

Green Care MUONIO

Green Care osana lappilaisia elinkeinoja

Marjo Ahlvik
Päivämäärä 27.08.2013



Euroopan maaseudun
kehittämisen maatalousrahasto:
Eurooppa investoi maaseutualueisiin



Rovaniemen
ammattikorkeakoulu
University of Applied Sciences
LUC



GreenCare
LAPLAND



Sisällysluettelo

1 Johdanto	3
2 Muonion kunnan työskentelyjakson aihe/ sisältö	4
3 Tavoite	4
4 Toteutus.....	5
5 Tulokset ja tuotokset	8
6 Arviointi.....	15
7 Pohdinta	19

1 Johdanto

Green Care on luontoon ja maaseutu ympäristöön tukeutuvaa toimintaa, jolla edistetään ihmisen hyvinvointia ja elämälaatua. Green Care - toiminta on lappilaisen luonnon ja sen erityispiirteiden tarjoaminen resurssien tunnistamista ja hyödyntämistä hyvinvointia tuottavaksi elinkeino- ja matkailutoiminnaksi. Green Care osana lappilaisia elinkeinoja -hankkeessa ovat vahvasti mukana Green Care- toiminnan alueellinen kehitys, kumppanuuksien luominen ja liiketoimintaosaamisen edistäminen. Samalla tuetaan Lapin maaseutu ympäristön ja kylien elinvoimaisuutta sekä lisätään erilaisia toimintamahdollisuuksia hyvinvoinnin edistämiseksi.

Hankkeen tavoitteena on tehdä Green Care –käsitettä tunnetuksi, kehittää toimintaa alueellisissa kehittämissyryhmissä, mallintaa toimintaa sekä synnyttää Green Care –palvelutuotteita ja etsiä hyviä käytäntöjä. Lisäksi tavoitteena on määritellä Green Care –toiminnan laatuvaatimuksia ja kriteereitä sekä luoda Lappiin pysyvä Green Care –toimintatapa.

Hankkeen kohderyhminä ovat maaseudulla toimivat luontolähtöisiä palveluja tuottavat yritykset ja yrittäjät sekä kunnalliset ja muut toimijat, jotka tuottavat hyvinvointi- ja hyvinvointimatkailupalveluita.

Alueellisten kehittämissyryhmien tavoitteena on tehdä Green Care –toimintaa tunnetuksi ja samalla saada aikaan paikkakunnalle hyödyllisiä toimintatapoja teemasta kiinnostuneiden paikallisten toimijoiden kehittelytyön tuloksena.

2 Työskentelyjakson aihe/ sisältö

Päätavoitteena on Green Care toiminnan tunnetuksi tekeminen Muoniossa sekä Muonion alueen luontolähtöisen toiminnan havainnointi, kehittäminen sekä luontolähtöisten toimintojen tunnistaminen sekä tutustuminen jo olemassa oleviin luontolähtöisiin yrityksiin.

Alueella on paljon jo olemassa olevaa luontolähtöistä toimintaa. Tavoitteena on myös yhteistyön kehittäminen alueen yritysten, sosiaali- ja terveysalan, kunnan, sekä yhdistysten välillä.

Lopullinen aihe valikoituu osallistujien kokoonpanon mukaan. Ketkä ovat aktiivisesti mukana.

3 Tavoite

Tavoitteena on saada konkreettisia tuloksia, yhteistyötahoja sekä Green Care hankkeen tunnetuksi tekeminen osoittamalla, että hanketyöskentely on tärkeä yhteyslinkki eri tahojen välillä sekä hanketyöstä jäisi mahdollisesti uusi toimintamalli.

Työksi valikoitui ”Voimakuvat”. Ajatus on lähtenyt tarpeesta ja Green Care hanke mahdollistaa työn toteuttamisen. Työhön voi osallistuttaa monta eri tahoja.

Tavoitteena on paikalliseen palvelutaloon sekä vuodeosastolle tuoda luontoa lähemmäs, koska asukkailla on liikuntarajoitteisuuden vuoksi harvoin pääsy luontoon.

4 Toteutus

Resurssit:

Koko hankkeen aikana, varsinaisia kehittämissyryhmä kokoontumisia tulisi olemaan kolme;
-kutsut lähetettiin sähköpostilla
-osallistujamäärät olivat 2-6 henkilöä per kokous. Joka kokouksessa vaihtuivat henkilöt. Osittain vaihtuvuus johtui huippu sesonkiajasta sekä toukokuun lomajaksosta matkailuyrityksissä.

Ensimmäisessä suunnittelukokouksessa 29.1 oli kaksi osallistujaa ideoita syntyi silti monipuolisesti.

Palaveri matkailukoordinaattorin kanssa 1.2.

Esitteiden jakoa esim. omissa yrityksissä ja eri paikkoihin
Esittelin Green Caren yrittäjien aamukahvilla 19.2

Valitsin Voimakuvatyön koska se oli toteutettavissa pienellä porukalla sekä kustannukset olisivat pienet, kun esim. Tunturilapin painotalo halusi lahjoittaa julisteeksi painatustyön..

Aluksi sähköposti keskustelut palvelutalon osastonhoitajan kanssa sekä palaveri palvelutalolla, johon osallistui neljä henkilöä. Ensimmäinen haastettu kuvaaja, Marjapaikan edustaja, toimittaja sekä aluevastaava. Aloituspöytä Luoteis-Lappi lehdessä.

28 **LUOTEIS-LAPPI** Torstaina 14. maaliskuuta 2013

Valokuvasta voimaa vanhuksille

Muonion Green Care -hanke ripustaa voimakuvia Marjapaikan ja hoivaosaston asukkaiden iloksi.

Jaakko Kangasjärvi

– KO menin illalla kotia ja katoin taivaalle, en voinut ko pysähtyä ja ihastella. Ajattelin, että hitsiläinen ko on paljon tähtiä. Pitäisi vain useammin pystyä pysähtymään ja nauttimaan niistä, sanoo Muonion Linkuniemessä asuva **Pirkko Rauhala**.

Rauhala on viime viikkoina tämän tästä luomannut havahtuvan luonnon kauneuteen. Hän on etsinyt kohteita, jonka vangitsisi Muonion Green Care -hankkeen ensimmäiseen voimakuvaan – kuvaan joka välittäisi luonnon terveyttä ja voimaa myös sitä katseleville vanhuksille.

Kuvapöytä on ei lopulta tarvinnut etsiä kaukaa. Rauhalla avara luonto aikea kotipuutarha.

– Otin kuvan kotirannasta. Edessä on järvi, rannoilla metsää. Oikealla näkyy Pallakset, ja jos katsoisi toiseen suuntaan, näkisi Ylläksen. Nyt on huta ja aurinkoa, mutta



Kuvasta saa voimaa, pohtivat Pirkko Kuru, Pirkko Rauhala ja Marjo Ahlvik palvelukeskus Marjapaikassa. Seinällä on nyt yhtenäiskoulun oppilaiden töitä.

Green Care on valokuvallinen hankke, jolla edistetään ihmisen hyvinvointia ja elämäntyydytystä luontoon ja maaseutu-työympäristöön liittyvällä toiminnalla. Muonion hankke ranta-alueella, ja ensimmäiseksi kehittämiskohteeksi valittiin ikäihmisten hoivatyö.

– Keskeinen ajatus meillä on tunnistaa La-

dollisuudet hyvinvoinnin tuottamisessa. Meille luonto on arkipäiväistä, ja huomassimme heti, että meilläkin on ollut tähtäjä jo vaikka kuinka paljon Green Carea, sanoo Muonion kehittämissyryhmän aluevastaava **Marjo Ahlvik**.

Hoitavat kuvat -haastetta ideoissaan Ahlvik yhdisti kaksi tunnetusti

– Jos ei itse pääse luontoon kokemaan sen parantavia voimia, tuomme luonnon näiden kuvien avulla vanhuksien luontoon. Ahlvik sanoo.

Luontokuvien lisäksi ikäihmisten iloksi toivotaan kuvia vanhoista esineistä.

– Valokuvan katselemaan muistamaan ja muistelemaan asioita, auttaa myös esimerkiksi ymmärtämään, mitä vuorokauden aikana kehtää, kertoo vanhuksien ohjaaja **Pirkko Kuru**.

Hän myös toivoo, että voimakuvat osaltaan toivat vanhuksien luontoon vierailijoita kuin omaisia. Monet tuntevat arkuutta lähestyvä palvelukeskusta, jos sinne ei ole varsinaista asiaa.

ovat auki, ja täällä saa tulla käymään.

Voimakuvia kerätään kevään aikana haastekampanjalla, jonka tulokset julkaistaan Luoteis-Lapissa. Tunturi-Lapin Kirjapaino tulostaa kuvat julisteiksi, ja kehystetyt kuvat ripustetaan Palvelukeskus Marjapaikan ja terveyskeskuksen hoivaosaston seinille.

– On toivottu, että kuvat vaihtuisivat esimerkiksi juuri vuorokauden mukaan. Niinpä muidenkin valokuvat ovat terveille. Ohjeita kuvien lähettämiseen ja lisätietoa saa minulta, Ahlvik sanoo.

Muonion Green Care suunnittelee hankkeen seuraavia teemoja tänään torstaina työkokouksessaan. Ahlvikin mukaan Muoniossa olisi ainakin tarve luoda kumppanuuksia ja yhteistyöverkostoja luontoon tukeviin elinkeinon kehittämiseen.

Konkreettisiakin aikeita on: kaverikoira-toiminta, puutarhapäivä ja kyläluontopöytä, jolla luonnosta pääsee nauttimaan vaikka rollaattorilla.

Tässä ei etsitä suuria ajatuksia vaan pieniä ja toimivia ideoita. ♦

Teetätin henkilökunnalle kyselytutkimuksen, jossa tiedustelin mm. toiveista kuinka kuvat sijoitettaisiin osastolle, minkä kokoisia kuvat olisivat jne. Toimittajan kanssa palaveri kuvien julkaisemisasuista sekä vaatimuksista painatukseen julisteiksi sekä kymmenen viikon aikana julkaistavien kuvien varmistus sekä varakuva varaus.

Menetelmät ja toiminta:

- o Netistä löysin paljon tietoa ja tutkimustuloksia. Tieteellisestikin on pystytty todistamaan että jo luontokuvan katselu voi olla voimaannuttava kokemus.

- o Sain myös useita yhteydenottoja sähköpostilla. Monet itse halusivat osallistua valokuvahaasteeseen. Työ oli innostava.

Työ valmistui viikko-viikolta ja oli varmistettava seuraava haastekuva valmiiksi. Lopuksi kuvien kokoaminen näyttelyksi.

- Tiedotus:

- o Luoteis-Lappi lehti julkaisi kymmenen viikon ajan Green Care Voimakuvan lehdessä. Tavoitteena oli saada kymmenen kuvan sarja A3 kehystetyiksi julisteiksi. Tärkeää oli että kehykset ovat muovia, kevyitä ja turvallisia.

Sovittiin että tehdään myöhemmin lehtijuttu , jossa muistutetaan Valokuvista ja siitä että henkilökunnan luvalla voi kuvia käydä vaihtamassa.

SÄHKÖPOSTILLA UUTISIA SEKÄ VOIMAKUVA HAASTE KUTSU

GREEN CARE MUONIO UUTISIA

Green Care on luontoon ja maaseutu ympäristöön tukeutuvaa toimintaa, jolla edistetään ihmisen hyvinvointia ja elämänlaatua.

Lapissa Green Care tarkoittaa erityisesti sitä, että tunnistamme Lapin luonnon ja sen erityispiirteiden antamat mahdollisuudet hyvinvoinnin tuottamisessa.

Tavoitteena on että näitä mahdollisuuksia hyödynnetään vielä entistä enemmän elinkeino-koulutus- ja matkailutoiminnassa sekä kunnan palveluissa kuten vanhusten hoitamisessa.

Muoniossa Green Care Lappi –hanke on aloittanut toimintansa 29.1. Ensimmäiseksi kehittämiskohteeksi tulevat hoivaosastot Muoniossa.

Green Care toimintaan voivat osallistua kaikki toiminnasta sekä alueen kehittämisestä kiinnostuneet.

Seuraava kokous on 14.3 klo 12-16 kunnan valtuustosalissa. Pääteemana koulutus. Kehitysmahdollisuuksia esim. ”Tervetuloa Muonion kyläluontopolulle” johon ideoita kaivataan, koirakaveri-toiminta, virkistys puutarha/kukkapäivä jne.

Tervetuloa mukaan ideoimaan!

Ilmoittautumalla saat kahvin kanssa myös pullan!

Ilmoittaudu 12.3. mennessä

Marjo Ahlvik

Muonion kehittämisryhmän aluevastaava

marjo.ahlvik@pp.inet.fi

Lisätietoja hankkeesta

www.greencarelapland.fi www.grfinland.fi

Facebook-ryhmä: Green Care Lappi

arja.jääskeläinen@ramk.fi

TULOSSA;

GREEN CARE MUONIO -HOITAVAT KUVAT-HAASTE

Tuttu luontomaisema

Luonto on kotipihassa, tutussa maisemassa. Se tuo muistoja sekä lohduttaakin.

Tutkimukset tukevat ajatusta, että luonto tervehdyttää ja edistää hyvinvointia.

Luonnolla on parantavia voimia joita voimme kokea myös kuvien välityksellä.

Kerro oma muistosi luonnosta, maisemasta, kotieläimestä, joka on antanut sinulle voimaannuttavia kokemuksia.

Lähetä oma voimakuvasi luonnosta ja tarinasi joko nimimerkillä tai nimelläsi.

Kuvausaiheena

luonto,kukat,puut,kasvit,maisemat,tunturit,viherympäristöt,eläimet,erityisesti ajatuksella, jos ei pääse luontoon - luonto tulee sisälle mm. muuttunut luonto esim. kylän keskustasta kuvin vanhuksille.

Kuvat painatetaan julisteiksi palvelutalo Marjapaikkaan sekä vuodeosastolle.

Julkaisuilla tulee olla vapaakäyttöoikeus myös Green Care tiedotteissa.

Voit lähettää kuvasi osoitteeseen:xxxxx

5 Tulokset ja tuotokset

Voimakuvatyo toteutti Green Care ”Vihreä hoiva” tason.

Se toi voimaannuttavan valokuvanäyttelyn palvelutaloon ja hoivaosastolle, joihin toivottiin myös enemmän vierailijoita.

Tämän tuloksen myötä toivoimme myös sen toteutuvan.

Taulujen luovutus hetki palvelutalo Marjapaikassa sekä TK:n hoivaosastolla 20.6.

Tuttuja Lapin MAISEMIA

Marjapaikan ja hoivaosaston asukkaat saivat seinällisen voimauttavia kuvia.

Jaakko Kangosjärvi keen Muonion alueesta taava Marjo Ahlvik.

– **NÄMÄHÄN** on Lapin maisemia!

Manu Vuontisjärven valokuva tykkylumen hallitsemasta maisemasta ja **Yeli-Pekka Kurjen** ikuis-tama juuri jäänyt Ut-kujärven Talvilahti ovat Palvelukeskus Marjapaikan asukkaille tutun oloisia, mutta on seinällä vähän vieraampiakin luontokappaleita.

– Tuo ei ainakhaan ole täältä, yksi asukas kommentoi **Liisa Arpiaisen** kuvaa Ylämaan härkä Einarista.

Kevään aikana Luoteis-Lapissa julkaistu kymmenen voimakuvan sarja on nyt ripustettu sekä Marjapaikan että Muonion terveyskeskuksen hoivaosaston seinille.

– Kuvien tarkoituksena on herättää katsojassa sekä muistoja että uusia ajatuksia. Tutkimuksetkin osoittavat, että kuvien katselu voi olla voimauttavaa, sanoo idean äiti, Green Care -hankkeen Muonion alueesta taava Marjo Ahlvik.

Hankkeen tavoitteena on hyödyntää luontoon tukeutuvia toimintatapoja muiden muassa sosiaali- ja terveyspalveluissa ja matkailussa.

– Kaikki eivät pääse itse kulkemaan luonnossa. Voimakuvien perusajatus on tuoda luontoa sisätiloihin katsojan iloksi.

Voimakuvia toteuttamassa olivat myös Muonion Lions Club, joka lahjoitti valokuvataulujen kehykset, sekä Tunturi-Lapin Kirjapaino, joka tulosti kuvat. Tarkoitus ei kuitenkaan ole, että haastesarjan tuottamat kuvat jäisivät seinille ikuisiksi ajoiksi.

– Kyselyn perusteella vanhuksat toivovat kuvia eläimistä, vanhoista työväinoistä ja esineistä sekä eri vuodenaajoista. Toiveena on, että ihmiset toisivat omia kuviaan, joi-ta sitten jatkossa vaihdettaisiin näihin kehyksiin, Ahlvik kertoo.

Kehyksiin sopivat kuvat ovat pidemmältä sivultaan 40 ja lyhyemmältä 30 senttimetriä.

– Olemme sopineet, että henkilökunta tarkastaa ja hyväksyy uudet kuvat, ennen kuin ne pääsevät seinälle. ♦

Hilja Hietanen, Anja Soutukorva, Anna Markkanen ja muut Marjapaikan asukkaat saivat juhannuksen alla uut-ta katseltavaa.

Hoivaosaston Eija Kumpurinne ja Marjo Ahlvik miettivät, mille seinälle voimakuvat ripustetaan.



Luoteis-Lappi lehdessä 27.6

KIITOSKIRJE;

Green Care Lappi hanke 1.1.2012-30.6.2014

Green Care on hyvinvointia luonnosta

Voimakuvat ovat olleet ajatuksissa mutta Green Care hanke mahdollisti toteutuksen.

VOIMAKUVAT

Yhtenä Green Care toiminnan tavoitteena on mm. elämänlaadun ja toimintakyvyn parantuminen.

Voimakuvien tarkoituksena on tuoda ja herättää katsojassa muistoja sekä uusia ajatuksia.

Tutkimuksetkin osoittavat että kuvien katselukin voi olla voimauttavaa.

Meillä Lapissa on lähellä kaunis luonto mutta kaikki eivät pääse kulkemaan luonnon keskelle esim. liikuntarajoitteisuuden vuoksi. Tässä onkin Voimakuvien perusajatus eli tuoda luontoa sisätiloihin katsojan iloksi.

Luoteis-lappi lehdessä haasteen kautta saimme hyviä kuvia.

Tuloksena ovat 10 luontokuvaa, jotka on myöskin julkaistu Luoteis-Lappi lehdessä kevään aikana.

Suurkiitos seuraaville tahoille. Kanssanne tämä onnistui:

Kehykset lahjoitti Muonion Lionit ry.

Julisteet lahjoitti Tunturi-Lapin Kirjapaino

Luoteis-Lapin toimituksen väeltä hyviä julkaisuja

Kiitos myös palvelutalon sekä vuodeosaston henkilökunnalle yhteistyöstä.

Toiveena olisi että jatkossa kuvia vaihdettaisiin kehyksiin.

Kyselytutkimuksen tuloksena toiveena ovat etenkin;

-eläinaiheiset kuvat

-vanhoista työtavoista kuvia

-vanhoista esineistä kuvia

-eri vuodenaajoista

Sovitaan että henkilökunta hyväksyy vaihdettavat kuvat.

Toivottavasti moni innostuu julkaisemaan omista kotimuistioista hienoja kuvia.

Kannattaa muistuttaa että tämä on kaikille avoin.

Kiittäen

Marjo Ahlvik

Green Care Muonion aluevastaava

lisätietoja Green Care toiminnasta

www.greencarelapland.fi

www.gcfinland.fi



Euroopan maaseudun
kehittämisen maatalousrahasto:
Eurooppa investoi maaseutualueisiin



Rovaniemen
ammattikorkeakoulu
University of Applied Sciences
LUC



GreenCare
LAPLAND



Jaakko Kangosjärvi



Järvi kotiovella

Pirkko M Rauhala



Talvilahden taidetta

Veli-Pekka Kurki



Punatulkkupari Lahenrannantiellä

Ari Virtanen



Einari lenkillä

Liisa Arpiainen



Lupa vaihtaa vapaalle

Pirkko Kuru



Umpilumen kutsu

Manu Vuontisjärvi



Kevättulva

Ritva-Liisa Ahoniemi



Kaamos Ylimuonion Isosaassa

Outi Mäkitalo



Muoniojärven rannalla kalaverkot kuivuvat

Marjo Ahlvik

Avointen Ovien päivä 16.5.2013

Ajankohta osui juuri matkailuyritysten lomakaudeksi. Laajempi avoimien ovien tapahtuma kariutui myös opiskelijoiden opintomatkan vuoksi. Päivästä tiedotus sähköpostilla ja myös Luoteis-Lapissa ilmoitus. Toteutus tapahtui kahden yrityksen yhteistyönä. Suunnittelu tapahtui sähköpostilla.

Tapahtuman aluksi oli avoin Green Care esittely Särkimajojen ravintola/kahvilassa. Sitten puhdistava saunominen rantasaunalla, rauhoittavassa tunturimaisemassa, käytettiin paikallisia tuotteita sisäisesti-ja ulkoisesti. Tavoitteena virkistävä, voimaannuttava elämys.Osallistujat olivat yrittäjänaisia, kunnan -sekä matkailuhenkilöstöä.

Ihanien naisten sauna on myös jatkossakin tilattavissa ohjelmapalveluna, jossa toimii myös yhteistyöajatus paikallisten yritysten välillä. Yhteistyöllä on mahdollista monipuolistaa palvelua.

Ihanien Naisten sauna

Toteutti Green Care ”Vihreä voima ja virkistys” tason

jossa tavoite on hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen, virkistyminen ja oppiminen.

Ihanat naiset saunassa

Virkistymistä: Muonion Särkijärvellä saunottiin poronmaitonaamioissa ja virkistettiin ihoa lähdevedellä.

Terhi Vanha

Muonion Särkijärven Majojen rantasaunan lauteilla on puheensorinassa ihan pieni tauko aina siinä kohtaa, kun heitetään napakasti löylyä.

Aiheet vaihtelevat nuoruusmuistoista uintikokemuksiin ja lähes kaikkeen siitä väliltä.

Hyvä naistensauna onkin tehty hyvistä löylyistä ja parhaista porinoista. Aurinkoinen ilta on pussaa.

Yrittäjänäisten hyvinvointisanaan lisätään vielä ripaus muita elementtejä: palleroporonjäkäläkuorinta, poronmaitokokovartalonaamio ja lähdevesisuihkeet. Pöydälle on katettu Neidonkainalon herkkuja ja korillinen Lemmenjuomaa. Sen resepti on salainen, mutta karpalolta se maistui.

– MEILLE LAPISSA luonto on niin lähellä, että on myös itselle tärkeä pysähtyä miettimään, osaammeko arvostaa ja löydämmekö luonnosta sen tarjoaman voiman. Näemmekö kaiken kauneuden ja osaammeko siitä kertoa vierailijoille. Luontoa pitäisi kyetä tuomaan lähemmäs myös sellaisille, jotka eivät itse luontoon pääse, sanoo luontolähtöistä hyvinvointihanketta Green Carea Muoniossa vetävä **Marjo Ahlvik**.

Ahlvik antaa saunojille tuotteet ja ohjeet. Ensin peseydytään lähdevesituotteilla ja päälle otetaan kunnan löylyt, sitten koko vartalo kuoritaan palleroporonjäkäläkuorintavoiteella.

SITTEEN LÖYLYHUONEEN ovesta juoksevat jo järveen Särkijärven Majojen emäntä **Tarja Veisto** ja apteek-kari **Helena Varis**. Silloin ei ollut helle, vaan toukokuun ensimmäinen lämmin päi-

Poiminta

Green Care Lappi

Green Care Lappi-hankkeella kehitetään luontolähtöisen hyvinvoinnin palvelutuotteita ja toimintamalleja. Lisäksi järjestään infotilaisuuksia, teematahtumia, kehittämispäiviä ja tutustumismatkoja.

Muoniossa hankkeen Vihreä voima ja virkistys-osiota toteutettiin naistensaunalla ja vartalohoidoilla.

Kaksivuotinen, Rovaniemen ammattikorkeakoulun toteuttama ja Ely-keskuksen rahoittama hanke jatkuu kesään 2014.

Lisätietoa www.gcf Finland.fi



Poronmaitonaamio. Poronmaito on yksi ravintorikkaimmista maidoista.

destä.

– Luonto kaikkineen on se minun juttuni. Istua tunturin laella ja tuntea hyvä olo. Siinähan se on.

Kuivatteluun jälkeen iholle suihkitaan lähdevetä ja levitetään vartaloemulsiota. Iho tuntuu raikkaalta ja pehme-



Jono kulkee kohti saunaa.

Parantavat Länsi-Lapin lähteet

Kosmetologi **Marjo Ahlvik** innostui tutkituttamaan lähdevetä luettuaan **Samuli Paulaharjun** kirjasta eräiden Länsi-Lapin lähteiden parantavista vaikutuksista.

konkreettisesti.

Pimeänä pakkasaamuna hän sitten lähti hakemaan pienillä pulloilla näytteitä salaisesta lähteestä.

– Täysikuu ja hiljainen

loon, niin kiireesti juoksir me mieheni kanssa autol ja siitä suorinta tietä Me kahuoltoon, jotta näytte saadaan ajoissa lähtemäär – Siinä lumisena ja pöllä



AVOIMIEN OVIEN PÄIVÄNÄ 16.5.2013 Särkijärven Majojen rantasaunalla

Hyvinvointisauna tunturien syleilyssä

Ennen egyptittäret ovat kylpeneet aasinmaidossa.

nykyaikana lapissa käydään poronmaitosaunassa:
puhistuthan, virkistythän ja uuistuthan

1. Aluksi koko vartalon esipesu,
peseytyminen lähdevesituotteilla
2. Kunnan löylyt
3. Kuorinta koko vartalolle
4. Ihon kuivaus
5. Vartalonaamion levitys koko vartalolle
6. Lauteilla lämmössä imeytyy tehokkaasti hetkisen
7. Naamion pesu
8. Kuivattelua sekä lähdevesisuihke
9. Vartaloemulsio

NAUTITAAN NEIDON KAINALON HERKKUJA `a la Tarja

6 Arviointi

- Voimakuva haaste onnistui siten kuin toivottiin. Se sai hyvää palautetta ja tuli huomatuksi sekä toteutti Green Caren tunnetuksi tekemistä. Ideaa on jo kysytty laajemmaksi esim. kirjaston tiloihin.
 - Hankkeen nopea aikataulu oli haaste koska varsinkin aluksi oli osallistuminen vähäistä.
 - Lopullinen tulos oli positiivinen ja toivottavasti toimintamallia käytetään laajemmaltikin
 - Valokuva näyttely antaa mahdollisuuden kuvien käytölle muiden iloksi esim. harrastelijoilla tuhansia muistikorteilla. Kuvat tuovat paljon iloa ja tunnelmaa esim. sairaalaympäristöön. vs. valkea tyhjä seinä ja vuodepotilas
 - Sovittiin että henkilökunnan kautta voi tuoda uusia vaihdettavia kuvia kehyksiin. Muistutetaan myöhemmin lehtijutulla mahdollisuudesta viedä kuvia osastoille.
- Tuloksena tuli toimintamalli, jota on jo tiedusteltu sekä on innostanut pohtimaan voisiko omalle seinälle tehdä vastaavaa.
- Idean kustannukset olivat pienet joten toteutus mahdollista pienissäkin yksiköissä.
- Tähän tehtävään jakso oli sopivan pituinen ja osallistujia riittävästi mutta laajempiin tehtäviin olisin odottanut enemmän osallistujia
 - Kehittäjänä;
 - Tukea sain RAMK:n Arjalta, Riitalta sekä Sannalta viestintäasioissa
 - Paikallisilta olisin toivonut enemmän osallistumista, Voimakuva työryhmä oli toimiva.
 - Työ on laajentanut myös omaa näkemystä ja osoittanut haasteellisuuden hanketyöskentelyssä etenkin saada toimiva työryhmä kokoon
 - Ennen varsinaista hanketyöskentelyä auttaisi selkeä havainnollistaminen miten Green Care voisi olla mukana, tehdä ja tuottaa esim. yrityksissä toimintaa. Esimerkein kerronta voisi olla tehokkainta.
 - Osallistuminen kasvoi mutta sitten loppuikin jo aika. Green Care koettiin alussa todella vieraaksi ja siihen meni oma aika ennen kuin se hahmottui selkeämmäksi.
 - Lapissa meillä jo kotipihakin tarjoaa näkymän luontoon mutta kovin usein myös me itse tarvitaan joku ulkopuolinen, kertomaan kuinka ihanat värit ja maisemat meillä on, jotta me itse ne myös huomataan, ne pienetkin mahdollisuudet ja varsinkin osataan niistä myös kertoa.

7 Pohdinta

Aloittaessani hanketyön minulla oli tunne että hyppään liikkuvaan junaan ja hieman epävarmuus olenko oikeilla jäljillä.

Miten saan paikalliset mukaan kesken sesongin ja sitten toukokuun lomakauden aikana.

Minulla on ollut tämä kuvaidea jo olemassa ennen hanketta. Lähdin mukaan koska ajattelin että tämä työ sopii kuin ”piste iihin” toteutettavaksi Green Care hankkeessa, jos ei muita ideoita lähde syntymään.

Toivon että Green Care toiminta on luonut edellytyksiä yhteistyöhön paikkakunnallamme ja toimintamme osoittanut, että hankkeesta voi jäädä konkreettisia tuloksia. Hanke loi uusia yhteyksiä esim. suunnitteilla olevaan kaverikoira-toimintaan

Nykypäivänä hankkeita on todella useita ja päällekkäisiä. Alussa oli myös tärkeää korostaa Green Care omaksi hankkeeksi ja se sekoitettiin usein myös nimenvuoksi puutarhaasioihin. Nimeä myös moitittiin vaikeaksi..

Aluksi oli Green Care hanketta pidettiin sekavantuntuisena ja vaikeasti ymmärrettävänä varsinkin kun paikkakunnalla valtaosa yrityksistä on jo luonnossa ja palvelut ovat pitkälle luontoon suuntautuvia eli hanketoiminnan ideologia on todella lähellä meitä lapissa asuvia.

Green Care hanke tuo uusia näkökulmia sekä vahvistaa esim. kerrontaa ja lisää myös omaa havainnointia kotiympäristöstä.

Valokuvien ottaminen ja valitseminen on ollut suurena apuna myös kuvaajille, toiminta on lisännyt havainnoimaan kuvia ja luontonäkymiä, mitä niistä voimme saada? Voimaa, hyviä muistoja, tuntea ja muistaa asioita elämän varrelta. Ja ketä voimme mahdollisesti ilahduttaa?

- Toiveita olivat myös luontopolut, perinteitä kunnioittavat asiat mm. perinnepäivien järjestäminen. Yleisesti kiinnostus historiallisiin työtapoihin ja esineisiin oli huomattava. Positiivinen palaute oli myös ja kiteytyy hienosti ajatus ” pienikin teko riittää”.