



Luonnollista tukea elämään – Naturligt stöd för livet

LuoNa-projektets nyhetsbrev 3 * Sommaren 2019

På våren 2018 startade LuoNa-projektet, som:

- Utvecklar Green Care -tjänstemodeller som baserar sig på naturens effekter på välbefinnande
- Stärker samarbetet mellan klienter och tjänsteproducenter
- Ökar kompetensen genom lokala exempel och erfarenheter
- Dokumenterar Green Care-verksamhetens effekter
- Projektområde är Österbotten och Mellersta Österbotten

I projektet sprids information och kompetens samt utvecklas naturbaserade tjänstemodeller i olika miljöer (skogs-, och vattenområden, skärgården, häststall, trädgårdar, lantgårdar). Green Care -tjänstemodellerna utvecklas i workshops som förverkligas i ett nära samarbete med lokala företagare och olika klientgrupper. De bästa tjänstemodellerna publiceras offentligt under år 2020.



LuoNa-projektets tjänsteworkshopen

Avsikten med workshopen är att stöda företagare som är intresserade av Green Care-verksamhet att testa och utveckla sitt tjänstekoncept tillsammans riktiga klienter:

- De företagare och representanter för klienter som bundit sig till projektet deltar i tjänsteworkshopens planering, testning och fortsatta utveckling
- Projektets anställda ansvarar för att facilitera och dokumentera workshopens förverkligande
- Dokumenteringen av verksamhetens effekter kan inkludera även studerandens slutarbeten

På grund av verksamhetens natur (t.ex. omsorgstjänster) kan i huvudsak en företagare/potentiell företagare eller i samarbete fungerande företagsgrupp åt gången testa sin tjänstemodell tillsammans med klienterna. **Syftet är att varje klientgrupp tar del av minst 5 workshops, tillsammans med en eller flera företagare beroende på verksamhetens lämplighet och effektivitet.** I workshopen samlas och dokumenteras information och erfarenhet av de naturbaserade verksamhetsmodellerna som kommer att publiceras i projektets slutskede.

Genomförda workshoppar inom våren-sommaren 2019:

- **Hemrehabilitering för unga vuxna mentalvårdsklienter – Siilinpesä (Soite)** deltog sammanlagt 5 gånger i Green Care -arbetsverksamhet vid Kvikantin Hoivas hästgård under mars-april. Siilinpesäs öppenvårdsrehabilitering är en tjänst vars syfte är att främja klienters funktionsförmåga och livskvalitet, att stödja självständigt boende, att minska olägenheter som klientens sjukdom medför och minska behovet av sjukhusvård. Målet är att stödja klienten så att hen hittar sina resurser och mål och uppnår målen. Siilinpesä öppenvårdsrehabilitering är stöd för unga vuxna (18–29 år) mentalvårdsklienter under en på förhand överenskommen period. Tjänsten är flexibel, det kan ordnas 1-5 möten med en klient per vecka. Sammanlagt deltog 31 unga i verksamheten och gruppstorleken varierade mellan 4–10 deltagare per workshop. Med var också 2–3 av Siilinpesäs handledare, projektpersonal, samt två vårdstuderande från yrkeshögskolan Centria, vilka mätte deltagarnas blodtryck före och efter verksamheten för sin avhandling rörande temat.



Under workshoparna fick deltagarna bl.a. packa hö för hästarna i påsar, städa höförrådet, följa med hovslagarens arbete, och kapa brännved med vedkap efter användnings- och säkerhetsintroduktion; deltagarna bar och staplade också ved samt klöv den med vedklyv, borstade hästarna och ponnyerna inne och ute, och förde vatten till hästarna. Dessutom lärdes deltagarna att leda hästarna i manegen

längsmed en bestämd bana, spiltorna städades, och de fick sparka boll med hästarna. Vid slutet av varje workshop hölls ett gemensamt tillfälle för feedback och diskussion om dagen och saker rörande den egna livssituationen, endera inomhus eller utomhus med kaffe och korvgrillning. När man samlades inomhus var det för en del deltagare särskilt trevligt att få kela med gårdens katter.



Deltagarnas kommentarer:

"Katterna ju alldeles för söta och hästarna var också härliga"

"Ett väldigt trevligt projekt helhetsmässigt. Tack för denna möjlighet 😊"

"Verkligt trevligt".

- **Luovi-yrkesskolans elever** med specialbehov deltog i tre workshops tillsammans med sin lärare i mars, där de bekantade sig med socialpedagogisk hästverksamhet under företagaren Tanja Puskalas ledning vid K&T Horsemanships gård i Kvikant i Karleby. Vid varje workshop deltog tre 17–21-åriga elever med specialbehov (två kvinnor och en man). Under den första workshopen berättade företagaren om häststallets historia, om hästarna och eftermiddagens sysslor och regler. Verksamheten under workshoparna bestod av olika handledda sysslor i stallet, såsom städning av spiltorna, matning av hästarna samt att föra vatten ut till dem, borstning av hästarna och att leda dem till stallet, samt gårdsarbeten såsom skottning av snö. Vid sidan om sysslorna diskuterades förutom stallgöromålen och saker rörande skötseln av hästarna och djuren bl.a. också saker rörande elevernas vardag och studier.





Vid den sista workshopen fanns också möjligheten att rida, vilket enligt de kvinnliga deltagarna var väldigt trevligt och särskilt för en förstagångsryttare en mycket inspirerande upplevelse. Workshoparna genomfördes i vårvinterväder, ibland sken solen, ibland snöade det och blåste. Vid kallt väder var det trevligt att avslutningsvis samlas inomhus för att avnjuta plättar och varm dryck eller grilla korv och värma sig vid den öppna spisen. Aptiten var också god efter utomhusaktiviteterna. I det stora hela var deltagarna nöjda med verksamheten, där man lärt sig lita på hästen och fått erfarenheter av att lyckas. Under workshoparna gjorde man mycket tillsammans, samt diskuterade om djuren och allmänna saker. Liknande verksamhet önskades också i fortsättningen.



- För **Närpes församlings** personal, förtroendevalda och frivilligarbetare ordnades en första workshop i maj i form av en endagsretreat vid Frank Mangs Center och dess närområde. Susanne Blomqvist från företaget Silver Rose fungerade som workshopens handledare, i vilken sammanlagt 11 personer deltog. Under retreaten fanns möjlighet för stilla reflektion i trädgården och att gå en tur längs retreatens vandringsled i den närbelägna skogen, där det fanns sammanlagt 12 olika meditationsuppgifter.

Till eftermiddagens program hörde en par kilometer lång retreatvandring, som slutade med en gemensam tidebön vid en renoverad fiskestuga i den närbelägna fiskehamnen. Där fick deltagarna också njuta av kaffe med fin havsutsikt och kvittrande fåglar. Retreaten fortsatte vid Frank Mangs Center fram till kvällen, varefter man diskuterade deltagarnas upplevelser och samlade in feedback.

Deltagarnas kommentarer:

"Fin dag i fin miljö."

"Jag uppskattade mycket naturstigen med citat och frågor. Frågorna väckte tankar."



- **Vörå kommun, service till barnfamiljer:** I workshoparna med socialpedagogisk hästverksamhet vid Stall Falisa i Maxmo under maj-juni deltog sammanlagt sju 5-18-åriga barn och unga, en målsman och 1-2 handledare. Alla vårens fyra workshopar genomfördes som ett samarbete mellan företagare, så att Renja Hakala ansvarade för handledningen medan verksamheten utfördes vid Stall Falisa och i dess närmiljö med Team Falisas hästar. Målet med workshoparna var att skapa verksamhetsmodeller för främjandet av barns och deras familjers välmående och personliga utveckling, som kunde användas också i fortsättningen. Under den första workshopen bekantade sig deltagarna med hästarna och stallets



övriga djur, så som kaninerna Håkan och Engla, katten Emil och lapphundshalpen Saga. Verksamheten bestod av borstning av hästarna, hovkratsning, hästhantering och ridning både på ridplanen och i näromgivningen, vilket deltagarna tyckte mycket om. Under verksamheten lärde man sig hur djuren sköts, att lugna ner och koncentrera sig, och att göra saker tillsammans, samt att förstå betydelsen av ens egna handlingar för hästarnas välmående. Ridturerna avslutades med att vila på hästens rygg för att låta både häst och ryttare slappna av.



Enligt den feedback som samlades in efter workshoparna upplevdes verksamheten tillsammans med hästarna som mycket positiv och man såg mycket fram emot nästa besök länge på förhand. Verksamheten är planerad att fortsätta efter sommaren med samma klienter.

- **För Österbottens socialpsykiatriska förenings klienter och personal** ordnades i juni två workshops med socialpedagogisk hästverksamhet vid Stall Långvik i Solf. I workshoparna deltog 6–7 klienter och Hevostoiminta Laukkis Mira Huhta tillsammans med Fredrika Sourander stod för handledningen. Målet med workshoparna är att öka klienternas aktivitet, välmående och motivation att delta i rehabiliterande verksamhet. Efter att deltagarna bekantat sig med stallet och dess invånare funderade man tillsammans över hästarnas arttypiska beteenden. Klienterna deltog i



skötseln av hästarna, såsom borstning, rengöring av hovarna, och ledning av hästarna både på stallets gård och i den vackra näromgivningen. Workshoparna avslutades med att man tillsammans samlades för att njuta av kaffe och diskutera dagens upplevelser.



"Trevlig verksamhet, som jag redan länge drömt om ☺, roligt att få prova på"

"Jag var ängslig till sinnes innan jag kom hit, men plötsligt märkte jag att jag var helt avspänd och fokuserad på hästarna och verksamheten. Kvar blev en verkligt befriande känsla! Tack! "

- **Folkhälsans Resurscenter Föregångarnas** klienter har under våren fått bekanta sig med trädgårdsverksamhet och socialpedagogisk hästverksamhet. Om dessa workshops berättas mera i nästa nyhetsbrev.

Green Care -dagarna 12.–13.9.2019 i Karleby

LuoNa-projektet deltar i anordnandet av de nationella Green Care -dagarna i Karleby den 12.–13.9.2019. Här ges tillfälle för aktörer inom Green Care -branschen, men även andra intresserade att nätverka i samband med föreläsningar och studiebesök, där man får bekanta sig med regionens företag. Årets huvudtema är skogar och vattenområden, rehabiliterande fiske samt tillgänglighet.

Mer information samt anmälan: <http://www.gcf Finland.fi/yhdistys/green-care--paivat/kokkola-2019/>



LuoNa-projektets workshop-aktiviteter fortsätter och också nya företagare och klientgrupper ryms ännu med att utveckla sin Green Care -verksamhet.

Ta kontakt:

Martta Ylilauri
martta.ylilauri@univaasa.fi
Tel. 029 449 8241

Satu Sundell
satu.sundell@kpedu.fi
Tel. 044 725 0534

Lena Enlund
lena.enlund@centria.fi
Tel. 044 725 0594

Projektchef: Olli Voutilainen
olli.voutilainen@univaasa.fi
Tel. 029 449 8566

Annica Långnabba
annica.langnabba@luke.fi
Tel. 029 532 2087

 www.facebook.com/gronomsorg/
www.univaasa.fi/fi/cooperation/projects/luona/
www.instagram.com/luona_hanke/

Projektet genomförs av Levón-institutet vid Vasa Universitet i samarbete med yrkeshögskolan Centria, Mellersta Österbottens utbildningskoncern (Kpedu) och Naturresursinstitutet (Luke). Projektet finansieras av Leader-grupperna Aktion Österbotten, YHYRES-utvecklingsföreningen och Pirityiset samt Keskitien säätiö.



Vaasan yliopisto
LEVÖN-INSTITUUTTI

Centria
AMMATTIKORKEAKOULU

KESKI-POHJANMAAN
KOULUTUSYHTYMÄ
Mellersta Österbottens utbildningskoncern

Luke
LUONNONVARAKESKUS



KESKITIEN
SÄÄTIÖ



Europeiska jordbruksfonden för
landsbygdsutveckling: Europa
investerar i landsbygdsområden



Enligt EU:s dataskyddsförordning, som trädde i kraft 25.5.2018, behöver vi ditt tillstånd att skicka nyhetsbrevet till dig. Vi upprätthåller därför ett register som innehåller mottagarens e-postadress samt eventuell bakgrundsorganisation. Registret används endast för att skicka LuoNa-projektets information.

Bevilja oss tillstånd att spara dina kontaktuppgifter via länken:

<https://eforms.uwasa.fi/lomakkeet/5132/lomake.html>

Ifall du inte vill få LuoNa-projektets nyhetsbrev i framtiden, skicka e-post:

martta.ylilauri@univaasa.fi
