



# **VoiMaa! -hankkeen kuulumiset**

**Anja Yli-Viikari ja Anu Kaukonen**



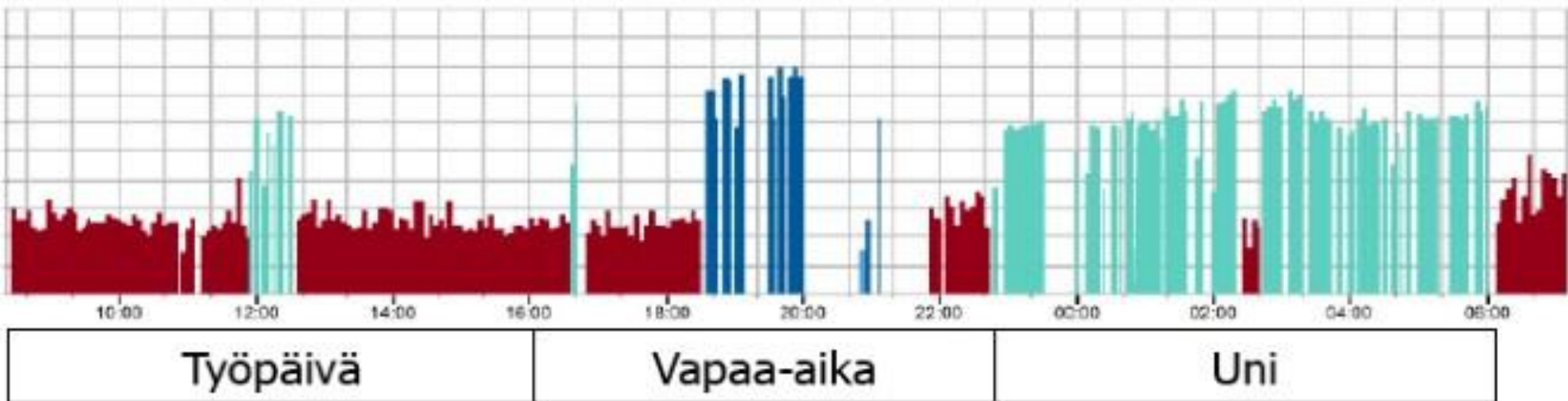
# Hyvinvointivaikutukset ...

## Luonnon vaikuttavuus



- Elimistön stressireaktioiden väheneminen
- Keskittymiskyvyn paraneminen,
- Läsnäolo nykyhetkessä ja kokonaisvaltaiset aistielämykset
- Mielialan paraneminen

# Stressin mittaaminen: sykevaihtelut



# Stressin vaikutukset

- kyky uusien kokemusten jäsentämiseen ja olennaisten asioiden tunnistamiseen
- tunteiden itsesäätelykyky, esimerkiksi kyky lohduttaa itseään, turhautumien sietokyvyn lasku
- uupumus, jossa uuden oppimisen ja vaihtoehtojen löytämisen vaikeus kroonistuu
- kortisolipommitus
- yhteydet verenpainetautiin, diabetekseen ja sydänsairauteen
- lapsilla vaikutuksia pituuskasvuun

## Hyvinvointivaikutukset ...



Ylitalon alpakat ja laamat

## Eläinten vaikutukset

- Eläinten rauhoittavat vaikutukset: lohdun, läheisyyden ja hellyyden tarjoaminen ilman sosiaalisia arvoasetelmia
- Eläinten taito läsnäoloon vastakohtana ihmisten pyrkimykselle elää tulevassa tai menneessä
- Ilon ja naurun tuominen!
- Harjoittelutilanne vuorovaikutuksen ja tunnetaitojen opetteluun
  - Puheen sijaan ruumiinkieli
  - Sosiaalisten pelisääntöjen ja vastuullisuuden oppiminen eläinten avulla

# Maatilan/hevostallin/ puutarhan vaikuttavuus



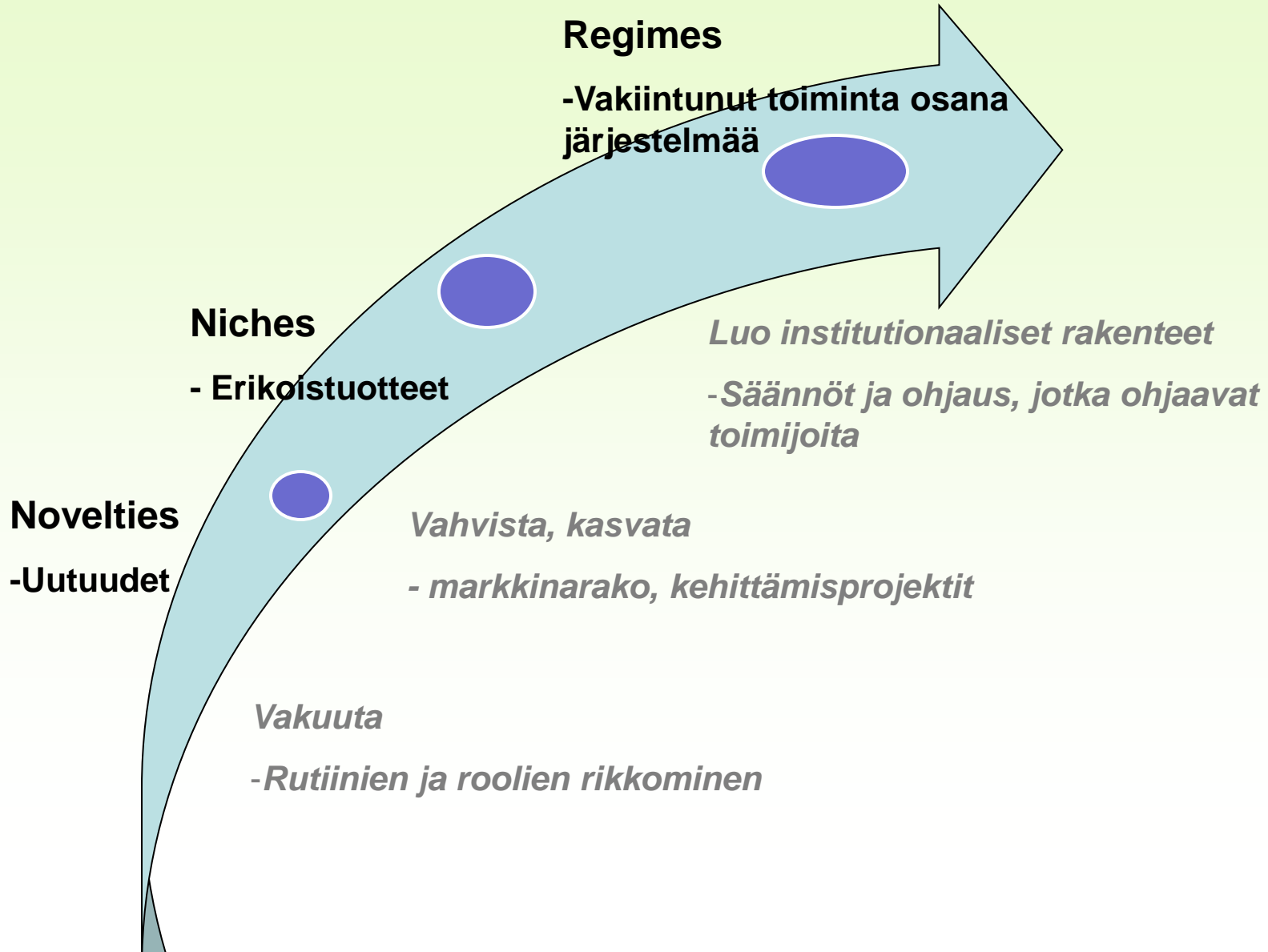
Sadonkorjuujuhla Hakamaan tilalla

- ”Tukeva ja tuuppiva” ympäristö kuntoutumiseen ja omien voimavarojen palautumiseen
- Arkipäivän rutiinit kannattelevat
- Mahdollisuus työtehtävien mitoittamisen kykyjen mukaisesti
- Jatkuva palaute yhteisön ja toiminnan kautta
- Kokemus oman työpanoksen tarpeellisuudesta, vastuunotto
- Vuorovaikutus eläinten ja luonnon kanssa: vuodenkierron, kasvun ja lisääntymisen ilmiöt
- Oman ruoan tuotanto

# Case: kehitysvammaisten työtoiminta ja asuminen maatilalla



# Innovaatioiden leviäminen





Tuote  
merkit

Tuote  
merkit

Tuote  
merkit

Tuote  
merkit

Tulevaisuuden tuotemerkit laatukriteereineen

Terapia/  
kuntoutus

Hoiva/  
asuminen

Päivä  
toiminta

Sosiaalinen  
työllistäminen

Hyvinvointi-  
palvelut:  
virkistys,  
matkailu

Olemassa olevat laatustandardit,  
haasteena uusien menetelmien  
käyttöönotto ja yhteistyö paikallisten  
luonto- ja maatilayrittäjien kanssa  
=>laatukriteerit eläinten, puutarhan ja  
maatilaympäristön käytölle

Maatilojen  
mukaanlähtö,  
toimintamallin  
kehittäminen  
vetovoimaiseksi

Luontosisällön  
kirkastaminen ja  
monipuolinen  
tuotteistaminen,  
tuotetarjonnan  
selkeyttäminen

**Green Care Finland -yhdistys**

Yhteinen arvopohja: luonnon tarjoamien mahdollisuuksien käyttöönotto



[www.mtt.fi/greencare](http://www.mtt.fi/greencare)



**Green Care**  
FINLAND

[www.gcfinland.fi](http://www.gcfinland.fi)