



## Luonnollista tukea elämään – Naturligt stöd för livet

### LuoNa-projektets nyhetsbrev 4 \* Hösten 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 tjänsteshowshopen

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

- De företagare och representanter för klienter som bundit sig till projektet deltar i tjänsteshowshopens planering, testning och fortsatta utveckling
- Projektets anställda ansvarar för att facilitera och dokumentera showshopens 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 ca 4–6 workshops, tillsammans med en eller flera företagare beroende på verksamhetens lämplighet och effektivitet. I showshopen samlas och dokumenteras information och erfarenhet av de naturbaserade verksamhetsmodellerna som kommer att publiceras i projektets slutskede.

## Genomförda workshops inom sensommaren och hösten 2019:

### Workshops med Lochteå områdets seniorer hos Saija Niemi-Erkkiläs fårgård



Det ordnades fem workshops med 5-7 seniorer från Soites Lochteå hemvård hos Niemi-Erkkiläs fårgård. Gruppen kom första gången till fårfarmen i mitt av september med minibustransport som upplevdes som någonting mycket viktigt. Gruppen bekantade sig med djuren, fåren och hästarna. Detta ledde till mycket diskussion om hur hästar användes förut i det dagliga arbetet på lantgårdarna. Många kom även att tänka på krigstidens minnen. En del av gruppens deltagare var i svag fysisk form, och då vädret blev kyligare var det lämpligt att ordna workshopen inomhus. På en av workshopen fick deltagarna njuta av hundvalpsällskap. De flesta ville ta valparna i famn och diskutera djur.

En sista workshop gick ut på att Saija Niemi-Erkkilä visade och berättade hur man förut och nuförtiden behandlar fårens ull för att spinna tråd. Alla villiga fick prova på att spinna ull och många hade erfarenhet av det från barndomen. En viktig stund på alla workshops var kaffestunden. Det är då man får njuta av varandras sällskap och det finns någon som lyssnar på en. Seniorerna önskade gärna komma på nytt till fårgården.

Deltagarna kom att tänka på denna ramsa, då man stod och funderade invid fårhagen över hur länge fårets dräktighet varar:

*"Katten två, hunden tre, grisen fyra, fåret fem och frun med sina kossor nio."*



### Workshops med invandrargrupp vid Kvikants omsorgsgård och häststall

En invandrargrupp på fem syriska kvinnor deltog i fem workshops som arrangerades vid Kvikants omsorgsgård och häststall. Mellersta Österbottens social- och hälsovårdssamkommun Soites invandrargrupp har bott endast ett år i Karleby. Första workshopen var i början på september och då bestod programmet av bärplockning, något som gruppen sett framemot. Vädret var varmt och soligt. Följande gång fick gruppen bekanta sig med gården, stallet, tomatodlingen, hästarna i hagen och manegen. Gruppen var tagen av att få se manegen eftersom kvinnor inte har tillträde till sådana ställen i deras kultur.



Under de följande workshopen kom gruppen att lära sig om allemansrätten och mer om den finska naturen. Gruppen lärde sig först lite på finska om finska träd för att sedan gå ut i naturen och leta rätt på

de olika träden. Naturen togs in även virtuellt, med hjälp av korta videon och naturbilder. Workshopen hade även inslag av konst, diskussioner, matlagning av finska och syriska rätter. Gruppen skulle gärna önska mer liknande verksamhet och även deras makar önskar liknande verksamhet.



### Endagsretreat vid Frank Mangs Centret i Närpes

I september ordnades den andra workshopen, en endagsretreat vid Frank Mangs Center i samarbete med Närpes församling. Susanne Blomqvist från företaget Silver Rose fungerade som workshopens handledare. 12 personer deltog i retreaten. Dagen inleddes med en gemensam frukost och ett informationstillfälle. Därefter fanns det möjlighet att i tystnad ta sig tid för individuell omsorg och meditera över texter och frågor längs vandringsleden. Vid lunchdags fick man njuta av god mat till stilla musik och värmen från brasan gjorde gott för välbefinnandet. Ute smattrade regnet och det var skönt att få värma sig och vila en stund efteråt.



På eftermiddagen vandrade gruppen till den närbelägna fiskehamnen och hade en gemensam stund i båthuset där man tände stämmningsfulla ljuslyktor och avnjöt eftermiddagskaffet. Vid ankomsten tillbaka till Frank Mangs Center fick alla en god middag och därefter gick man ut ur tystnaden och den som ville kunde dela med sig av sina upplevelser och intryck under dagen och ge feedback.

Deltagarnas kommentarer: *"Bra helhet. Lugnt och behagligt". "Skönt. Deltar gärna flera gånger. Viktigt att våga lyssna till mitt inre".*

#### Hästverksamhet för olika kundgrupper vid Stall Långvik

Österbottens socialpsykiatriska förenings klienter och personal fick i augusti-september ta del av två workshops med socialpedagogisk hästverksamhet vid Stall Långvik i Solf. I workshopen deltog 6–7 klienter och Hevostoiminta Laukkis Mira Huhta tillsammans med Fredrika Sourander stod för handledningen. Workshopen var fortsättning på det samarbetet som påbörjades i juni. Målet med workshopen 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. Flera av deltagarna uppskattade att de fick pröva på ridning under höstens workshops. Workshopen avslutades med att man tillsammans samlades för att njuta av kaffe och diskutera dagens upplevelser. Gruppen engagerade sig bra i verksamheten och var intresserade av att få samverka med varandra.

*Handledarens kommentar: "Klienterna har tyckt om verksamheten och berättat att den gett dem mod att ta itu med olika slags saker och att agera självständigt. Jag ser som handledare många olika saker som främjar klienten i hens sociala rehabilitering."*

Folkhälsans Resurscenter Föregångarnas klienter har under våren fått bekanta sig med socialpedagogisk hästverksamhet. Under en solig eftermiddag i juni fick man pröva på Hevostoiminta Laukkis socialpedagogiska hästverksamhet i de idylliska omgivningarna vid Stall Långvik. Av de många olika hästarna som bor vid Stall Långvik, valdes det 16-åriga bruna stoet Bijou ut, för att ge en trygg och innehållsrik upplevelse åt klienten. Under de 2 timmarna man spenderade i stallet fick klienten öva sig på att känna igen både sitt eget, och hästens kroppsspråks olika betydelser. Genom olika övningar både på marken och på hästryggen fick klienten pröva på att kommunicera med hästen. Tillsammans med hästarna fick man under dagen nya upplevelser, utmaningar och känslan av att lyckas. I slutet togs också en ridtur i byn för att njuta av naturen.



## Hakamaas mjölgård med i LuoNa-projektet



Hakamaas familjegård i Lehmäjoki i Storkyro fick under sommaren besök av olika klientgrupper och handledare. På gården finns bland annat möjlighet att sköta kor, höns, katter och familjens hund, samt att delta i varierande verksamhet på bondgården och i dess närmiljö. Planen är att börja den egentliga verksamheten med workshops under våren 2020.



## Green Care -dagarna 12.-13.9.2019 i Karleby

LuoNa-projektet deltog i anordnandet av de nationella Green Care -dagarna i Karleby, Villa Elba, den 12.-13.9.2019. Tillfället gav möjligheter för aktörer inom Green Care-branschen och andra intresserade att nätverka i samband med inspirerande föreläsningar och workshops, samt genom studiebesök, där man fick bekanta sig med regionens företag. Årets huvudtema var skogar och vattenområden, rehabiliterande fiske samt tillgänglighet. LuoNa-projektet medverkade genom workshoppar vid Niemi-Erkkiläs fårfarm i Lochteå och Emmes Retreat i Nedervetil.



Green Care –dagarnas sammanfattning och presentationer (på finska):  
<http://gcf Finland.fi/yhdistys/green-care--paivat/kokkola-2019/ohjelma/materiaalit/>

## Omsorg från får, naturkraft och horisontvård i Lochteå



Saija Niemi-Erkkilä förevisade verksamheten på sin ekologiska fårfarm, vars kunder består av bl.a. barnfamiljer med behov av särskilt stöd. Gårdens mål är att stöda familjens inre samspel med hjälp av stärkande välbefinnandetjänster som grundar sig på naturen. Gården ligger nära Vattajas Natura-område, i vars miljö finns såväl havsstränder och skogar idealiska för mindfulness-övningar. Under workshoppen bekantade deltagarna sig med gårdens verksamhet, djur och miljö, samt testade på skogs-mindfulness ute på Vattajas dynområde, där även eftermiddagskaffet avnjöts (bild: [www.nelambit.com](http://www.nelambit.com)).

## Emmes Retreat – uppfriskande med furornas sus och böljornas skvalp

Emmes Retreats skapare, Ulla-Beth Mäki-Jussila och Henrik Wiik, har förverkligat sin dröm om ett stressfriare liv och vill erbjuda det samma också till andra via sitt företag. Emmes Retreat utgörs av en unik sammansättning av trädkojor i skuggan av rejäla tallar, belägna i mitten av ett naturskönt sjölandskap. Till Emmes Retreats utbud av tjänster hör bl.a. lugna retreatar, yoga, naturupplevelser, paddling, cykling, vandring, skogsyoga, meditativa promenader, samt olika skraddarsydda paket för företag, föreningar och organisationer. Under workshopen fick deltagarna höra företagarpärens berättelse och beskrivning av deras verksamhet, och man fick också bekanta sig med både in- och utsidan av flera av trädkojorna som är byggda flera meter över marken. Programmet bjöd också på avslappningsövning i närskogen och eftermiddagskaffe i den stämningsfulla huvudbyggnaden.



Seminarium på kommande 7.2.2020 i Karleby: Green Care – hur bedöms dess inverkan?

LuoNa- och Nordic NaBS-projekten ordnar ett gemensamt seminarium om inverkan av Green Care-verksamhet den 7.2.2020 i Karleby, där bl.a. Anja Yli-Viikari kommer att tala om rollerna av forskningsdata och den yrkesmässiga erfarenheten i utvärderingen av den faktiska verkan. Presentationerna behandlar också om Green Care-tjänsternas effekter, utvärderingsmetoder/-mätare, och hur de kan tillämpas på den egna verksamheten.

Projektets sista verksamhetsår inleds

LuoNa-projektets workshop-aktiviteter fortsätter tills hösten 2020 och också nya företagare och klientgrupper ryms ännu med att utveckla sin Green Care –verksamhet speciellt inom Yhyres och Pirityisets Leader-områden.

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/](https://www.facebook.com/gronomsorg/)  
[www.univaasa.fi/fi/cooperation/projects/luona/](https://www.univaasa.fi/fi/cooperation/projects/luona/)  
[www.instagram.com/luona\\_hanke/](https://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  
LEVÓN-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](#)*

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

*<mailto:martta.ylilauri@univaasa.fi>*

---