen merkkipäivänä, ja toivotan keskukselle menestystä ja aktiivisuutta hyvinvointityön parissa myös tulevana vuosina. ■

Sisältö

Sosiaali- ja terveysministerin onnittelut	s. 2
Toimitusjohtajan tervehdys	s. 4
Kuntoutumis- ja liikuntasäätiö Peurunka	s. 6
Kuntoutus Peurungassa	s. 8
Peurungan tarina	s. 10
Työhyvinvointi Peurungassa	s. 12
Tervetuloa kylpylään!	s. 14
Peurungan kesä ja Rantamaailma	s. 15
Peurunka juhla- ja kohtaamispaikkana	s. 16
Peurunka lapsille	s. 17
Hyvinvointia ja luontoelämyksiä	s. 18
Yhteystiedot	s. 20



LAUKAAN
PEURUNKAGOLF

Koe unohtumaton golfelämys kauniilla kentällämme!

Pelaa golfia vain viiden minuutin matkan päässä Peurungan kylpylästä – täydellinen loma täydellisessä paikassa!

Valkolantie 68, 41350 Laukaa | Tutustu ja ihastu

lpg.fi



Timo Kaisla, toimitusjohtaja

50-vuotisjuhlaansa viettävä Peurunka on paikka, jossa sotaveteraanien perinteet ovat edelleen läsnä. Perustajaveteraanien arvot ohjaavat yhä tänäkin päivänä Peurunkaa, jonka toiminnan keskiössä ovat kuntoutus, hyvinvointi ja yhteisöllisyys.

| Peurunka nyt ja tulevaisuudessa

Mitä mahtaisivat joukko sisukkaita sisseejä, Kollaan kestäneitä ja Tali-ihantalan nähneitä ajatella tämän päivän Peurungasta? Ne keväällä 1967 kokoontuneet veteraanit, joilla oli syvä huoli veteraanien ja kansamme terveydestä. Nämä ajatukset tulevat ensimmäisenä mieleen, kun tartun nöyränä toimeen kirjoittaakseni toimitusjohtajan terveiset Peurungan 50-vuotisesitteeseen. Perheessämme maanpuolustus on aina ollut iso asia. Molemmat isoisäni osallistuivat talvi- ja jatkosotaan. Pekka-vaari ensin lentäjänä ja myöhemmin osastopäällikkönä ilmavoimien esikunnassa. Keskustelimme usein veteraaneista.

Perustajaveteraanien arvot ja juuret ovat edelleen vahvasti läsnä Peurungassa. Niistä meitä muistuttaa veteraaniaula. Seuraan suurella ilolla sitä pöhinää, kun kymmenet uudet kuntou-

tettavat saapuvat maanantaisin henkilökuntamme palveltavaksi. Palautteet kuntoutuksesta ovat poikkeuksellisen hyviä. Yli miljoona toteutettua kuntoutusvuorokautta luo toimintaamme varmuutta. Se ammattitaito ja lämpö, miten kuntoutuksen asiantuntijamme ja muu henkilökunta kohtelee enää kourallista määrää veteraaneja ja muita kuntoutettavia, on minulle suuri ylpeyden aihe.

Peurunka on tänä päivänä paljon muutakin kuin kuntoutusta, ja hyvinvointi on kiinteä osa Peurungan DNA:ta. Lähellä asuvan laukaalaisen kohtaa usein uudistetulla kuntosalilla. Keski-suomalaisen perheen taas kylpylässä. Perheen isä tulee jututettua saunan lauteilla. Ravinto on luonnollinen osa hyvinvointia. Neljässä erilaista tunnelmaa tarjoavassa ravintolassamme tapaa viikoittain yrityksiä läheltä ja kaukaa. Viikonlop-

pujen iloiset kymmenvuotisjuhlat, tunteikkaat äitienpäivät tai bileiltojen iloiset kaveriporukat piirtävät seiniemme sisään tarinoita ja luovat muistoja, jotka kannustavat palaamaan meille. Lomasesonkeina tapaamme pääasiassa muualta Suomesta tulevia. Silloin Peurunka täyttyy murteista: tuolla on pariskunta Itä-Suomesta vuokraamassa sähkömaastopyöriä, vastaanotossa jututan pääkaupunkiseudulta lähtenyttä perhettä – lapsilla sylissä kylpytakki ja kiire kylpylään. Tätä on Peurunka parhaimmillaan!

Tulevaisuudessa näen Peurungan entistä monipuolisempänä – alueensa ekosysteemiä vahvasti hyödyntävänä – Suomen aktiivisimpana resorttina. Paikkana, jossa on vaivatonta ja hauskaa kohottaa oman ja läheistensä hyvinvointia perinteisin sekä uusien ja innovatiivisin keinoin.

Uskon, että ensimmäisen kerran himmeään torppaan 60-luvun lopulla kokoontuneet Peurungan puuhamiehet olisivat ylpeitä, jos nyt astuisivat Peurunkaan. Tämä juhlavuosi on omistettu erityisesti teille – sekä niille tuhansille työntekijöille, jotka olette palvelleet asiakkaitamme 50 vuoden ajan. Yritämme jatkossakin kulkea ylpeästi eteenpäin ja olla yhtä rohkeita kuin te perustaveteraanit, kun viemme Peurunkaa kohti sen toista 50-vuotiskautta! ■

Katso videomme!



**Ketterä ja
monipuolinen
ohjelmatoimisto**

ADUUR:

aduuri.fi

KESKI-SUOMEN
KAUPPAKAMARI

Keski-Suomen kauppakamari onnittelee

**50-VUOTIASTA
PEURUNKAA**

www.kskauppakamari.fi

**POHJOSAHOON TILAN
VILJAPOSSUA**

TUORETTA LÄHIRUOKAA SUORAAN KASVATAJALTA

Puh. 040 727 9449 Pekka ja 040 832 6184 Anja
info@pohjosahontila.fi • pohjosahontila.fi



Panu Hulkkonen, toiminnanjohtaja

Kuntoutumis- ja liikuntasäätiö Peurunka on kokenut vuosien varrella monia vaiheita kehittyessään nykyiseen muotoonsa. Tänä päivänä toiminnan keskiössä ovat monipuolinen tutkimustoiminta ja näyttöön perustuvat palvelut.

| Peurunka – viisi vuosikymmentä kehityksen kärjessä

Kuntoutumis- ja liikuntasäätiö Peurunka on kokenut vuosien varrella monia vaiheita kehittyessään nykyiseen muotoonsa. Nykyisin säätiö omistaa Peurungan kiinteistöt (27 000 m²) sekä ulkoalueita reilu 60 ha. Säätiö on luonut puitteet myös tytäryhtiölleen Peurunka Oy:lle, joka tuottaa palveluita monipuolisesti niin kuntoutuksen, hyvinvoinnin, liikunnan, viihteen kuin matkailunkin saralla. Tulevina vuosina Säätiö on kehittämässä Peurungan alueen toimintaa.

Tutkimustoiminta ja näyttöön perustuvat palvelut keskiössä

Tieteellinen tutkimus on ollut tärkeässä roolissa Peurungan toimintaa alusta lähtien. Säätiö on myös nostanut yhdeksi keskeiseksi arvokseen näyttöönperustuvuuden, eli tutkimustiedon ja vaikuttavuuden päätöksenteon pohjana. Peurunka on toiminut vuosikymmeniä

tutkimusalueena tarjoten tutkimuksiin tutkittavia asiakkaita, toimintatapoja ja infrastruktuuria sekä tuonut omien tutkijoiden ja asiantuntijoiden osaamista tutkimuksiin. Kuntoutumis- ja liikuntasäätiö Peurungalla on pitkät perinteet terveys-, liikunta- sekä lääketieteellisen tutkimuksen saralla. Etenkin kuntoutustutkimus on vahvasti ollut osana arkea jo vuosikymmenien ajan. Peurunka on lisäksi ollut mukana mm. yrittäjyyden, liiketalouden ja markkinoinnin tutkimuksissa. Vuosien saatossa säätiö on tukenut lukuisia väitöskirja ja post doc -tutkimuksia sekä osallistunut tutkimusten kehittämiseen. Tutkimusten kautta on myös tehty valtakunnallista tutkimusyhteistyötä usean yliopiston, korkeakoulun ja sairaanhoitopiirin kanssa. Tutkimustietoa hyödyntämällä voidaan tulevaisuudessakin tarjota asiakkaille entistä parempia palveluita.





Anu Salpakoski tutkimus- ja kehittämisspäälikkö

Apurahoja tieteelliseen tutkimustoimintaan

Kuntoutumis- ja liikuntasäätiö Peurun-
gan omarahoitteisten sekä ulkoisen
rahoituksen tutkimusten lisäksi säätiö
jakaa vuosittain tieteellisiin tutkimuksiin
apurahoja. Valtakunnallinen tutkimus-
apuraha on tarkoitettu väitöskirja tai
post doc -tutkijoille sekä tutkimusryh-
mille ja opinnäytetyöapuraha ylemmän
korkeakoulututkimuksen opinnäytetöihin.
Kuntoutumis- ja liikuntasäätiö Peurunka

jakaa myös yhdessä Jyväskylän yliopis-
ton kanssa tutkimusmäärärahaa Jyväskylän
yliopiston tutkijoille. Tuettavien
tutkimusten toivotaan tukevan Peu-
rungan palvelutuotantoa sekä lisäävän
henkilöstön tietoa ja osaamista.

Tutkimusyhteistyö

Tulevaisuudessa Peurunگان tutkimus-
yhteistyö laajenee entisestään. Jos tut-
kimusyhteistyö kiinnostaa, ota yhteyttä
tutkimustoiminta@peurunka.fi ■

Testamentti säätiölle

Kuntoutumis- ja liikuntasäätiö
Peurunka voi ottaa vastaan sää-
tiön hyväksi tehdyn testamentin.
Varat säätiö käyttää sääntöjensä
mukaisesti kansalaisten kunnon,
terveyden säilyttämiseen ja van-
husten huollon edistämiseen.
Lahjoituksen voi myös kohden-
taa johonkin muuhun lahjoit-
tajan kannalta tärkeään säätiön
toimintaan.

Kuntoutumis- ja liikuntasäätiö
Peurunka on yleishyödyllinen
säätiö ja sen hallinto koostuu
pääosin keskusomalaisista
henkilöistä.

Lisätietoja säätiön toiminnan-
johtajalta.
Panu Hulkkonen
Panu.Hulkkonen@peurunka.fi
puh. 040 745 2526



Toimisto avoinna:
ma – pe klo 8–15
p. 0400 547 384

Sähköposti:
toimisto@lppoy.fi
www.ippoy.fi

Visit
Laukaa.fi

Oppaasi iloiseen vapaa-aikaan



RAUTANET

**RAMIN
VI JA RAUTA Oy**

Aatulantie 36, 44200 Suolahti
puh. 014 548 0200 • raminviijarauta.fi

www.raminrauta.fi

Hyvää palvelua Suolahden
teollisuuskylässä
yli 30 vuoden ajalta.



Jarna Ahonen, kuntoutuspalveluiden johtaja

Kuntoutus heijastelee ajan ilmiöitä, kehittyy ja vastaa vallitseviin haasteisiin. On myös jotain, joka säilyy vuodesta ja vuosikymmenestä toiseen. Se on Peurunka-henki, joka muodostuu ammattitaidosta ja tahdosta tehdä kaikkemme asiakkaidemme hyväksi.

Kuntoutus

Viidenkymmenen vuoden ajan Peurungassa on toteutettu laadukasta ja tuloksellista kuntoutusta suomalaisten hyväksi. Tänä aikana kuntoutus on sisällöltään muuttunut ja elänyt heijastellen kulloinkin vallitsevia yhteiskunnassa ilmiöitä, tavoitteena auttaa asiakkaitamme oman toimintaja työkykynsä ylläpitämisessä ja parantamisessa. On kunnia kertoa Peurungan tarinaa, johon sisältyy onnistumisia, sitoutumista, iloa ja toivetta siitä, että asiakkaamme selviytyvät arjestaan paremmin kuntoutuksesta saatujen neuvojen, oppien ja toivon avulla.

Peurungan menestys kuntoutuksen palveluntuottajana perustuu vahvaan ja osaavaan kuntoutusalan henkilöstöön sekä moniammatilliseen tapaamme toteuttaa kuntoutusta. Tämä sitoutunut ja asiantunteva asenne asiakkaittemme kohtaan saa aikaiseksi Peurunka-

hengen, jonka olemassaoloa ei voi vähätellä. Se saa asiakkaat palaamaan Peurunkaan yhä uudelleen – jopa vuosikymmenten ajan.

Kuntoutus vastaa haasteisiin

Kuntoutus muuttuu ympäröivän maailman mukana. Yhteiskunnan ilmiöt ovat nähtävissä asiakkaittamme kautta jopa etukäteen. Väestömme ikääntyminen, omaishoitajuus, yksinäisyys, psykososiaaliset ongelmat, haasteet työssä jaksamisessa ja työhön sijoittumisessa, työn muutos fyysisen työn tekemisestä tietotyöksi, muiden terveys- ja sosiaalipalveluiden palvelujärjestelmämme onnistumiset tai epäkohdat – nämä kaikki peilautuvat asiakkaittemme kautta osaksi kuntoutusta.

Digitaalisuus on tuonut mukanaan etäkuntoutuksia ja verkkokuntoutuksen mahdollisuudet. Kuvapuhelut ovat osa

kuntoutuksen nykyarkea. Palveluvalikoimassamme olevat yhteiskuntarahoitteiset kuntoutuspalvelut, kuten mielen-terveyskuntoutus, etänä toteutettava tules-kuntoutus, työkykyä ylläpitävä Kiila-kuntoutus, omaishoitajien kuntoutus tai työkyvyn arviointi, ovat esimerkkejä siitä, kuinka yhteiskunnallisiin ilmiöihin on mahdollista vastata kuntoutuksen keinoin.

Tulevaisuuden kuntoutusta

Kuntoutuksen palveluntuottajana Peurunka on ollut ja on tulevaisuudessakin tekemässä tulevaisuuden kuntoutusta. Toimintamme perustuu tutkittuun tietoon sekä käypähoitosuosituksiin ja kehittyy ajassa. Terveystieteiden tutkimuskeskityksessämme työskentelee lähes kuusikymmentä kuntoutuksen ja terveydenhuollon ammattilaista. Kuntoutusasiakkaita kohtaamme vuosittain lähes 4 000. Peurungassa toteutetaan

Kansaneläkelaitoksen, vakuutusyhtiöiden, Valtiokonttorin ja esimerkiksi Invalidiliiton kustantamaa kuntoutusta. Palveluvalikoimaamme kuuluvat kuntoutusjaksoja sisältävien kokonaisuuksien lisäksi avoterapiapalvelut sekä omakustanteiset kuntoutusjaksot esimerkiksi polvileikkauksen jälkeen kuntoutusta kaipaavalle.

Kiitokset!

Kiitämme kaikkia asiakkaitamme, henkilökuntaamme ja yhteistyökumppaneitamme näistä ensimmäisistä 50 vuodesta. Peurunka ei olisi tässä ilman teitä. Jatketaan yhdessä kohti tulevia vuosikymmeniä tarjoamalla laadukkaita kuntoutuspalveluita ja edistämällä hyvinvointia kaikille, jotka astuvat Peurungan oviin sisään. Tulevaisuus on täynnä mahdollisuuksia, ja Peurunka on valmis olemaan kuntoutuksen edelläkävijä seuraavatkin 50 vuotta! ■

Kuntoutuksella on suuri merkitys – sekä henkisesti että fyysisesti

Peurungassa on useita vakioasiakkaita, jotka ovat kymmenten vuosien aikana tulleet tutuiksi sekä henkilökunnalle että toisilleen. 75-vuotias Rainer Vikström oli täällä ensimmäistä kertaa kuntoutuksessa vuoden 1982 helmikuussa, liikenneonnettomuuden vuoksi.
– Oman kunnon ylläpitäminen on erittäin tärkeää, Vikström toteaa.

Näillä kahden viikon jaksoilla se onnistuu hyvin, ja lisäksi saa vinkkejä kotiin viemisiksi.

71-vuotias Esko Jokijärvi joutui työtaturmaan vuonna 1980, ja hänkin on käynyt Peurungassa kuntoutumassa yli neljäkymmentä vuotta.
– Liikunta- ja toimintakyvyn ylläpitämi-

seksi kuntoutusjaksot ovat ehdottoman tärkeitä, hän lisää. Ilman kuntoutusta olisi vaara jäädä sängynpohjalle ja muiden huolehdittavaksi.

Molemmat miehet kehuvat Peurungan asiantuntevaa henkilökuntaa ja ystävällistä palvelua. Vikströmin kuntoutuksen kuluista huolehtii vakuutusyhtiö Tapiola – Jokijärven taas IF. Monipuolinen kuntoutus sisältää muun muassa jumppaa, hierontaa, venytyshoitoja, ravintoneuvoja ja asiantuntijaluentoja.
– Tapaturma vaikutti muun muassa aineenvaihduntaan häiritsevästi, ja täällä saan siihen helpotusta, Jokijärvi kertoo.

Vikström muistelee Peurungan kupoliakoja, jolloin kierrettiin sen alla olevaa rataa tai pelattiin pyörätuoli-koripalloa. Monet asiat ovat vuosien saatossa

muuttuneet, ja esimerkiksi kuntoutusta ohjaavan lainsäädännön kanssa on pysyttävä ajan tasalla.

– Täältä saa ajantasaista tietoa sekä henkilökunnalta että muilta kuntoutujilta, Vikström kertoo.
– Tiedonvaihdon lisäksi kohtaamisilla on suuri sosiaalinen merkitys, toteaa Jokijärvi. Täällä tapaa mukavia ihmisiä.

Molempien miesten mukaan säännölliset kuntoutusjaksot ovat erittäin tärkeitä – sekä henkisesti että fyysisesti.
– Täällä ollaan koko päivä liikkeellä, ja jaksosta saa monella tavalla paljon irti, kertoo Jokijärvi.

– Eihän tänne edes tultais vuosikymmen toisensa perään, ellei tästä olisi hyötyä, toteaa Vikström. Toivottavasti tällaisen kuntoutuksen merkitys ymmärretään jatkossakin.

Rainer Vikström (vas.) ja Esko Jokijärvi ovat ystävystyneet kuntoutusjaksojen aikana.



Markkinoiden monipuolisin IT-ratkaisu
kylpylöille, liikuntakeskuksille
ja kuntosaleille

TAC | The
Assistant
Company
TAC IT Nordic Oy

Peurungan tarina – vaikeuksien kautta voittoon

Tämä on kertomus siitä, miten veteraanien pienestä joukosta muodostui yhteisö, joka vuoden 1968 lopulla perusti Korsuveljesten Kuntosäätiön, ja miten se rakennutti kuntoutumislaitoksen Laukaan Peurunkajärven rannalle.

TEKSTI: ARI T. MANNINEN, FILOSOFIAN TOHTORI,
PEURUNGAN HISTORIAN KIRJOITTAJA

Tänä päivänä tuskin kukaan lähisi perustamaan laitosta, jonka toimintaajatus olisi mullistava, lainsäädäntö ei sitä tunnista, pääomaa ei olisi, valtiolta ei heltäisi avustusta ja yhteiskunnan suunnitelmien kannalta-kin hanke kulkisi vastavirtaan. Onneksi kuitenkin keväällä 1967 kokoontui joukko veteraaneja, jotka eivät aavistaneet millaiseen ”miinakenttään” olivat astumassa. Oli vain haaveita ja ajatuksia, ja niidenkin sisältö muuttui varsin nopeasti. Toimialan tuntemusta heillä ei ollut, mutta onneksi heti alkumetreillä mukaan saatiin myös asialle omistautuneita asiantuntijoita.

Viedessään hanketta eteenpäin säätiö kohtasi haasteita, joihin se pyrki löytämään omintakeisia ja tavoitteiltaan kunnianhimoisia ratkaisuja. Erityisesti epätoivoinen taistelu valmisteilla olevan kansanterveyslain sisältöä ja suuntausta vastaan kuvastaa hyvin säätiössä tuolloin vallalla ollutta asennetta ja mielenmaisemaa. Säätiö pyrki muuttamaan maan terveystalouden kokonaan. Suomi oli tuolloin Euroopan kärkimaa, mutta valitettavasti juuri kielteisessä mielessä – se oli sairastavuus- ja kuolinsyytilastojen kärjessä. Säätiö vaati tilanteeseen radikaalia suunnanmuutosta: työikäisten varttuneemmat ikäluokat pitäisi kuntouttaa, jotta ihmiset pysyisivät työelämässä pidempään. Tässä tavoitteessa Daavid ei voittanut Goljatia, joten säätiö etsi itselleen toisen väylän haaveensa toteuttamiseksi. Jo alusta asti kuntoutus haluttiin ulottaa myös naisiin.

Kesäkuussa 1974 haaveet vihdoinkin toteutuivat, kun Keski-Suomen Kuntoutumislaitos aloitti toimintansa. Seuraa-

vana keväänä nimi muutettiin muotoon Kuntoutumis- ja liikuntakeskus Peurunka, mikä vastasi osuvammin jo alkuvaiheessa asetettua tavoitetta: liikunta oli kytkettävä olennaiseksi osaksi kuntoutumista. Kuntoutujalla oli aktiivinen rooli: jokainen asiakas kohdattiin yksilöllisesti hänen tilanteensa mukaan, mikä piti sisällään kuntotestin, kuntoutumisohjelman ja ravitsemussuosituksia. Asiakkaaseen ei suhtauduttu kuin potilaaseen vaan ihmiseen, jolla oli sosiaalisia tarpeita mielen kuntoutumista unohtamatta. Laajempaan tavoitteeseen oli tarjota ennaltaehkäisevää kuntoutusta, millä vältettäisiin ihmisten joutuminen ennenaikaisesti laitoshoitoon ja säästettäisiin täten myös yhteiskunnan voimavaroja.

Peurungan lumoava luonto, maaseutu- mainen sijainti sekä monimuotoisuutta suosiva toiminta-ajatus loivat erinomaiset edellytykset toiminnan kehittämiseksi ja laajentamiseksi. Jo varhaisessa vaiheessa luotiin pohja matkailun mahdollisuuksien haasteisiin vastaamiseksi, joskin varsinainen painopisteen muutos tapahtui vasta myöhemmin. Nykyisin Peurunka on elämyksiä tarjoava hyvän olon keskus, jossa voi nauttia kylpylän, hotellin, hemmottelun, kuntoutus- ja hyvinvointipalvelujen ja aktiviteettien lisäksi erilaisista tapahtumista sekä useiden ravintoloiden tarjonnasta.

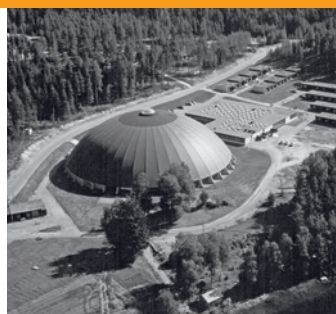
Aloittaessaan toimintansa Peurunka oli toimintatavoiltaan ja tavoitteiltaan edelläkävijä, johon käytiin tutustumassa ulkomailta asti jo ennen toiminnan alkamista. Taloudellisiin voimavaroihin nähden rima oli ehkä asetettu liiankin korkealle, sillä ennen laitoksen käyttöönottoa säätiö ei saanut valtiolta

markkaakaan avustusta. Kun rakentamisen vuoksi otettu velkataakka uhkasi kaataa toiminnan, saatiin Kela säätiöön mukaan kesällä 1976. Seuraavana vuonna perustettiin Kuntopolku Oy, joka vastasi matkailun ja liikuntapalvelujen tarjoamisesta Peurun alueella, mukaan lukien hotelli-, ravintola- ja kioskitointia.

Kela irtaantui Kuntoutumis- ja liikuntasäätiö Peurun toiminnasta, kun säätiön valtuuskunta hyväksyi uudet säännöt toukokuussa 2011.

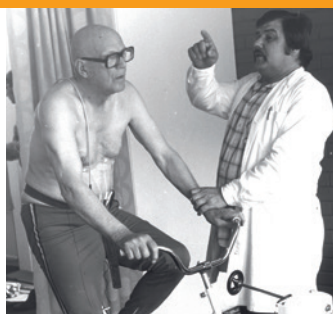
Peurunka uusi kasvojaan vuonna 2011, jolloin sen maamerkinä toiminut liikuntakupoli purettiin, ja tilalle rakennettiin uusi kylpylä- ja tapahtumakeskus. Viimeisin suuri muutos tehtiin vuoden 2017 lopulla, kun säätiö myi kuntoutusliiketoiminnan Kuntopolku Oy:lle, joka muutti nimensä Peurunka Oy:ksi. Säätiö omistaa Peurunka Oy:n osakkeet ja kiinteistöt, mikä mahdollistaa yleishyödyllisen toiminnan harjoittamisen. ■

| Katso videomme!



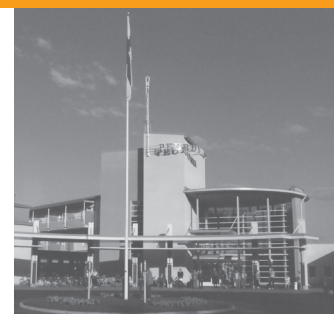
1973

Peurun rakentaminen aloitettiin maaliskuussa 1973 kupolista, joka hallitsi majesteettisesti aluetta. Vuonna 1975 se nimettiin UKK-kupoliksi.



1974

Presidentti Urho Kekkonen toi runsaasti myönteistä julkisuutta Peurungalle, minkä lisäksi hän järjesteli kulisissa asioita myönteiseen suuntaan. Tasavallan presidentti osallistui kesäkuussa 1974 järjestetylle Peurun ensimmäiselle koeluotoiselle kuntoutumiskurssille.



1994

Kiinteistöt uusittiin perusteellisesti 1993–97. Uudistus koski myös sisätiloja, kuten ravintolatilojen sisutusta, kokoustiloja ja kylpylän saunayksiköjä. Majoitus- ja hotellivastaanotto-tilojen laajennus- ja perusrakennustyö valmistui vuoden 1994 aikana.



2011

Uudistettu kylpylä- ja tapahtumakeskus avattiin 2011. Kylpylässä vieraillee vuosittain 100 000 kävijää. Peurunka Areenalla järjestetään vuosittain useita jopa 1 000 hlön tapahtumia.



Sari Liimatainen, kylpylä- ja hyvinvointipalveluiden johtaja

Työntekijät ovat yrityksen suurin voimavara ja heidän hyvinvoinnistaan huolehtiminen on menestyvän yrityksen keskeisin tekijä. Hyvinvointiin sijoittaminen kannattaakin nähdä yrityksissä investointina, sillä henkilöstön hyvinvointiin panostaminen on tutkimusten mukaan todettu tulevan moninkertaisina takaisin, kertoo Sari Liimatainen, Kylpylä- ja hyvinvointipalveluiden johtaja.

Menestyvän yrityksen takana on hyvinvoiva henkilöstö

Työhyvinvointi on laaja kokonaisuus, johon vaikuttavat työn sisältö, työympäristö, työyhteisö, työn johtaminen ja työntekijän oma terveys ja osaaminen.

Työhyvinvoinnilla on paljon positiivisia vaikutuksia – se lisää työn tuottavuutta, työssä viihtymistä ja työkykyä. Työhyvinvointi ei synny itseksensä, vaan sen edistäminen edellyttää työnantajan ja työntekijöiden yhteistyötä ja sitoutumista. Työnantajan vastuulla on luoda edellytykset työhyvinvoinnille, kuten huolehtia työturvallisuudesta, työterveyshuollosta, työolojen kehittämisestä ja työntekijöiden yhdenvertaisesta kohtelusta. Työntekijän vastuulla taas on huolehtia omasta työkyvystään, osaamisestaan ja työssä jaksamisestaan. Lisäksi työyhteisöllä on suuri merkitys; hyvä ilmapiiri, avoin viestintä, yhteinen tavoitteenasettelu ja palautteenanto edistävät työhyvinvointia.

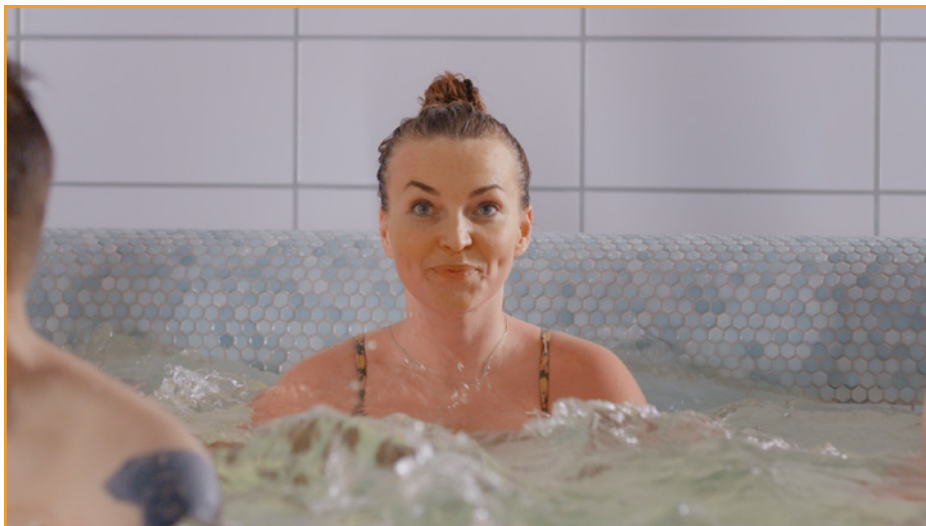
Peurungassa on toteutettu työhyvinvointia tukevia ja edistäviä palveluita jo 90-luvun alusta saakka. Peurungan työhyvinvointipalveluiden avulla työyhteisöön tuodaan kaivattua yhteistä tekemistä, käsitellään hyvinvoinnin teemoja ja kehitetään motivoivaa ilma-piiriä. Kevyimmillään se voi tarkoittaa innostavaa asiantuntijaluentoa kokouspäivän yhteydessä ja laajimmillaan pitkäkestoista hyvinvointivalmennusta koko henkilöstölle. Hyvinvoinnin hyödyt näkyvät etenkin sairauspoissaolojen vähenemisenä, työn tehokkuuden ja asiakastytyväisyyden kasvuna sekä työhön sitoutuneempina työntekijöinä. Työhyvinvoinnin kehittämisen taustalla on hyvä olla tutkimusnäyttöön perus-

tuvia keinoja, ja hyvinvoinnin muutoksia kannattaa tarkastella myös pidemmällä aikavälillä.

Tyhy-päivä tiimiyyttä ja sitouttaa

Yleisin syy työhyvinvointi- eli tyhy-päivän järjestämiselle on työyhteisön tiimiyyttäminen ja työntekijöiden sitoutuneisuuden lisääminen – etenkin 2020-luvun alun pandemiavuosien jälkeen. Työhyvinvointi ja keskinäinen luottamus ovat tärkeitä osia jokaisen organisaation menestymisessä, ja niitä voidaan tukea monella eri tavalla. Tarvittaessa hyvin suunniteltu ja toteutettu tyhy-päivä tarjoaa alkusysäyksen myös työyhteisön haasteiden ratkaisemiselle. Viime vuosina Peurungan suosituimmat

tyhy-päivät ovat muodostuneet yhden päivän mittaisiksi kokonaisuuksiksi, jotka rakentuvat kokouksista ja luennoista. Päivän päätteeksi nautitaan usein yhteisestä aktiviteetista, jonka yritys valitsee. Suosituimpia lajeja ovat yhteistyötaitoja ja tiimihenkeä vahvistavat tiimikarkelot, riistarastit ja maanpuolustusmainen liikunta. Myös jousiammunta, keilaus ja erilaiset keho- ja mieltä rauhoittavat ja rentouttavat kehonhuoltotunnit ovat yleisiä valintoja. Tyhy-päivä tai hyvinvointivalmennus voivat antaa uuteen lajiin tutustumisen myötä sysäyksen myös liikunnan säännölliselle harrastamiselle.



Lue lisää!

peurunka.fi/koe-peurunka/yrityksille/tyohyvinvointi



Hyvinvointia liikunnasta

Liikunnalla on tutkitusti todettu olevan lukuisia suotuisia vaikutuksia niin fyysiseen kuin psyykkiseenkin terveyteen. Liikunta ehkäisee ja hoitaa sairauksia, ylläpitää ja parantaa toimintakykyä, vähentää istumisen haittoja ja lisää

jaksamista ja voimavaroja. Peurungan monipuolisesta aktiviteettitarjonnasta löytyy varmasti kaikille jotain. Luonnossa ja ulkona viihtyvät voivat vuokrata käyttöönsä tai ostaa opastetun eFatbike-, SUP-lauta-, lumikenkä- tai kanoottiretken. Sisäliikunnasta

kiinnostuneille tarjontaa on rauhallisista kehonhuoltotunneista rytmikkäisiin tanssitunteihin, voimaa lisääviin lihas-kuntotunteihin sekä hikisiin spinning-tunteihin. Peurungassa liikuntaa ohjaavat alan ammattilaiset, jotka huomioivat eri tasoiset liikunnan harrastajat.

Omatoimiseen harjoitteluun löytyy juuri uudistettu ja laajennettu kuntosali, pelikentät ja monipuolinen viihdekylpylä, jossa voi vesijumpata Hydrohex-virtuaalivesijumpan tahtiin tai vesijuosta sekä uida jokialtaassa. ■



*Päivin
Puska & Pensas*

KAIKKEA KAUNISTA
Puh. 0400-959008



WWW.PUSKAJAPENSAS.FI



**Tiesitkö, että
Peurungasta
löytyy yksi Pohjois-
maiden pisimmistä
vesiliukumäistä?**

Tervetuloa kylpylään!

Hauskaa yhdessäoloa ja hemmottelua sekä lapsille että aikuisille.

Nykyään kylpyläloma on yksi tärkeimmistä syistä tulla Peurunkaan – olipa kyseessä sitten lapsiperhe, aikuisten porukka, kuntoutusasiakas tai yritysasiakasryhmä. Kylpylässä ei koskaan tarvitse huolehtia siitä, minkälainen sää loma- tai virkistyspäiville osuu.

Allasosastollamme viihtyvät kaikki vauhdinjanoisista lapsista varttuneempiin vieraisiin. Kylpylässä on kolme

vesiliukumäkeä, joista huimin laskeutuu altaaseen 130 metrin matkan 14 metrin korkeudesta. Baby Bungee -altaassa taas pääsevät polskimaan kaikkein pienimmätkin uimarit.

Hemmotteluallas, jokiallas, kylmäallas ja poreallas sopivat aikuisen makuun. Tarjolla ovat puitteet sekä rauhallisen kylpyläelämykseen että kuntouintiin ja vesijuoksuun.

Kylpylämme useat saunat hemmottelevat löylyistä nauttivaa. Meiltä löytyy perinteinen suomalainen sauna, yksi Suomen suurimmista infrapunasaunoista sekä höyrysaunat miehille ja naisille. Vuonna 2024 rakennetaan uusi sauna kaikkien asiakkaiden käyttöön. Hemmotteluhetken kruunaa Peurungan Day Spa Nautiluksen rentouttava hieronta tai elvyttävä hoito!





Peurungan kesä ja rantamaailma

Peurungan kesä tarjoaa täydellisen yhdistelmän aktiivista lomailua ja rentoutumista kauniiden luonnonmaisemien keskellä.

Peurungan kesä on täynnä elämystä. Kauniin Peurunkajärven rannalla sijaitseva Rantamaailmamme tarjoaa ainutlaatuisen yhdistelmän luontoa, hyvinvointia ja monipuolisia aktiviteetteja. Aloita päiväsi virkistävällä uinnilla järven kirkkaissa vesissä tai rentoudu

hiekkarannalla auringonpaisteessa. Kesäterassillamme pääset nauttimaan herkullisista aterioista ja virvokkeista upeiden järvimaisemien äärellä.

Lapsille kesän kohokohta on Peurungan Vesipuisto, jossa yli 900 m² alueella

pääsee uimaan, kiipeilemään, tasapainoilemaan ja ylittämään erilaisia esteitä. Vesipuistossa viihtyvät kaikki seikkailunhaluiset! Tai jos kaipaat rauhallisempaa lomaa, Peurungan tynnyrisaunat ja porealtaat ovat täydellinen valinta.

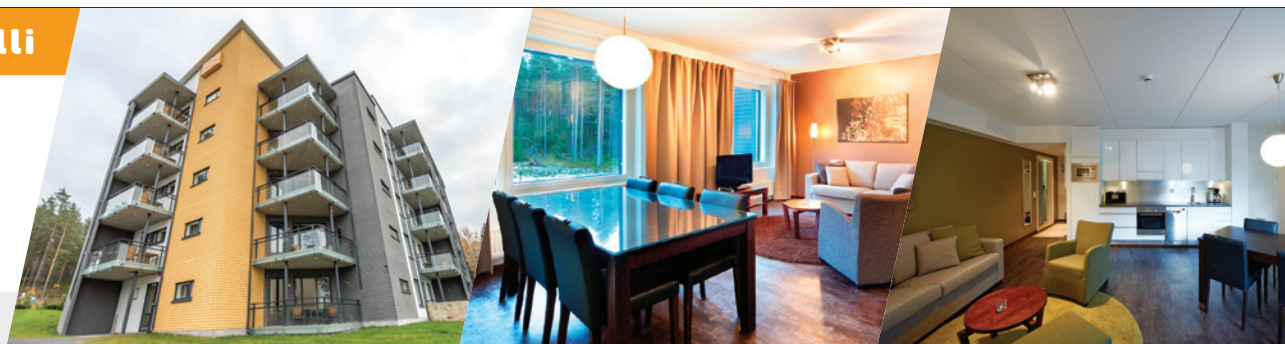
Vesipuisto, kesäterassi, tynnyrisaunat ja upea rantalue – voiko kesältä odottaa enempää?

Muista myös Peurungan Talvimaa. Meillä viihdyt vuoden ympäri!

Peurunka | Peurantähti huoneistohotelli

Tervetuloa Peurantähteen – ylelliseen huoneistohotelliin Kylpylähotellin viehättävässä pihapiirissä! Meiltä löydät upeita huoneistoja kaikenlaisille vieraille, oli sitten kyseessä sinkku, pariskunta tai lapsiperhe. Valittavanasi on 38 - 70 m²:n kokoisia täysin varusteltuja lokaaleja. Aamiaisemme on saanut paljon kiitosta, ja se tarjoaa sinulle herkullisen aloituksen päivällesi. Lisäksi meiltä löytyy oma kuntosali, jotta voit pitää huolta hyvinvoinnistasi. Astu sisään ja nauti täydellisestä rentoutumisesta Peurantähdessä!

Ota yhteyttä: 020 751 601 | peurunka@peurunka.fi | [peurunka.fi](https://www.peurunka.fi)



Mukana arjessa ja juhlassa

Peurunka on täydellinen juhla- ja kohtaamispaikka, jossa vieraat viihtyvät varmasti!

Peurungan monista ravintoloista jokainen saa varmasti sopivaa ja herkullista syötävää. Ruokamme on käyntikorttimme, johon panostamme jatkuvasti.

Tutustu tarjontamme!
peurunka.fi/syo-majoitu/ravintolat.

Peurungassa on kaikki, mitä onnistuneeseen juhlaan tarvitaan: monipuolinen viihdetarjonta, erinomainen ruoka, miellyttävä majoitus mahtavien maisemien keskellä, paljon liikunta- ja aktiviteettimahdollisuuksia, kylpylä- ja Day Spa -palvelut, joustavat ja monipuoliset kokoustilat, hyvä sijainti ja runsaasti parkkitilaa. Meillä onkin vuosien saatossa vietetty lukuisia syntymäpäiviä, pikkujouluja, polttareita, yritystilaisuuksia ja monia muita tapahtumia.

Tanssia ja bileitä K-18!

Muista myös Peurungan järjestämät tanssit ja bileillat, jotka alkavat loka-kuussa ja kestävät huhtikuun lopulle saakka! Huippusuositettuun torstaitanssipakettiin kuuluu lippu tansseihin, majoitus, kylpylän ja kuntosalin käyttö sekä herkullinen aamiainen. Viikonlopun bilepaketit taas sisältävät lipun huippuartistin keikalle. Muista myös hyödyntää etkot ja jatkot! Ulkoile, keilaa, pelaa biljardia, osallistu pub-bisaan ja nauti hemmotteluista!





Leikkiä ja iloa lapsille!

Kylpylän, rantamaailman ja talvimaan lisäksi lapset on huomioitu kaikkialla Peurungassa vuoden ympäri.

Sisällä on lasten leikkitali ja ulkona leikkialue. Ota perheen pienimmät mukaan myös keilaamaan! Keilahallista löytyy ramppi, josta palloon saa vauhtia sekä tarvittaessa laidoja. Myös ravintolatarjonnassamme on huomioitu perheen pienimmät. Buffet-pöydissämme ja menuissamme on herkkuja, joista kaikki lapset tykkäävät. Niin kuin aikuisille, myös lapsille on omia, ihastuttavia ohjelmallisia lomia, kuten Prinsessat ja Sankarit -viikonloppu ja Talvirieha sekä Touhu & Temmellys, joka rakennetaan lomakausille pomppulinnoineen.

- Lasten kylpytakit sisältävät lisävuoteen hintaan
- Sviiteissä on lasten ruokailuvälineet
- 100 lisävuodetta
- 30 matkasänkyä
- 50 syöttötuolia ravintoloissa ja hotellihuoneissa
- 70 pottaa eri tiloissa
- 4 hoitopöytää yleisissä tiloissa
- Lapset ruokailevat juhlapöydässä 1 € / ikävuosi



**RAKENNUSLIIKE
P.HÄMÄLÄINEN**

**RAKENNUSPELTI
TURPEINEN**

www.phamalainen.net



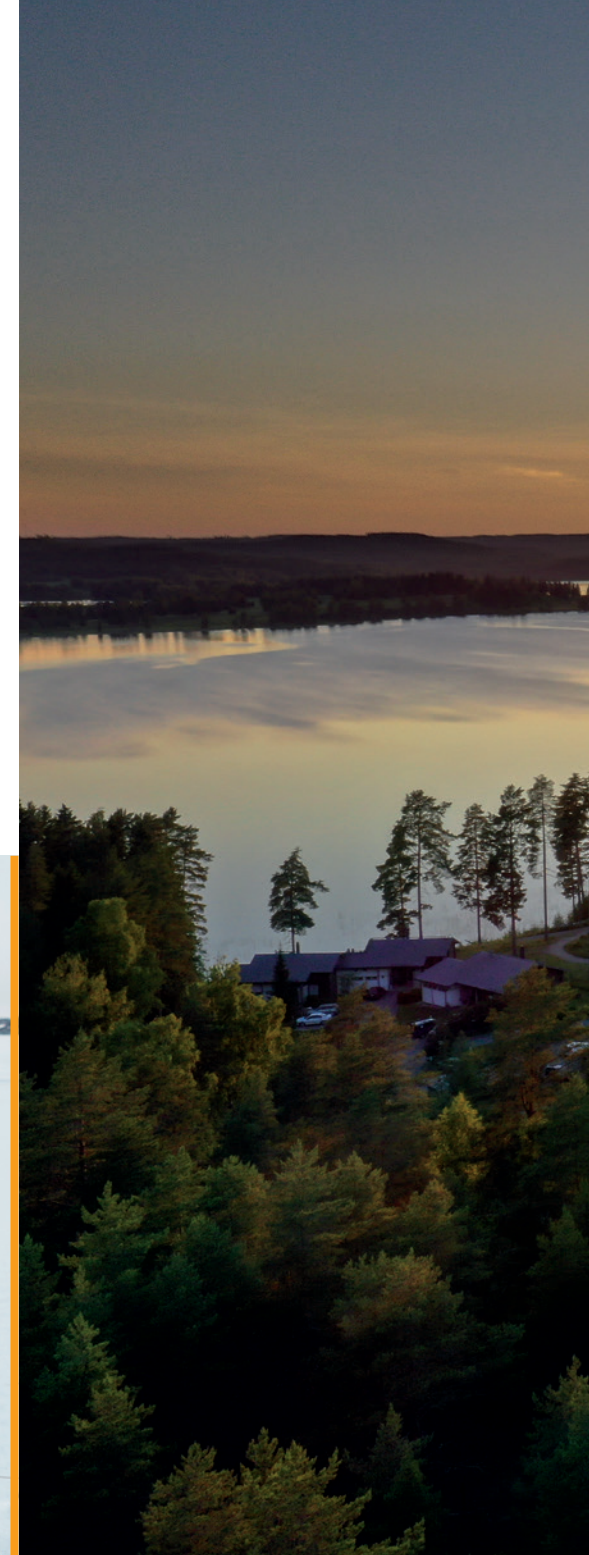
Luonnostaan hyvä olla

Meille on tärkeää, että voit hyvin Peurungassa ja täällä vietetyn lomasi jälkeen.

Tullessasi Peurunkaan voit olla varma, että teet hyvää itsellesi. Ammattitaitoisten työntekijöidemme avulla löydät konkreettiset tavat edistää hyvinvointiasi askel kerrallaan. Saat meiltä esimerkiksi kuntotestauksia ja valmennuspaketteja. Vuosikymmenten kokemuksella autamme niin kuntoutujia, matkailijoita kuin yrityksiä voimaan paremmin.

Täällä myös virkistävä, rentouttava luonto on aina läsnä. Peurunka on todellinen luonnonystävän paratiisi, joka tarjoaa runsaasti mahdollisuuksia nauttia Keski-Suomen kauniista ja monimuotoisesta luonnosta. Peurunka-järven rannat ja harjumaismat houkuttelevat hengittämään syvään ja nauttimaan luonnon rauhasta. Alueen patikointi- ja maastopyöräilyreitit polveilevat upeissa maisemissa ja tarjoavat

elämyksiä jokaiselle luontoseikkailijalle. Peurungasta lähtee kymmenien kilometrien pituinen Metso-reitti ja muita opastettuja patikointi-, pyöräily- ja hiihtoreittejä. Olemme tehneet myös 2,7 km pituisen lenkin, jonka voi kulkea vaikka lastenrattaita työntäen läpi vuoden. Tutustu myös sota-ajan Korsumuseoon, Saraa-kallion kalliomaalauksiin tai Hitonhautaun – jääkauden muovamaan jylhään rotkolaaksoon.



**Lue lisää, tule Peurunkaan
ja löydä oma luontososi!**

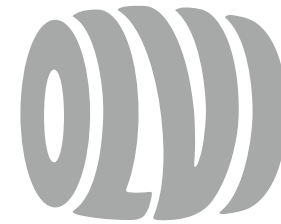
peurunka.fi/koe-peurunka/



KYLPYLÄHOTELLI PEURUNKA

Täyden viidenkymmenen vuoden ajan
olette kunnioittaneet suomalaisia perinteitä
ja luoneet tulevaisuutta.

Kiitos, että voimme olla matkassa mukana.

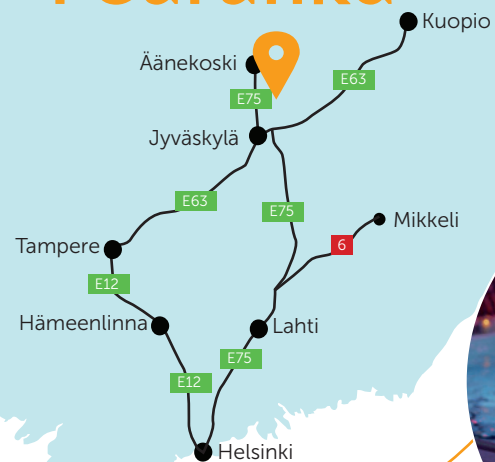


POSITIIVISESTI SUOMALAINEN.





Peurunka



Peurunka

Peurungantie 85
41340 Laukaa

peurunka@peurunka.fi
peurunka.fi

020 751 6300
Puhelumaksu 8,35 snt/puh + 16,69 snt/min



www.peurunka.fi

