



## Luonnollista tukea elämään – Naturligt stöd för livet

### LuoNa-hankkeen uutiskirje 4 \* Syksy 2019

Keväällä 2018 käynnistyneessä LuoNa-hankkeessa:

- Kehitetään uusia luonnon hyvinvointivaikutuksiin perustuvia Green Care -palvelumalleja Pohjanmaalle ja Keski-Pohjanmaalle
- Vahvistetaan yhteistyötä asiakkaiden ja palveluntarjoajien välillä
- Lisätään paikallisia esimerkkejä ja kokemuspohjaista osaamista
- Dokumentoidaan Green Care -toiminnan vaikuttavuutta

Hankkeen aikana välitetään tietoa ja osaamista sekä kehitetään luontoavusteisia palvelumalleja erilaisissa ympäristöissä (metsäalueet, vesistöt ja saaristo, hevostallit, puutarhat, maatilat). Green Care -palvelumallit kehitetään työpajoissa, jotka toteutetaan tiiviissä yhteistyössä paikallisten yrittäjien ja useiden eri asiakastahojen kanssa. Parhaimmat toimintamallit julkaistaan yleisesti hyödynnettävinä palvelumalleina hankkeen loppuvaiheessa.



### LuoNa-hankkeen palvelutyöpajat

Työpajoissa autetaan Green Care -toiminnasta kiinnostuneita yrittäjiä testaamaan ja kehittämään palvelukonseptiaan oikeiden asiakkaiden kanssa:

- Hankkeeseen sitoutuneet asiakastahot ja yrittäjät osallistuvat palvelutyöpajojen suunnitteluun, testaukseen ja jatkokehittämiseen
- Hankkeen työntekijät vastaavat työpajojen toteutuksen fasilitoinnista ja dokumentoinnista
- Toiminnan vaikuttavuuden dokumentoinnissa voi olla mukana myös opinnäytetyön tekijöitä

Toiminnan luonteesta johtuen (esim. hoivapalvelut) pääsääntöisesti yksi yrittäjä/potentiaalinen yrittäjä tai yhteistyössä toimiva yritysryhmä kerrallaan voi olla testaamassa omaa palvelumalliaan asiakkaiden kanssa. Jokaista asiakasryhmää kohden pyritään toteuttamaan noin 4–6 työpajaa, toiminnan sopivuuden ja vaikuttavuuden perusteella joko yhden tai useamman yrittäjän toimesta. Työpajoissa kerätään ja dokumentoidaan tietoa ja kokemuksia luontoavusteisista toimintamalleista, jotka julkaistaan hankkeen päättyessä yleiseen käyttöön.

## Loppukesän ja syksyn 2019 aikana toteutetut työpajat:

### Lohtajan alueen Soiten kotihoidon ikääntyneiden asiakkaiden työpajat Niemi-Erkkilän tilalla



Lohtajan alueen Soiten kotihoidon ikääntyneille asiakkaille (5-7 osallistujaa/kerta) järjestettiin viisi työpajaa Niemi-Erkkilän lammastilalla Lohtajalla. Ensimmäinen ryhmä kävi tilalla syyskuun puolivälissä ja kaikkiin työpajoihin järjestettiin bussikuljetus, joka koettiin osallistumisen kannalta erittäin tärkeäksi. Ryhmä pääsi tekemään tuttavuutta tilan hevosten ja lampaiden kanssa, mikä herätti paljon keskustelua siitä, että miten mm. hevosia käytettiin maalaistaloissa päivittäisessä työssä. Myös sota-ajan muistoja nousi monen mieleen. Osa ryhmän jäsenistä oli fyysisesti huonommassa kunnossa, jolloin kylmempinä päivinä työpaja toteutettiin sisätiloissa. Yhdessä työpajassa vietettiin aikaa koiranpentujen kanssa. Suurin osa halusi ottaa niitä syliin ja samalla keskusteltiin erilaisista eläimiin liittyvistä asioista. Viimeisessä

työpajassa Saija kertoi lampaan villasta ja käsittelytavoista ennen ja nykyään. Samalla saatiin kokeilla villan kehräämistä langaksi rukilla sekä villan karstaamista, mistä monella olikin ennestään osaamista ja kokemusta. Joka kerta päivän päätti yhteinen kahvihetki, jolla aina suuri merkitys asiakkaille, koska sai olla muiden seurassa ja tulla kuulluksi. Osallistujat toivoivat näille tilavierailuille jatkoa.

Tämä riimitelmä muistui osallistujien mieleen, kun jutusteltiin ulkona lammashaan edessä siitä, että kuinka kauan lampaan odotusaika kestää:

*"Kissa kaks, koira kolme, sika neljä, villur viis ja emäntä lehmineen yhdeksän."*



### Maahanmuuttajanaisten työpajat Kvikantin hoivan tiluksilla ja tallilla

Soiten maahanmuuttajaryhmä koostui viidestä syyrialaisesta naisesta, jotka osallistuivat työpajoihin Kvikantin Hoivan hevostilalla ja lähiympäristössä. Ryhmäläiset olivat asuneet Kokkolassa vain vuoden



verran. Ensimmäisen syyskuussa järjestetyn työpajan ohjelmassa oli odotettu marjojen poimiminen metsässä. Sää oli mitä parhain, hyvin lämmin ja aurinkoinen. Toisessa työpajassa päästiin tutustumaan tilaan talleineen, ulkona oleviin hevosiin, tomaattiviljelyksiin sekä maneesiin. Naiset olivat otettuja maneesiin tutustumisesta, koska heillä ei olisi kotimaassaan ollut pääsyä sellaiseen paikkaan.



Seuraavilla kerroilla ohjelmassa oli jokamiehen oikeuksiin ja suomalaiseen luontoon tutustumista. Aluksi opeteltiin yleisimpiä Suomen puulajeja suomenkielellä, jonka jälkeen lähdettiin ulos luontoon etsimään kuvauksia

vastaavia puita. Luontoelementtejä tuotiin myös sisätiloihin kuvien ja videoiden avulla. Työpajoissa sivuttiin luontoteemaa ja kulttuurieroja myös taiteen, keskustelujen sekä suomalaisten ja syyrialaisen ruokalajien kautta. Ryhmä toivoi kovasti jatkoa toiminnalle ja myös heidän puolisonsa olisivat kiinnostuneita vastaavasta toiminnasta jatkossa.



### Retriitti Närpiön Frank Mangs Centerissä

Närpiön seurakunnan työntekijöille, luottamushenkilöille ja vapaaehtoistyötä tekeville järjestettiin syyskuussa toinen työpaja päivän mittaisena retriittinä Frank Mangs Centerissä ja sen ympäristössä. Susanne Blomqvist Silver Rose -yrityksestä toimi työpajan ohjaajana, johon osallistui yhteensä 12 osallistujaa. Päivä käynnistyi yhteisellä aamiaisella, jonka yhteydessä kerrottiin päivän sisällöstä. Retriitissä oli mahdollisuus hiljentymiseen ja meditaatioon lähimetsään sijoitetulla retriittipolulla, johon oli sijoitettu tekstejä ja mietiskelytehtäviä.



Ulkoa sateen ropinasta oli mukava siirtyä sisälle nauttimaan lounasta rauhallisen musiikin ja lämmittävän takkatulen äärelle, mitkä osaltaan tukivat osallistujien hyvinvointia. Iltapäivällä valettiin läheiseen kalasatamaan kunnostettuun kalamajaan, jossa kokoonnuttiin yhteiseen tunnelmalliseen kahvihetkeen myrskylyhtyjen valossa. Retriitti päättyi illalliseen, jonka jälkeen käytiin yhdessä läpi osallistujien kokemuksia päivästä ja kerättiin palautteet.

Osallistujien kommentteja: *"Hyvä kokonaisuus. Rauhaa ja miellyttävää."*

*"Mukavaa. Osallistun mielelläni useammankin kerran. On tärkeää uskaltaa kuunnella sisintään."*

### Hevostoimintaa monille asiakasryhmille Stall Långvikissa

Pohjanmaan sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen asiakkaille ja henkilökunnalle järjestettiin elo-syyskuussa kolme sosiaalipedagogisen hevostoiminnan työpajaa Stall Långvikissa Sulvalla. Työpajoihin osallistui 6–7 asiakasta ja ohjauksesta vastasi Hevostoiminta Laukin Mira Huhta yhdessä Fredrika Souranderin kanssa. Työpajat olivat jatkoa kesäkuussa aloitetulle yhteistyölle. Työpajojen tavoitteena on lisätä asiakkaiden toiminnallisuutta, hyvinvointia ja lisätä motivaatiota kuntoutumiseen. Talliin ja sen asukkaisiin tutustumisen jälkeen pohdittiin yhdessä hevosten lajityypillistä käyttäytymistä. Asiakkaat osallistuivat hevosten hoitoon kuten



harjaamiseen, kavioiden puhdistamiseen ja taluttamiseen sekä tallin pihalla että kauniissa lähimaastossa. Syksyn työpajoissa päästiin myös kokeilemaan ratsastusta, mikä oli monien ryhmäläisten mieleen. Työpajojen päätteeksi kokoonnuttiin yhteen kahvittelemaan ja keskustelemaan päivän kokemuksista. Ryhmäläiset sitoutuivat toimintaan hyvin, ja olivat innokkaasti mukana yhteisessä tekemisessä.



*Ohjaajan kommentteja: "Asiakkaat ovat pitäneet toiminnasta ja kertoneet sen antavan rohkeutta tarttua erillisiin asioihin ja toimimaan niissä itsenäisesti. Ohjaajana näen myös monia eri asioita, jotka edistää asiakasta hänen sosiaalisessa kuntoutumisessa."*

Myös Folkhälsanin Resurscenter Föregångarnan asiakkaat ovat kevään aikana käyneet tutustumassa sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan. Aurinkoisena kesäkuun iltapäivänä päästiin kokeilemaan Laukin sosiaalipedagogista hevostoimintaa Stall Långvikin idyllisessä ympärisössä. Monien tallin hevosten joukosta valikoitui 16-vuotias ruskea tamma Bijou tarjoamaan asiakkaalle turvallisen ja monipuolisen kokemuksen. Tallilla vietettyjen

tuntien aikana asiakas pääsi harjoittelemaan sekä omien että hevosen kehonkieltä ja sen merkityksiä. Hevosen kanssa kommunikointia harjoiteltiin sekä maasta käsin, että hevosen selässä istuen. Yhdessä hevosten kanssa saatiin uusia kokemuksia, haasteita ja onnistumisen tunteita. Työpajan päätteeksi käytiin vielä pienellä ratsastuslenkillä nauttimassa ympäröivästä luonnosta.



Hakamaan maitotila mukaan LuoNa-hankkeeseen



Hakamaan perhetilalla Isonkyrön Lehmäjoella on kesän aikana käynyt tutustumassa eri asiakasryhmiä sekä ohjaajia. Tilalla on mm. mahdollisuus hoitaa lehmä, kanoja, kissoja ja koira sekä osallistua monenlaisen toimintaan maatilalla ja sen ympäristössä. Varsinainen työpajatoiminta on tarkoitus käynnistää keväällä 2020.



Green Care -päivät Kokkolassa 12.–13.9.2019

LuoNa-hanke oli mukana järjestämässä vuoden 2019 valtakunnalliset Green Care -päivät Kokkolaan Villa Elbaan 12.–13.9.2019. Päivät kokosivat yhteen Green Care -alan toimijoita ja alasta kiinnostuneita verkostoitumaan mielenkiintoisten seminaariesitysten sekä työpajojen ja opintoretkien merkeissä, joissa päästiin tutustumaan alueen yritysten toimintaan. Tänä vuonna päivien teemoina olivat erityisesti metsät, vesistöt, kuntouttava kalastus ja esteettömyys. LuoNa-hanke oli toteuttamassa työpajat Niemi-Erkkilän lammastilalla Lohtajalla ja Emmes Retreatissa Alavetelissä.



Green Care –päivien alustukset: <http://gcf Finland.fi/yhdistys/green-care--paivat/kokkola-2019/ohjelma/materiaalit/>

Lampaiden hoivaa, luontovoimaa ja horisonttihoitoa Lohtajalla



(kuva: [www.nelambit.com](http://www.nelambit.com))

Saija Niemi-Erkkilä esitteli luomulammastilansa toimintaa, jonka asiakkaita ovat mm. erityistä tukea tarvitsevat lapsiperheet. Tilan tavoitteena on perheen sisäisen vuorovaikutuksen tukeminen luontoon perustuvien voimaannuttavien hyvinvointipalvelujen avulla. Tila sijaitsee Vattajan Natura-alueen lähellä ollen ihanteellinen ympäristö merenrantaan ja metsään mm. metsämieliharjoituksiin. Työpajassa tutustuttiin tilan toimintaan, eläimiin ja ympäristöön sekä päästiin tekemään metsämieliharjoitus Vattajan dyynialueella, jossa nautittiin myös Iltapäiväkahvit.

## Emmes Retreat – Elvyttävää honkien huminaa ja laineiden liplatusta

Emmes Retreatin luojat, Ulla-Beth Mäki-Jussila ja Henrik Wiik, ovat toteuttaneet unelmansa stressittömämmästä elämästä ja haluavat tarjota saman mahdollisuuden myös muille yrityksensä kautta. Emmes Retreat muodostaa ainutlaatuisen puumajakokonaisuuden jykevien mäntyjen siimeksessä keskellä luonnonkaunista järvimaisemaa. Emmes Retreatin palveluja ovat mm. hiljaiset retriitit, jooga, luontoelämykset, melonta, pyöräily, vaellus, metsäjooga, meditatiivinen kävely ja erilaiset räätälöidyt paketit yrityksille, yhdistyksille ja organisaatioille. Työpajassa kuultiin yrittäjäpariskunnan tarina ja kuvaus heidän toiminnastaan sekä päästiin tutustumaan useiden metrien korkeudessa sijaitseviin puumajoihin sisältä ja ulkoa. Ohjelmassa oli myös rentoutumisharjoitus lähimetsässä ja iltapäiväkahvit tunnelmallisessa päärakennuksessa.



## Seminaari 7.2.2020 Kokkolassa: Green Care – Vaikuttaako vaikuttavalta?

LuoNa-hanke ja Nordic NaBS –hanke järjestävät yhteisen vaikuttavuusseminaarin Kokkolassa pe 7.2.2020. Tilaisuudessa kuullaan mm. Anja Yli-Viikarin puheenvuoro tutkimustiedon ja ammatillisen kokemustiedon rooleista vaikuttavuuden arvioinnissa sekä alustuksia Green Care -palveluiden vaikutuksista, vaikutusmittareista ja niiden soveltamisesta omaan toimintaan.

## Hankkeen viimeinen toimintavuosi käynnistyy

LuoNa-hankkeen työpajatoiminta jatkuu vielä syksyyn 2020 saakka ja myös uusia yrittäjiä ja asiakastahoja mahtuu vielä mukaan Green Care -palveluiden kehittämiseen erityisesti Yhyreksen ja Pirityisten alueelta.

## Ota yhteyttä:

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

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

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

Projektipäällikkö: Olli Voutilainen  
olli.voutilainen@univaasa.fi  
Puh. 029 449 8566

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

[www.facebook.com/gronomsorg/](https://www.facebook.com/gronomsorg/)  
[www.univaasa.fi/fi/cooperation/projects/luona/](http://www.univaasa.fi/fi/cooperation/projects/luona/)  
[www.instagram.com/luona\\_hanke/](https://www.instagram.com/luona_hanke/)

Hankkeen toteuttaa Vaasan yliopiston Levón-instituutti yhteistyössä Centria-ammatti-korkeakoulun, Keski-Pohjanmaan koulutusyhtymän (Kpedu) ja Luonnonvarakeskuksen (Luke) kanssa. Hanketta rahoittavat Leader-ryhmät Aktion Österbotten, YHYRES-kehittämisyhdistys ja Pirtyiset sekä Keskitien Säätiö.



Vaasan yliopisto  
LEVÓN-INSTITUUTTI



Euroopan maaseudun  
kehittämisen maatalousrahasto:  
Eurooppa investoi maaseutualueisiin



---

25.5.2018 voimaan astuneen EU:n tietosuojatietokirjan voimaantulun vuoksi tarvitsemme lupasi uutiskirjeiden lähettämiseen. Kirjeiden lähettämiseksi ylläpidämme rekisteriä, jossa on vastaanottajien sähköpostiosoitteet ja mahdolliset taustaorganisaatiot. Rekisteriä käytetään vain LuoNa-hankkeen viestien lähettämiseen.

Anna lupasi [tällä lomakkeella](#)

Jos haluat poistua rekisteristä, lähetä viesti: [martta.ylilauri@univaasa.fi](mailto:martta.ylilauri@univaasa.fi)

---