

A portrait of Helinä Marjamaa, a woman with short brown hair, wearing black-rimmed glasses and a white long-sleeved top. She is smiling and looking slightly to the right. She is wearing a necklace with several colorful beads (yellow, white, black, and brown). The background shows a window with a white frame and a green plant to the right.

■ Helinä Marjamaa on suomalaisten pikajuoksijoiden kruunaamaton kuningatar, jonka viittaa nuoremmat ovat havigelleet toistaiseksi turhaan. Kun sprintteri aikoi- naan löi piikkarit naulaan, uudet työvälineet löytyivät laboratorion.

## Helinä Marjamaa on **Suomen nopein nainen**



## Päivi Ikonen

Aurinko helottaa täydeltä terältä Lahden stadionille heinäkuuisena päivänä vuonna 1983, kun naisten sadan metrin juoksun osallistujat verryttelevät kentän laidalla ennen starttia.

**Helinä Marjamaan** askel tuntuu poikkeuksellisen keveältä ja vire herkältä. Jostakin pulpahtaa ennakkooaivistus.

”Kohta juostaan ennätys”, hän tokaisee kilpakumppaneilleen.

Kun laukaus kajahtaa, 27-vuotias sprintteri ponnahtaa raketina matkaan. Kaikki sujuu täsmälleen kuin mielikuvaharjoituksissa, joissa hän on kerran toisensa jälkeen käynyt päässänsä läpi etusuoran mittaisen pyrähdysten metri metriltä.

Telineistä ylös, kiihdytys, maksimivauhti, kurotus kohti maaliviivaa.

Stadionin sähköinen kello pysähtyy aikaan 11,13.

Liki 36 vuotta myöhemmin Helinä Marjamaa muistaa tilanteen ”kuin eilisen päivän”.

”Itse asiassa muistan hyvin tarkasti koko sen kesän. Mielikuvaharjoittelulla sain silloin tekniikkavirheet pois ja juoksun loppuvaiheen kuntoon. Rasituksen ja levon suhde oli ideaali. Lahdessa sitten kaikki natsasi.”

Natsaamisen tulos on uusi, loistava Suomen ennätys. Niin häkellyttävän hyvä, että se on pitänyt pintansa tähän päivään asti. Samoihin lukuihin ei ole yltänyt yksikään toinen suomalaisnainen.

**Helinä Marjamaa on suorittanut kemistin koulutuksen lisäksi useita muitakin tutkintoja. ”Kemia antoi vankan pohjan, jolta ponnistaa eteenpäin”, nykyinen hallintojohtaja hymyilee.**

”Mutta toivon ja uskon kyllä, että joku sen minun ennätökseni vielä rikoo”, Marjamaa naurahtaa.

Se joku voisi olla vaikkapa **Hanna-Maari Latvala**, jonka valmentamiseen Marjamaa on itsekin aiemmin osallistunut.

”Hän on kehittynyt hienosti. Muitakin lupaavia pikajuoksijoita meillä on. Mutta terävimmälle huipulle pääsemisen vaatii paljon työtä.”

## ”Laihorinne Oy Ab voitti”

Pelkällä luontaisella lahjakkuudella ei ole pärjännyt myöskään Helinä Marjamaa, omaa sukua **Laihorinne**, joka on tottunut tekemään työtä saavutustensa eteen pienestä pitäen.

Evijärveläisessä maatalossa riitti askareita jokaiselle käsiparille. Isällä oli päävastuu pelloista ja metsistä, äidillä karjasta, mutta kortensa kantoi kekoon myös lapsikatras, johon Helinä syntyi kuudenneksi vuonna 1956. Myöhemmin maailmaan tuli vielä pikkuveli.

”Tosi urheilullisen perheen” vapaa-aika kului liikunnan ja keskinäisen kisailun merkeissä. Kilpailemiseen neljää tyttöä ja kolmea poikaa vetivät verenperintö ja vanhempien esimerkki.

”Äiti oli nuorena SM-tason hiihtäjä, joka valittiin myös olympiavalmennettavaksi. Aktiiviura kuitenkin jäi häneltä siinä vaiheessa, kun lapsia alkoi tulla.”

Isän leipälaji oli kiekonheitto, jossa tämä eteni Kalevan kisojen mitalistiksi asti.

Urheilijaparin jälkikasvu hyppi pihamaalalla pituutta, pelasi palloa ja testaili taitojaan monissa muissakin lajeissa.

Yksi pojista nousi sittemmin pituushypyssä Suomen mestariksi. Tytöistä kaksi otti mallia isältä ja napsi mita-

leita SM-kiekonheitossa.

Ennen kaikkea tytöt huomasivat kuitenkin olevansa kavereitaan nopsajal-kaisempia juoksijoita. Koko nelikko ryhtyi treenaamaan sprinttimatkoja keskenään vanhimman sisaren ohjauksessa nuorempiaan.

Seuraus oli, että paikallisen urheiluseuran naisten pikaviestijoukkue koostui pian pelkästään Laihorinteistä. Parhaassa vedossaan nämä peittoivat yksinään koko muun Suomen.

Muistot hymyilyttävät Helinä Marjamaata.

”Yksikin lehti otsikoi kerran, että **Laihorinne Oy Ab voitti.**”

Myös koulunkäyntinsä perheyhtiön osakkaat hoitivat tunnollisesti.

”Ensin oman kylän kansakoulussa, jossa minäkin aloitin opintieni. Neljännen luokan jälkeen siirryttiin sitten keskikouluun kahdeksan kilometrin päähän kirkonkylälle.”

Ylioppilaaksi Marjamaa kirjoitti kotipitäjän lukiosta. Sieltä hän jatkoi isompien sisarustensa jalanjäljissä Jyväskylään opiskelemaan luonnontieteitä. Yliopistossa perässäkulkija päätti kuitenkin erottautua muista ”edes vähän”.

”Kun siskot ja veljet lukivat matikkaa tai hammaslääketiedettä, minä otin pääaineekseni kemian. Olin kyllä tykännyt kemiasta jo koulussa, varsinkin käytännön kokeista ja harjoitustöistä.”

## Kokemusta hornankattilasta

Kemian lisäksi Helinä Marjamaa opiskeli sivuaineinaan fysiikkaa ja matematiikkaa. Opintojensa rinnalla hän vei eteenpäin nousujohteista urheiluraansa.

”Minähän en koskaan ollut ammat-

» » »



1970-luvun maottelukatsomoissa riitti tunnelmaa, kun Olympiastadion täyttyi ääriään myöten. Ruotsin kaatoon lähdettiin aina tosimelellä.

Lehtikuva

tiurheilija, varsinkaan jos vertaa nykyajan urheilijoihin. Olin ensisijaisesti opiskelija, vaikka nyt en varsinaista opiskelijaelämää ehtinyt viettäkään.”

Yliopistossa aloittaessaan Marjamaa oli jo pitkään hallinnut tyttöjen kilpasarjoja. Ensimmäisen sadan metrin suomenmestaruutensa hän oli napannut 15-vuotiaana ja edustanut samassa iässä kotimaataan hallimaaottelussa.

Debyyttinsä aikuisten maottelussa pikajuoksija teki vuotta myöhemmin Helsingin olympiastadionilla, jossa vastassa oli rakas vihollinen Ruotsi.

”Olin ottanut pronssia satasella naisten SM-kisoissa ja päässyt mukaan viestijoukkueeseen”, Marjamaa muistelee.

Vuonna 1972 elettiin suomalaisen yleisurheilun kulta-aikoja, ja katsomossa pauhasi 30 000 äänestä, lippujaan liehuttelevaa kannustajaa. Jo kentälle astuminen oli 16-vuotiaalle pohjalaistytölle unohuttamatonta elämystä, mutta dramaattisempaa oli luvassa.

### Jos selviää kompuroinnista miljoonien katsojien edessä, selviää monesta muustakin.

Yleisön mylvintä katkesi kuin veitsellä leikaten, kun nuori viestinviejä kesken kaiken suistui radan pintaan.

”Selkä oli reistaillut jo aiemmin, ja yhtäkkiä se sitten petti.”

Kokemus oli kuitenkin kasvattava. Jos selviää kompuroinnista stadionin hornankattilassa, miljoonien tv-katsojien seurattuna tapahtumaa kotisohviltaan, selviää monesta muustakin.

Myös esimerkiksi tentissä epäonnis-

tuminen asettui mittasuhteisiinsa.

”Pärjäsin kyllä yleensä opinnoissakin hyvin. Kemia on tieteenala, jonka opiskelu muuttuu sitä mielenkiintoisemmaksi, mitä pidemmälle mennään. Ainakin itse innostuin koko ajan enemmän, ja se näkyi suoriutumisessa.”

Yhden vuoden Marjamaa kokeili, millaista olisi elää vain urheilua varten.

”Mutta ei se sopinut minulle ollenkaan. Minulla piti olla muutakin ajateltavaa. Palasin takaisin normaalirytmieni, ja muun muassa etelän harjoitusleireillä välillä juoksin, välillä luin tentteihin.”

### Vetojuhdan vetävä homma

Kun filosofian maisterin paperit olivat vihdoin kädessä, urheilu-ura oli jo takana päin.

## Helinä Marjamaa

- Syntynyt Evijärvellä vuonna 1956.
- Ylioppilas 1975, Evijärven lukio.
- Filosofian maisteri (kemian) 1986, Jyväskylän yliopisto.
- MBA (Master of Business Administration) 2005, Vaasan yliopisto ja Kokkolan yliopistokeskus.
- Toimitusjohtajatuokinto, Suomen Toimitusjohtajakoulu 2007.
- Haapajärven elintarvikelaboratorio, kemisti ja laboratoriojohtaja 1990–1996.
- Kokkolan elintarvike- ja ympäristölaboratorio, laboratoriojohtaja 1996–2008.
- Maintpartner Oy, laboratorio- ja kehityspäällikkö 2008–2010, liiketoimintajohtaja 2010–2015.
- Kokkolan seurakuntayhtymä, hallintojohtaja 2015–.
- Vuoteen 1984 saakka huippu-urheilija, lajeina 100 metrin ja 200 metrin juoksut sekä pituus-hippy. Mm. 13 aikuisten suomenmestaruutta. Edustanut Suomea Prahian ja Ateenan EM-kisoissa, Helsingin MM-kisoissa sekä Moskovan ja Los Angelesin olympialaisissa. Naisten maajoukkueen pitkäaikainen kapteeni ja Suomen Urheiluliiton liittovaltuuston jäsen.
- Maa- ja metsätalousministeriön asiantuntijatyöryhmän jäsen valtakunnallisessa laboratorioselvityksessä 2005–2006.
- Muita jäsenyyksiä: Kokkolan kaupunginvaltuusto, Kokkolan kaupunginhallitus, Kokkolan osuuspankin hallintoneuvosto, Kokkolan energian johtokunta.
- Pohjanmaan Kemistien perustajajäsen ja varapuheenjohtaja 2002–2006.
- Harrastaa Lions-toimintaa ja liikuntaa.
- Asuu Kokkolassa. Perheeseen kuuluu puoliso ja viisi aikuista lasta.

Helinä Marjamaa ehti tehdä lyhyen työrupeaman Jyväskylän yliopiston tutkijana ennen esikoisensa maailmaan tuloa. Pian perhe oli jo kolmilapsinen.

Ensimmäisten äitiyslomiensa jälkeen Marjamaa aloitti vuonna 1990 kemistinä Haapajärven kunnallisessa elin-

tarvikelaboratoriossa.

Käytännön työ elintarvikeanalytiikan parissa oli juuri sitä, mitä opinnot olivat lupailleet: antoisaa, monipuolista ja mielenkiintoista.

Ahkera ja tarmokas kemisti eteni nopeasti laboratorion johtajaksi. Silloin selvisi, että esimiestehtävät tarjoavat vielä kiinnostavamman haasteen ja mahdollisuuden vaikuttaa koko työyhteisön toimintaan.

”Vetojuhdan hommat ja laboratorion kehittäminen osoittautuivat ole- van juuri sitä, mitä halusin tehdä.”

Muutaman vuoden kuluttua Marjamaa vaihtoi Haapajärven Kokkolaan, jossa hänestä tuli kaupungin elintarvike- ja ympäristölaboratorion johtaja. Tehtävään hän hankki lisäeväitä suorittamalla Vaasan yliopistossa ja Kokkolan yliopistokeskuksessa johtamisen MBA-tutkinnon ja Suomen Toimitusjohtajakoulussa toimitusjohtaja- tutkinnon.

Samaan aikaan hän toimi yhteensä toistakymmentä vuotta Finas-akkre-

ditointipalvelun kemian teknisenä arvioijana. Pesti oli ”erittäin palkitseva”.

”Laatuasiat ovat olleet minulla aina hyvin lähellä sydäntä. Se oli yksi niistä töistä, joista olen todella tykännyt”, Marjamaa kertoo.

”Kemistin tutkintohan on siitä hieno, että se avaa ovet auki niin moneen suuntaan.”

Kun Suomen laboratoriokenttä ryhtyi 2000-luvulla järjestäytymään uudelleen, muutoksen tuulet alkoivat puhalttaa myös Keski-Pohjanmaalla.

Kokkolan kaupungin omistaman laboratorion osti teollisuuden kunnossapito- ja käyttöpalveluiden toimittaja Maintpartner Oy. Marjamaa oli mukana toteuttamassa siirtoa.

Vuonna 2010 hän yleni Maintpartnerin laboratorio- ja kehityspäällikön tehtävästä Länsi- ja Pohjois-Suomen liiketoimintajohtajaksi, jonka vastuulla oli kunnossapitoliiketoiminta kemian- teollisuudessa. Kokonaisuuteen kuului edelleen myös ympäristölaboratorio.

» » »

Suomen joukkue valmistautumassa Helsingin maailmanmestaruuskisoihin, jotka pidettiin elokuussa 1983.



Lehtikuva

”Oli ihan mahtavaa päästä tekemään yhteistyötä teollisuuden kanssa. Laboratoriosektorilla kartoitimme esimerkiksi sitä, millaisia laboratorio- ja tuotetutkimuksia yritysten kannattaisi tehdä ja kuinka hoitaa ja tehostaa laaduntarkkailua. Kunnossapidolla puolestaan varmistimme laitteiden ja prosessien toimivuuden”, Marjamaa kuvailee.

”Paras palkinto oli aina lopputulos. Sen näkeminen tuntui joka kerran yhtä hienolta.”

### Positiivisen kautta tavoitteeseen

Helinä Marjamaan parhaat palkinnot urheiluvuosilta ovat muuta kuin äkkiseltään luulisi.

Mitaleita tai mestaruuksia ne eivät ole, vaikka niitäkin totisesti riittää, kotimaisista ja kansainvälisistä kilpailuista kymmenittäin.

Yhden kohokohdan muodostavat toki arvokilpailut, etenkin kahdet olympiakisat. Erityisesti Neuvosto-Moskovassa vuonna 1980 kaikki oli kirjaimellisesti suurta ja mahtavaa.

”Olivathan ne puitteet hurjat. Täytyy tosin tunnustaa, että kilpailijana sitä kulkee aika lailla laput silmillä ja keskittyy vain olennaiseen eli omaan

suoritukseen. Kisakylässä asutaan aika umpiossa eikä muuta ympäristöä ehdi paljon vilkuilla.”

Moskovassa kilpailemisen suomalaisnainen joutui harmikseen jättämään kesken. Hän oli jo edennyt sadan metrin alkueristä välierään, kun jalavamman pakotti luopumaan leikistä ennen starttia.

Helsingin vuoden 1983 MM-kisoissa sujui paremmin. Marjamaa pinnisti välierästä finaaliin yhden sadasosasekunnin turvin. Loppukilpailussa hän oli komeasti kuudes.

”Los Angelesin olympialaisissa 1984 sitten putosin finaalista sadasosalla. Mutta oloihin nähden pärjäsini mielestäni hyvin. Plus 35 astetta on minulle rankka lämpötila, ja siellä kisattiin joka päivä kuumimpaan aikaan.”

Mutta se paras ja tärkein palkinto?

”Parasta oli oppia se, että jokainen harjoitus vie lähemmäs tavoitetta. Opin myös, kuinka asetetaan välitavoitteita ja lopputavoitteita ja kuinka niihin päästään”, Marjamaa sanoo ja kertoo ajatelleensa tietoisesti pelkätään positiivisen kautta.

”Ruokin koko ajan onnistumisen tunnetta ja treenasin sillä lailla psyykettäni. Tästä on ollut äärettömän paljon apua työuralla ja ihan koko elämässä.”

**”Kun tekee tarpeeksi töitä, väistämättä lopulta onnistuu.”**

Urheilu-uralta on peräisin myös Marjamaan asenne, jonka mukaan hän toimii yhä.

”Tiedän, että kun tekee tarpeeksi töitä, niin väistämättä lopulta onnistuu. Myönteinen suhtautuminen vie kuinka pitkälle vain.”

### ”Kannattaa elää tässä ja nyt”

Vuonna 2015 Helinä Marjamaa luopui monen yllätykseksi – Maintpartnerin ”unelmatyöstään”.

”No kun siinä oli yksi huono puoli: jatkuva autossa istuminen. Jos kököttää ratissa 45 000 kilometriä vuodessa, se käy kunnon päälle. Eikä tahtonut jäädä aikaa edes liikunnalle.”

Tätä nykyä Marjamaa toimii Kokkolan seurakuntayhtymän hallintojohtajana.

”Hyppäsin siis ihan uudelle sektorille”, myöntää Marjamaa, jota alan ja toimenkuvan vaihdos ei kuitenkaan pelottanut.

”Olinhan minä tehnyt monta vuotta töitä kuntasektorilla. Ei seurakunnallinen sektori siitä paljon eroa.”

Tavoitteita hän asettaa itselleen säännöllisesti myös nykyisessä työssään. Yksi niistä on seurakuntayhtymän kiinteistömässän vähentäminen.

”Kun kirkon jäsenmäärä jatkuvasesti laskee, myös verotulot putoavat. Se tarkoittaa, että ylimääräisistä kiinteistöistä on luovuttava, meillä ehkä yhdestä kirkkorakennuksesta ja yhdestä leirikeskuksesta.”

Myös seurakuntajohtajana Marjamaa tekee työmatkoja mutta selvästi aiempaa vähemmän. Näin vuorokaudessa riittää tunteja muuhunkin, esimerkiksi hyvinvointivalmentajaksi opiskelukseen.

”Opettelen parhaillaan mindfulness-tekniikkaa, jossa on hyvin paljon samaa kuin aikoinani itse keksimissäni mielikuvaharjoituksissa. Olen jo pitänyt luentojakin itsensä johtamisesta ja siitä, kuinka oppia elämään tässä ja nyt.”

Tässä ja nyt entinen huippu-urheilija itse ehtii taas kuntoilemaan, hiihtämään ja lenkkeilemään.

”Joka syksy käyn myös Lapissa vaeltamassa.”

Erityisen mieleistä on yhteisen ajan viettäminen ensimmäisen lapsenlapsen kanssa.

”Viisivuotias pieni mies on koko perheen silmäterä.” □



Helinä Marjamaan (etualalla) juoksu-uran kohokohtia oli vuoden 1983 MM-kotikisojen sadan metrin finaali, josta oli tuloksena erinomainen kuudes sija. Kisan voitti DDR:n Marlies Göhr (rintaman keskellä sinisessä paidassa).