

Matkaraportti

Luontoa elämään! -hankkeen
opintomatka Ruotsiin

16.-20.5.2016



Elinkeino-, liikenne- ja
ympäristökeskus

LAPIN AMK⁷
Lapland University of Applied Sciences



EDURO
EDELÄKÄVIJÄ



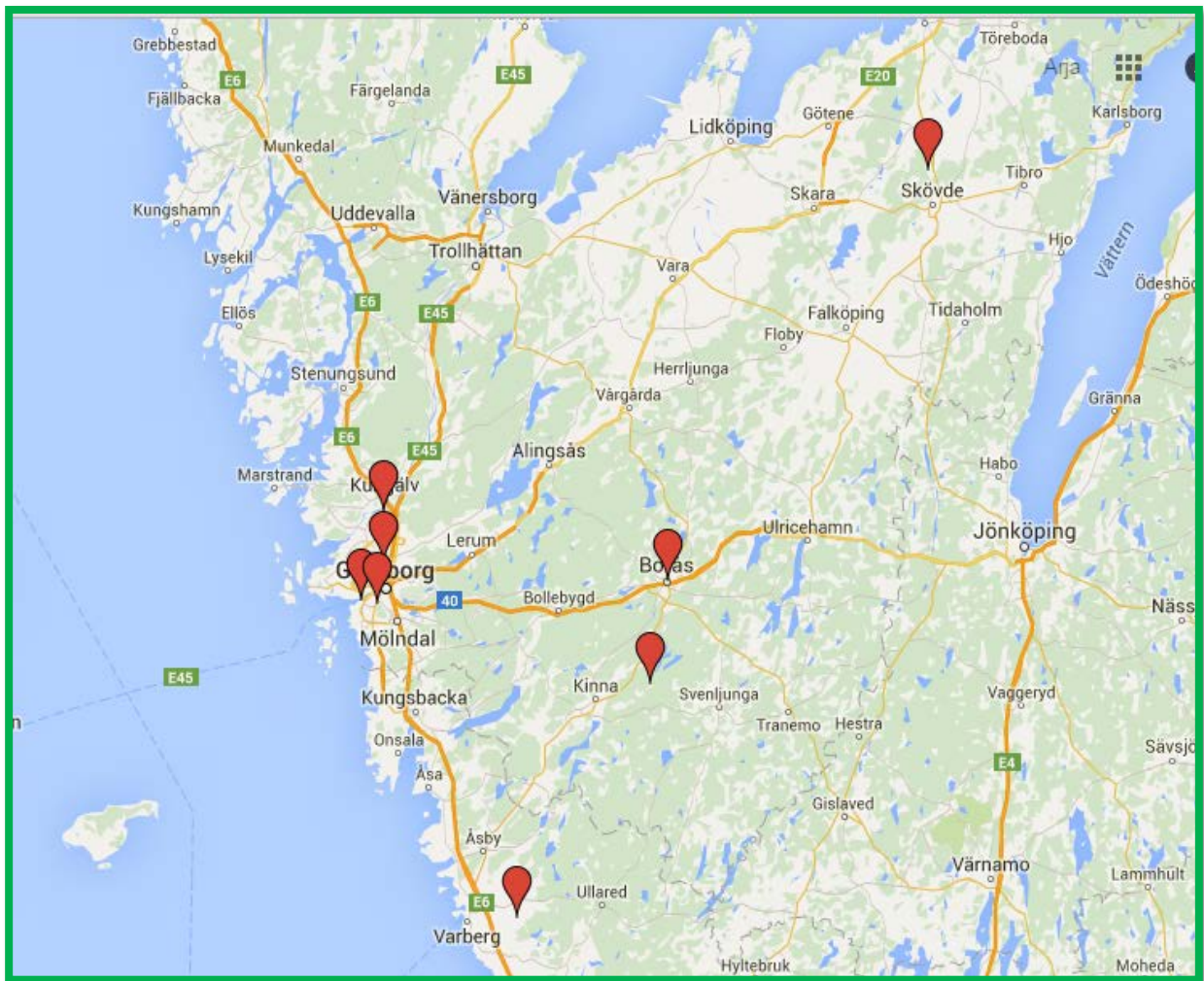
Sisällys

| | |
|---|----|
| 1 Opintokäyntikohteet | 3 |
| 2 Matkan järjestäjä | 3 |
| 3 Matkan peruste | 4 |
| 4 Matkan tavoite..... | 4 |
| 5 Osallistujat | 4 |
| 6 Aikataulu ja ohjelma | 5 |
| 7 Matkakustannukset | 6 |
| 8 Luontoon tukeutuva toiminta Ruotsissa..... | 6 |
| 9 Matkakertomus ja tietoa kohteista | 7 |
| Kohde 1. Göteborgin kasvitieteellinen puutarha | 7 |
| Kohde 2. Grön aktiv utveckling på Rånna (Astrakan-hanke, Skövde)..... | 8 |
| Kohde 3. Gröna Vägen, Borås | 11 |
| Kohde 4. Grönt arbete & rehab, Hökälla..... | 13 |
| Kohde 5. Sans o rörelse, Lunna..... | 15 |
| Kohde 6. Stallyckan i Mark, Skephult..... | 17 |
| Kohde 7. Grön hälsa och rehab, Grimeton..... | 19 |



1 Opintokäyntikohteet

Matkan kohteet olivat Länsi-Göötanmaalla ja Hallandissa sijaitsevat, Grön Rehab -toimintamallia toteuttavat maatilat. Opintokäyntikohteet olivat: Göteborgin kasvitieteellinen puutarha, Grön aktiv utveckling på Rånna (Astrakan-hanke, Skövde), Gröna Vägen (Borås), Hökalla Grön arbete och rehab (Hisingsbacka), Sans o Rörelse (Lunna), Stallyckan i Mark (Skephult) ja Grön Hälsa och Rehab (Griemeton, Halland). Rovaniemeltä Helsingin kautta Göteborgiin matkustimme lentokoneella ja Göteborgissa matkat taittuivat kahdella vuokra-autolla.



2 Matkan järjestäjä

Matkan järjestäjänä toimi Lapin ammattikorkeakoulun hallinnoima Luontoa elämään! -- Toimintakykyä ja osallisuutta luontolähtöisillä menetelmillä ja palveluilla -hanke (ESR). Tästä Lapin ammattikorkeakoulun [julkaisusta](#) löytyy artikkeli hankkeesta. Matkaraportin kuvat ovat matkalle osallistuneiden ottamia.

3 Matkan peruste

Hankesuunnitelmaan sisältyy opintomatka Ruotsiin tai Norjaan.

4 Matkan tavoite

Matkan tavoitteena oli löytää ideoita ja toimintavaihtoehtoja hankkeessa kehitettäviin toimintamalleihin. Tarkoituksena oli tutustua Ruotsin Grön Rehab -toiminnan sosiaalisen kuntoutuksen ja toimintakyvyn tukemisen malleihin. Tavoitteena oli myös verkostoitua muiden Green Care -toimijoiden kanssa.

5 Osallistujat

Opintomatalle osallistui hankkeen toimijoita ja sidosryhmien jäseniä Rovaniemeltä, Kemijärveltä, Sallasta ja Tervolasta, yhteensä 11 henkilöä.

Kemijärven osahanke: Tarja Mouhi, Katja Hannula ja Pirjo Kellokumpu

Eduron osahanke: Laura Niskala ja Tiina Annunen

Sallan osahanke: Susanna Jussila

Lapin ammattikorkeakoulun osahanke: Tero Leppänen, Taimi Tolvanen, Leena Välimaa ja Arja Jääskeläinen

Yrittäjä Eeva-Kaisa Lahti



6 Aikataulu ja ohjelma



| PVM | KLO | OHJELMA |
|-----------|----------------|---|
| 16.5.2016 | 09.15 – 10.30 | Rovaniemi – Helsinki |
| | 11.55 – 12.20 | Helsinki – Göteborg |
| | 13.00 -- 14.00 | Göteborgin lentokenttä - Västra Frölunda |
| | 15. 00 – 17.00 | Majoittuminen Dockyard Hotelliin, Västra Frölunda Tutustuminen Göteborgin kasvitieteelliseen puutarhaan, Slottskogen |
| 17.5.2016 | 06.15 – 09.00 | Västra Frölunda – Skövde |
| | 09.00 – 12.00 | Tutustuminen Astrakan-hankeeseen Skövdessä, Rånna Egendom |
| | 12.00 – 14.00 | Skövde – Borås |
| | 14.00 – 16.00 | Tutustuminen Gröna vägen – toimintaan Boråsissa |
| | 17.00 – 18.00 | Borås – Västra Frölunda |
| 18.5.2016 | 08.00 – 09.00 | Västra Frölunda – Hisingsbacka Hökalla Grönt arbete och rehab |
| | 09.00 -- 12.00 | Tutustuminen Hökållaan |
| | 12.00 – 13.00 | Ruokailu ja siirtyminen Lunnagårdiin |
| | 14.00 – 16.00 | Tutustuminen Lunna Ridklubben, Rödbo Lunnagård |
| | 16.00 – 17.00 | Paluu Västra Frölunda majapaikkaan |
| 19.5.2016 | 08.00 – 09.00 | Västra Frölunda– Högshult Stallyckan |
| | 09.00 – 12.00 | Stallyckan i Mark, Högshult Stallyckan, Skephult |
| | 12.00 – 13.00 | Skephult – Grimeton |
| | 14.00 – 17.00 | Tutustuminen Grön Hälsa och Rehab, Kärramosse Gård, Grimeton |
| | 17.00 – 18.30 | Paluu Västra Frölundan majapaikkaan |
| 20.5.2016 | 10.00 – 11.00 | Västra Frölunda – Göteborgin lentokenttä |
| | 13.00 – 15.25 | Göteborg – Helsinki |
| | 16.45 – 18.00 | Helsinki – Rovaniemi |



7 Matkakustannukset

Osahankkeet vastasivat osallistujien majoitus- ja matkustuskuluista, paitsi Lapin amk vastasi vuokra-autojen kuluista ja opintokäyntikohteiden tutustumismaksuista. Yrittäjä Eeva-Kaisa Lahti maksoi omat matkakustannuksensa, Leena Välimaan työaika kustannettiin Lapin amkin hoitotyön koulutusohjelmasta ja Pirjo Kellokumpu osallistui matkalle vapaa-aikanaan. Ruokailut jokainen osallistuja maksoi itse.

8 Luontoon tukeutuva toiminta Ruotsissa

[Grön omsorg](#) –toiminta on hoitoa ja hoivaa maataloilla ihmisille, jotka kuuluvat sosiaalihuoltolain piiriin ja tarvitsevat tukea ja palveluita toimintakyvyn ylläpitämiseksi sekä itsenäisen elämän ja aktiivisen osallistumisen mahdollistumiseksi. Toiminta on saanut innoituksen Norjan Inn på tunet –toiminnasta, johon liittyen Ruotsin maatalousjärjestö LRF on tehnyt yhteistyötä Norjan kanssa. Toiminnan käytännön toteutuksessa on kaksi mallia. Maatila voidaan kokonaisuudessaan vuokrata kunnalle, jolloin sosiaali- ja terveystoimi käyttää sitä kuntoutuksen tai hoivan toimintaympäristönä tai tila voi ottaa kokonaisvastuun toiminnasta.

[Grön Rehabilitering](#) -toiminta on tarkoitettu ihmisille, jotka tarvitsevat kuntoutumista, toimintakyvyn ylläpitämistä tai vahvistumista. Toiminta on pääasiassa työtoimintaa ja se voi olla puutarha- tai eläinavusteista tai molempia. Yhteistyötä tehdään osallistujien työnantajien, sosiaalivakuutuslaitoksen sekä sosiaali- ja terveystoimen kanssa. Toiminnan sisältö ja työntekijöiden ammattikoulutus vaihtelee. Länsi-Göötanmaan [Gröna Rehab](#) – sivustolta löytyy luontoon tukeutuvaa kuntoutustoimintaa toteuttavien yritysten ja muiden tahojen yhteystietoja koko Ruotsista.

[Grön Arena](#) on Ruotsin Kotitalousseuran ([Hushållningssällskapet](#)) organisoima kehittämis- ja toimintakonsepti, jossa tavoitteena on kehittää sosiaali-, koulutus- ja virkistyspalveluja maataloilla. Grön Arena –toiminta on alkanut Värmlandista vuonna 2006 ja on nykyisin maanlaajuista.

[Hälsans Natur](#) on yhdistys luontoon tukeutuvista menetelmistä kiinnostuneille ihmisille. Yhdistyksen tavoitteena on levittää tietoa luonnon tuomista hyvinvointivaikutuksista ja edistää toimintaa, jossa hyödynnetään luonnon parantavia voimia.



9 Matkakertomus ja tietoa kohteista

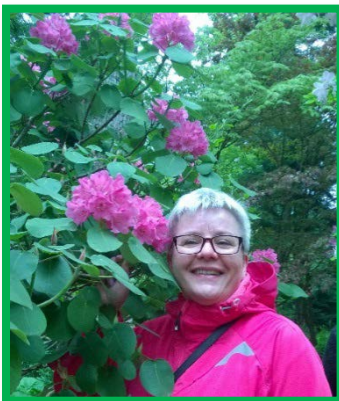
Maanantai 16.5.2016

Lähtö Rovaniemeltä tapahtui klo 9.15 lennolla Helsinkiin, josta jatkoimme klo 11.55. Göteborgia kohti. Saavuimme Ruotsiin klo 12.20 (paikallista aikaa) ja majapaikkaan [Dockyard -hotelliin](#) navigoimme kahdella vuokra-autolla. Majoittumisen jälkeen tutustuimme Göteborgin upeaan, keväisessä kukkaloistossa olleeseen kasvitieteelliseen puutarhaan. Siellä toteutetaan Länsi-Göötanmaan alueella työskenteleville tarkoitettua kuntoutustoimintaa nimellä Gröna Rehab.

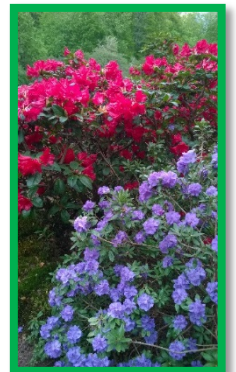
Kohde 1. Göteborgin kasvitieteellinen puutarha

[Göteborgin kasvitieteellinen puutarha](#) on 175 hehtaarin kokoinen alue, josta suurin osa on luonnonsuojelualue. Erilaisten puutarhojen runsaan 16 hehtaarin alueella kukoistaa noin 16 000 kasvilajia.

[Gröna Rehab –toiminta](#) on kasvitieteellisessä puutarhassa pysyvää toimintaa, joka alkoi vuonna 2006 projektina. Toiminta perustuu tutkimustietoon puutarhan ja luonnon vaikutuksista ihmisen hyvinvoinnin tukena. Toiminnassa yhdistetään tämä tieto vakiintuneisiin menetelmiin kuten fysioterapiaan, toimintaterapiaan ja psykoterapiaan.



Mukana on vuosittain noin 50-60 ihmistä. Osallistujat tekevät puutarhatöitä ja kävelyretkiä puutarhassa tai lähistöllä Änggårdsbergenillä. Talvella tehdään käsistöä luonnonsuojelualueista sekä karsitaan puita ja pensaita. Toimintaan kuuluu kehonhahmotuksen harjoituksia, stressihallintakeinojen oppimista, valokuvan käyttöä ja keskusteluja. Ryhmissä on 6-8 henkilöä, mikä mahdollistaa yksilöllisen kohtaamisen.



Gröna Rehab –tiimiin kuuluu biologi, puutarhuri, fysioterapeutti, toimintaterapeutti ja psykoterapeutti. Yhteistyökumppanina on sosiaalivakuutuslaitos, työvoimapalvelut, [Stressilääketieteen instituutti](#) ja [Maataloustieteen yliopisto Alnarpissa](#) ym. [Eva Sahlin](#) on tehnyt väitöskirjan ja muita tutkimuksia Gröna Rehab –toiminnasta ja sen vaikutuksista.



Tiistai 17.5.2016

Tiistaiamuna varhain lähdimme ajamaan kohti [Skövdeä](#), joka on noin 170 km Göteborgista koilliseen päin. Saavuimme ennen yhdeksää Rännan tilalle, jossa meidät otti vastaan kaksi [Astrakan-hankkeen](#) työntekijää. Pienen alkuesittelyn jälkeen kävelimme vaihtelevassa ja kauniissa lähimaastossa lenkin, jonka hankkeen toimintaan osallistuvat kävelevät ohjaajien kanssa joka aamu saavuttuaan Rännaan. Kävelylenkin aikana työntekijät kertoivat Astrakan-hankkeen kuntoutustoiminnan periaatteista. Palattuamme kuulumme toiminnasta lisää kahvikupin ääressä.

Skövdestä ajoimme noin 120 km [Boråsiin](#), jossa ruokailimme ja siirryimme seuraavaan kohteeseen [Rya åsarin luonnonpuistoalueelle](#). Kävelimme luonnonpuiston poluilla ja tutustuimme sinne rakennettuun kulttuurimaisemaan, puutarhaan ja kasvihuoneeseen. Työntekijät kertoivat toiminnasta ulkona ja lopuksi sisätiloissa, joissa oli mahdollista mm. kasvattaa taimia ja valmistaa luonnonmateriaaleista erilaisia tuotteita.

Kohde 2. Grön aktiv utveckling på Rånna, Skövde

[Astrakan –hankkeen toiminta Rännassa \(2013-2018\)](#) on tarkoitettu erityisesti pitkään toimeentulotuen varassa olleille ihmisille. [Kotitalousseura Skaraborg](#) ja Skövden kunta toteuttavat hankkeen yhteistyössä. Hankkeessa toimii kaksi työntekijää kotitalousseurasta ja kaksi Skövden kunnasta osittain osa-aikaisesti (2,8 henkilötyövuotta) ja he ovat koulutukseltaan sosiaali- ja luontoalan ammattilaisia. Hankkeen rahoittavat Skövden kunta (50%) ja Kotitalousseura Skaraborg (50%).



Osallistujat ovat yli 18-vuotiaita ja joukossa on paljon maahanmuuttajia. Osallistujia on noin kymmenen kerrallaan. Tähän mennessä on ollut mukana 20 osallistujaa. Osallistujat ohjautuvat Skövden kunnan sosiaalityön kautta, jossa moniammatillisella tiimillä tehdään toiminnan suunnitelma ja asetetaan tavoitteet.

Osallistujat ovat mukana noin toiminnassa keskimäärin 7,5 kk. Asiakkuus päättyy, kun osallistujan henkilökohtaiset tavoitteet on saavutettu ja hän on valmis siirtymään portaittaisessa kuntoutusjärjestelmässä seuraavalle portaalle.

Osallistujat täyttävät toiminnan alkaessa lomakkeen, jossa kysytään asiakkaan kokemusta omasta terveydestään ja työelämävalmiuksistaan. Alkuhaastattelu on voimavaralähtöinen. Kun osallistuja on saavuttanut tavoitteensa, täytetään toinen lomake, joka on syvällisempi kuin aloituksessa käytettävä lomake.

Rännan toimintaympäristöinä ovat puutarha ja lähiluonto. Toiminta on voimavaroja vahvistavaa, elämänlaatua parantavaa, työtä muistuttavien käytäntöjen tarjoamista ja sosiaalista vuorovaikutusta. Toimintaa on neljänä päivänä viikossa 3-4 tuntia kerrallaan.

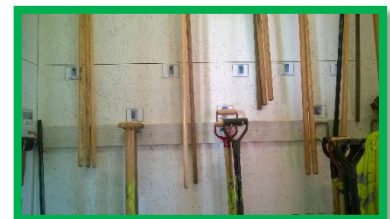
Toimintapäivä on strukturoitu ja se aloitetaan työvaatteiden vaihdolla, päiväohjelman läpikäynnillä ja kävelyllä lähimaastossa.

Aamukävelyn merkitys on tärkeä paitsi fyysisen kunnon kohentamisen kannalta myös psyykkisesti ja sosiaalisesti. Sen aikana käytetään aktiivisesti kaikkia aisteja ja tehdään huomioita luonnosta, vuodenajoista ja säästä sekä keskustellaan kuulumiset. Työntekijät kertoivat että aamukävelyn aikana he kuulostelevat asiakkaiden mielialoja ja kuulumisia ja asiakkaiden on usein helpompi kertoa asioista kävelyn aikana kuin esim. kahvipöydän ääressä. Kävely myös orientoi päivän toimintaan. Kävelyn aikana ja toiminnan lomassa on mukana koko ajan terveysneuvonta ja huomion kiinnittäminen omaan hyvinvointiin.



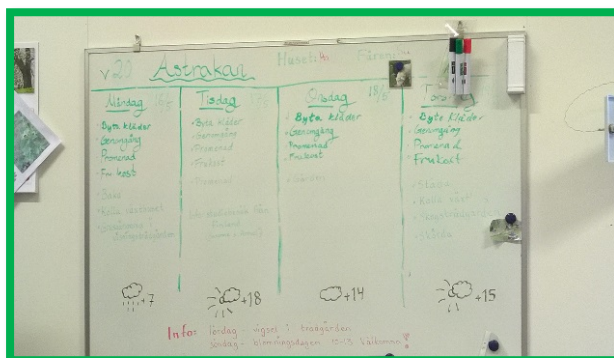
Kävelylenkin jälkeen syödään aamiainen ja aloitetaan puutarhatyöt ja muu toiminta sään ja vuodenajan mukaan. Tilalla on kaksi lammasta ja myös koira on päivittäin toiminnassa mukana. Lampaiden hoitoon ja muuhun toimintaan liittyen osallistujilla on omia vastuualueita. Toiminnan tarkoitus ei ole kasvattaa myyntiin vihanneksia ja hedelmiä, vaan tärkeämpää on puutarhassa työskentely, ryhmässä työskentely, siellä oleskelu ja yhteiset keskustelut. Osallistujilla ei ole juurikaan poissaoloja toiminnasta. Toiminnassa ei käytetä koneita vaan työt tehdään pääasiassa ihmisvoimin. Talvella, kun puutarha on talvilevossa istuvat usein tulilla ja paistavat nuotiolla esim. leipää. Talven aikana he polttavat kuivia omenapuiden oksia ja jokainen osallistuu työhön omien voimavarojensa mukaan. Ergonomia on huomioitu hyvin. Toiminnassa keskeisiä sääntöjä ovat toisten kunnioittaminen ja tasa-arvo, joka näkyy esim. siinä, että ei ole erikseen määritelty naisten ja miesten töitä.

Toiminnan aikana puhutaan vain ruotsin kieltä, joka on tärkeä taito työelämävalmiuksia ajatellen. Ruotsin kielen sanojen tukena he käyttävät myös kuvia esim. työkaluvarastossa on kuvakortit, joissa on ruotsiksi myös työkalun nimi.



Periaatteita ja käytäntöjä

- Mahdollisuus merkityksellisiin päiviin ja työskentelyyn pitkäaikaisen muutoksen aikaansaamiseksi omassa elämässä
- Toiminnassa käytetään kuvia kommunikaation apuna
- Toiminta on ryhmätyötä yksilöllisellä fokuksella
- Yksilön vahvistaminen, edellytysten antaminen yksilölliselle kehitymiselle ja omien resurssien löytämiselle
- Suunnitelman tekeminen ja säännöllinen seuranta yhdessä sosiaalihuollon työntekijän kanssa
- puhuminen ruotsin kielellä auttaa kotoutumisessa
- kunnioitus ja hyväksyminen ovat keskeisiä periaatteita
- edellytys osallistumiselle, että kykenee kävelemään aamulenkkiin
- ergonomisia työasentoja painotetaan
- viikko-ohjelma kirjoitettu kokoontumishuoneen seinällä olevaan tauluun
- kaikilla on mahdollisuus tehdä jotakin esim. katsella tulta, ylläpitää tulta, osallistua fyysisiin töihin kuten oksien kantamiseen nuotioon
- tee mitä jaksat ja tee se rauhallisesti



Kohde 3. Gröna Vägen, Borås

[Toiminta](#) on alkanut kunnan aloitteesta Rya åsarin luonnonpuiston alueella vuonna 2010 projekteina ja nyt on vakinaista toimintaa. Paikalle on rakennettu kulttuurimaisema, jossa on talo ja navetta 1800-1900 –luvun henkeen. Alueelle oli perustettu Milleniumpuisto (ilotulitusten sijaan), johon alueen ekaluokkalaiset olivat istuttaneet jokainen yhden tammen.

[Sjuhärads Samordningsförbund](#) -yhtymä on toiminnan yhteistyöelin, jossa mukana ovat työvoimaviranomaiset, sosiaalivakuutuslaitos (~Kela), Länsi-Göötanmaan alue ja alueen kuntia. Boråsin kaupungin osalta yhteistyössä on mukana Boråsin kaupungin tekninen osasto. Toiminnan rahoittaa Boråsin kunta (500 000 kr) ja muut tahot (1,2 milj. kr). Gröna Vägenissä työskentelee kaksi puutarhakonsulenttia, joilla on erilaisia taustakoulutuksia kuten terveyskasvattaja, luontoterveyskasvattaja, mindfulnessohjaaja, viljelijä, erityispedagogi ja puutarhaterapeutti.

Osallistujia on 40-50/vuosi. Osallistujista 95% on naisia hoito- ja opetusalaalta. Toiminnan tavoitteena on paluu omaan työpaikkaan tai opiskelemaan jakson jälkeen. Osallistujat ovat työkäisiä ja heillä on stressipohjaisia sairauksia kuten masennusta, ahdistusta, posttraumaattista stressiä ja sosiaalista eristyneisyyttä. 90% osallistujista tulee kuntoutukseen sosiaalivakuutustoimiston kautta lääkärin määräyksellä. Osallistumalla toimintaan osallistuja saa työmarkkinaoikeutensa takaisin.

Joka kuukauden ensimmäinen maanantai on tutustumispäivä, jonka jälkeen tehdään sopimus kuntoutusjaksosta sosiaalivakuutuslaitoksen käsittelijän kanssa. Tavoitteet määritellään Gröna Vägenin työntekijän ja osallistujan kesken.



Kuntoutusjakson kesto on 14 viikkoa ja joka viikko on neljä mahdollista osallistumiskertaa, joiden kesto on kolme tuntia. Toimintatunteja lisätään jakson edetessä kunkin voimavarojen mukaan. Tavoitteena on osallistuminen neljänä päivänä viikossa. Joka 7. viikko alkaa uusi ryhmä. Osallistujat työskentelevät 6-7 hengen ryhmissä.

Jakson puolivälissä tehdään väliarviointi, jossa lääkäri, sosiaalivakuutuksen edustaja ja työntekijät ovat mukana. Lähettäjätaholle tehdään loppuraportti jaksosta ja tavoitteiden saavuttamista arvioidaan yksilöllisesti keskustellen.



Toiminta on luontopainotteista kuntoutusta, jonka tavoitteena on valmentaa työhön. Osallistujilla on mahdollisuus harjoitella työelämätaitoja ja arkipäivän sujumista sekä vahvistaa terveyttään ja elämänlaatuaan.

Periaatteita ja käytäntöjä

- Toiminnan päämenetelmät ovat puutarhatyö, rentoutus ja keskustelut.
- Toiminta toteutuu jokaisen voimavarojen mukaan ja siinä on tärkeää fyysinen työ, aistien käyttäminen ja kävely.
- Ryhmällä on suuri merkitys kuntoutumisessa.
- Toiminnan tavoite ei ole olla liiketaloudellisesti tuottavaa.
- Osallistujat saavat sadon itselleen ja osa vieään kunnan vanhustenhuoltoon.



Keskiviikko 18.5.2016

Tämän päivän kohteet sijaitsivat lähellä Göteborgia, joten lähdimme liikkeelle vasta klo 8. Hökällassa sijaitseva kohde **Grönt arbete & rehab** oli kauniilla paikalla lähellä monien lintulajien suosimaa kosteikkoa, jossa kävimme kävelyllä aamukahvin ja alkuesittelyn jälkeen. Kävimme syömässä alueella sijaitsevassa ravintolassa, kirjoitimme raportteja ja ajoimme sitten Göteborgin vammaisratsastusklubille Lunnaan, jossa meille esiteltiin **Sans orörelse** –hevosavusteista toimintaa ensin kävellessämme maastoratsastuspolulla ja sitten kahvitellessamme sisätiloissa.

Kohde 4. Grönt arbete & rehab, Hökällä



Hökällassa on Ruotsin kirkon järjestämää ja kustantamaa luontoon liittyvää työtoimintaa pitkäaikaistyöttömille ja kuntoutujille, pysyvästi vuodesta 2009 alkaen. Yhteistyötä tehdään Göteborgin kaupungin työvoimatoimiston ja puistotoimen kanssa. Kaupunki antaa työvälineet esim. raivaussahat ja työvaatteita osallistujien käyttöön vastapalvelukseksi Hökällan alueen hoitamisesta.

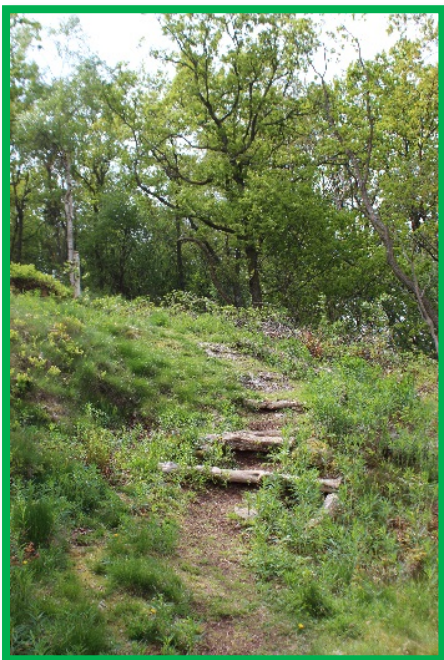
He kasvattavat myös kasvihuoneessa kukkia, joista Göteborgin kirkkoihin toimitetaan alttarikukat. Puutarhan tuotteita käytetään myös yhteisessä ruokailussa, joka on asiakkaille hyvin edullinen. Toiminnan tavoitteena ei ole tuottaa voittoa.



Hökällaa on tarkoitus kehittää houkuttelevaksi luonnonvirkistysalueeksi, jolla on runsas biologinen lajisto.

Toiminnasta vastaa luonnosta ja linnuista kiinnostunut pappi, psykiatrinen sairaanhoitaja ja 2 työtoiminnan ohjaajaa.





Toimintaan sisältyvät luontoon ja puutarhaan liittyvät työt, käsityöt ja myyntitoiminta. Keskeistä on myös luonnon monimuotoisuuden säilyttäminen. He tekevät yhteistyötä läheisen maatalon kanssa, jossa on lampaista ja lehmiä. Eläimet ovat osa kosteikkoalueen maisemointityötä. Toiminnassa on vahvasti mukana ympäristönsuojelullinen näkökulma. Uhanalaisille linnuille ja kasveille ylläpidettiin ja rakennetaan elinalueita. Mm. törmäpääskyille oli rakennettu pesintäpaikka, hyönteisille hyönteishotelleja, sammakkolampi ja lukuisia linnunpönttöjä.

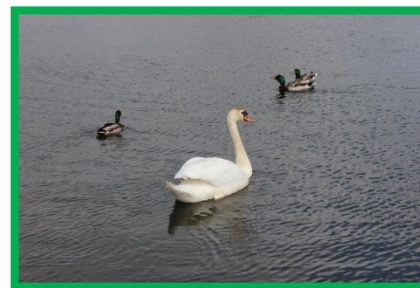


Toiminta on tarkoitettu ihmisille, jotka haluavat palata työelämään, kokea yhteisöllisyyttä, vahvistaa terveyttään sekä työ- ja toimintakykyään. Työtoimintaan osallistumisen edellytyksenä on hyvä fyysinen ja psyykinen terveys eikä aktiivista päihdeongelmaa saa toiminnan aikana olla.

Toimintaa on maanantaista perjantaihin. Osallistujia on 30-35 ja sopimukset ovat ½ vuoden pituisia. Sopimusta voidaan jatkaa kahteen vuoteen, pisimmillään joku on ollut viisi vuotta. Suurin osa osallistujista on yli 50-vuotiaita ja he ovat kaikista ammattiryhmistä. Työvoimatoimisto lähettää mahdollisen osallistujan tutustumaan toimintaan ja hän itse valitsee, haluaako tulla mukaan. Työtoiminnassa olevat tekevät töitä kahdeksan tuntia päivässä ja kuntoutustoiminnassa tehdään töitä aamupäivisin ja iltapäivisin on opiskelua. Kuntoutuja osallistuu toimintaan omien voimavarojensa mukaan.

Periaatteita ja käytäntöjä

- Työntekijät voivat tarvittaessa antaa lausunnon osallistujan työkyvystä eläkkeen hakua varten ja auttaa lomakkeiden täytössä, mutta muuten sosiaalityö ei kuulu toimenkuvaan.
- Moni on löytänyt uuden suunnan työelämälleen kuten balettianssijasta metsuriksi
- Kuntoutustoimintaan osallistumista edellytetään vähintään 10 tuntia viikossa, tavoitteena 40 tuntia viikossa.



Kohde 5. Sans o rörelse, Lunna



[Göteborgs Handikappridklubb](#) on perustettu vuonna 1988 ja sen omistavat vammaisten lasten vanhemmat ja ratsastajat. Göteborgin kaupunki omistaa rakennukset ja maat. Klubi on siirtynyt vuonna 1994 Lunnassa oleviin nykyisiin tiloihin ja se maksaa vuokraa kaupungille. [Sans o rörelse -yritys](#) tekee yhteistyötä ratsastusklubin kanssa. Yrittäjä on fysioterapeutti ja ratsastusterapeutti ja erikoistunut traumaperäisten stressireaktioiden

hoitoon. Fysioterapiaa ei enää korvata traumaperäisten vaivojen hoitamiseksi, joten osallistujat maksaa hoidon itse, mutta fysioterapeutti antaa terapiaa myös vapaaehtoistyönä tarpeen mukaan.

Osallistujat ottavat yhteyttä itse yrittäjään. Osallistujat ovat lapsia ja aikuisia, joilla on taustalla traumoja ja stressireaktioita tai he ovat fyysisesti ja psyykkisesti kehitysvammaisia ihmisiä.



Toiminta on yksilö- ja ryhmätoimintaa, jossa hevosta käytetään kehotietoisuuden kautta, mikä helpottaa trauman käsittelyssä. Hevosten avulla ihminen oppii luottamaan toisiin ihmisiin, läsnäolon taitoa, aikaa ja paikkaan orientoitumista esim. aistipolulla ratsastaessaan. Kehonhallintaa on mahdollisuus oppia, koska hevosen selässä ollessa ihminen saa kehoonsa 100 impulssia minuutissa.

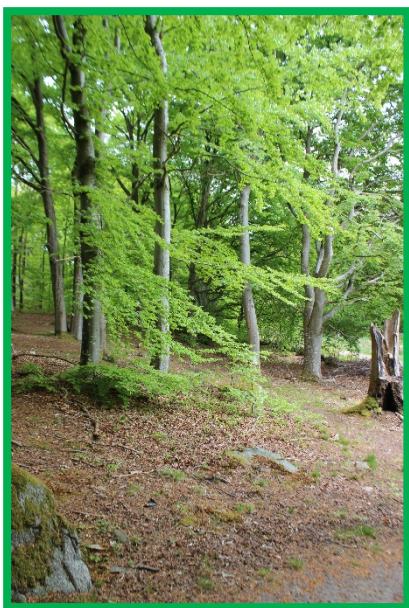


Metsässä kiertävä ratsastuspolku on suunniteltu huolellisesti, jotta ratsastuksesta saadaan monipuolinen hyöty. Esimerkiksi kehän muotoisella polulla ratsastaminen mahdollistaa itsenäisen ratsastuksen harjoittelun ja siihen ohjauksen turvallisesti. Toiminta on osallistujien tarpeiden mukaan suunniteltu.



Periaatteita ja käytäntöjä

- Ihminen tietää mitä hän tarvitsee, kunhan hänelle annetaan mahdollisuus havaita se.
- Työntekijä voi antaa mahdollisuuksia havaita asioita, mutta ihminen tekee työn itse.
- Hevosta talutetaan, jotta ratsastaja voi keskittyä oman kehon tuntemuksiin.
- Hevoset auttavat motivoitumiseen esim. itsestä huolehtimiseen ja siivoamiseen, kun osallistuja hoitaa hevosta ja siivoaa sen aitausta tai karsinaa.
- Lampaista käytetään kuntoutuksessa esimerkiksi lauman elämää seuraamalla ja oppimalla siitä.
- Kaikki ovat hyvällä tavalla erityisiä. Esim. rampilta hevosen selkään nouseminen tapahtuu kaikilla samalla tavalla.
- Hevosen selkään pääsemisen apuna oli käytössä potilasnosturi.
- Vankeja ja muita harjoittelijoita on tekemässä esim. aidanrakennusta tai muita töitä.
- Talliympäristössä on useita koiria.



Torstai 19.5.2016

Torstaiamuna suuntasimme matkamme Göteborgista kaakkoon [Skephultin](#) kylään [Markin kunnassa](#), jossa seuraava kohteemme sijaitsee noin 70 kilometrin päässä Göteborgista. Stallyckan i Markissa meitä oli vastassa hevosten hoidosta vastaava päivätoimintaan osallistuva Jonas, joka esitteli meille hevoset ja ohjasi talon puolelle. Yrityksen työntekijät kertoivat meille toiminnastaan ja esittelivät tilan ympäristöä ja toiminnan kehittämissuunnitelmia. Skephultista jatkoimme matkaa [Grimetoniin](#), jossa on maailmanperintökohteeksi nimetty radioasema. Grimeton on on [Hallandin alueella](#) 73 kilometrin päässä Stallyckanista. Kärramossa Gårdin siistissä ja kauniissa ympäristössä tapasimme työntekijöiden lisäksi aaseja, hevosia, kanoja ja koiria. Kahvittelun lomassa saimme kuulla toiminnan periaatteista ja käytännöistä vielä lisää. Grimetonista palasimme Göteborgiin klo 18.30 aikoihin.

Kohde 6. Stallyckan i Mark, Skephult

[Stallyckan i Mark](#) on esteettömyyteen pyrkivä tila, jossa on ollut [Grön Rehab-toimintaa](#)



vuodesta 2011 alkaen. Tilalla on hevosia, koiria ja kaneja sekä pienimuotoista hyötykasviviljelyä. Yritys tarjoaa eläin- ja luontoaktiviteetteja räätälöidysti pienryhmissä tai yksin, esim. ratsastusta, ulkoilmapäiviä, päivätoimintaa ja leirejä. Yhteistyössä ovat koulut, erityiskoulut ja työvoimatoimisto. Kunta maksaa palvelusta 8-portaisen luokituksen mukaan. Luokitus on tehty osallistujan toimintakyvyn ja avuntarpeen mukaan. Yritys on erikoistunut neuropsykiatristen ja psyykkisen toiminnanalentumisen sekä dyslexian hoitomenetelmiin ja mm. mindfulnessiin. Toiminta on mm. vammaispalvelulain mukaista toimintaa.

Tilalla on kaksi työntekijää, joista toinen on lain vaatimusten mukaan sosionomi. Hänellä on lisäksi terapiakoiraohjaajan koulutus.

Palveluun tutustutaan vierailujaksolla, jonka jälkeen asiakas päättää, haluaako osallistua toimintaan valinnanvapauslain mukaan.

Päivätoiminta on kuuden tunnin pituinen. Kuntoutusjakso on yleensä 3-6kk pituinen, mutta jaksoa voidaan pidentää tarvittaessa. Kaupunki tekee yrityksen kanssa puitesopimuksen, jonka kesto on kolme vuotta. Osallistujat tulevat ryhmäkodeista tai kodista. Jokaiselle osallistujalle tehdään suunnitelma ja tavoitteet, joiden toteutumisesta raportoidaan kuntaan. Toiminnan laatua arvioidaan osallistujien viihtymisellä. Osallistujilla on kesällä neljän viikon loma, mutta paikka voi olla kiinni korkeintaan kaksi viikkoa.



Päivä alkaa aamiaisella, jolloin puhutaan, mitä kyseisenä päivänä on mahdollista tehdä. Osallistujilla on mahdollista valita, mitä hän haluaa tehdä tai voi olla tekemättä. Osallistujilla on omia vastuualueita, esim. hevostenhoito tai lämmityskattilasta huolehtiminen. Mahdollisuus valita päivittäinen tekeminen on vahvistanut osallistujien itsetuntoa ja kykyä tehdä valintoja.

Periaatteita ja käytäntöjä

- Ruotsissa on käytössä asiakkaille tarjottava päivätoimintapaikkojen valikko, josta asiakas valitsee itse hänelle sopiva paikan. Jos asiakas ei kykene valintaa tekemään niin hänen apunaan voi olla esim. omainen. Valinnan tehtyään asiakas voi tutustua kahden viikon ajan paikkaan ennen lopullisen päätöksen tekemistä.
- Päivätoimintapalveluja tuottavat yritykset ja lähettävä taho kokoontuvat säännöllisesti, mikä helpottaa ohjaamista osallistujalle sopivaan päivätoimintapaikkaan.
- Vapaa-ajantoimintaan liittyviä palveluja olivat esimerkiksi leirit, joille voi osallistua samasta aiheesta kiinnostuneet erilaiset ihmiset.
- Toimintaa esittelivät meille myös siihen osallistuvat ihmiset.
- Viikko-ohjelmataulussa käytettiin osallistujien ja työntekijöiden kuvia havainnollistamassa, ketä on minäkin päivänä paikalla.

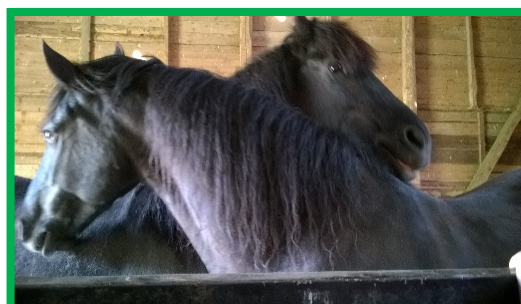


Kohde 7. Grön hälsa och rehab, Grimeton

[Kärramossan tilalla](#) on eläimiä (hevosia, aaseja, lampaita, kanoja, koiria), kuntoutuspuutarha ja kasvihuone. Tila on avarassa ympäristössä, rakennukset uusia ja ympäristö siisti. Ympäristö mahdollistaa olemisen strukturoidummassa ympäristössä ja toisaalta luonnontilassa olevassa ympäristössä. Ympäristö on harmoninen ja tarkkaan suunniteltu, kaarevia muotoja, lampi, puro ja metsää. Piha ja oleskelutilat on suunniteltu ympäröivä maisema huomioiden. Yhden rakennuksen kellaritilassa on askartelutilat.



[Toiminta perustuu](#) Antonovskyn elämänhallintateoriaan (Känslan av sammanhang = KASAM), johon liittyvää kyselylomaketta käytetään toiminnassa mukana olevien tavoitteiden asettelussa sekä toiminnan suunnittelussa ja arvioinnissa. Luontoon tukeutuva kuntoutus pohjautuu [Alnarpin yliopiston](#) malliin tiimityöpohjaisesta kuntoutustoiminnasta ja eläinavusteisesta sosiaalityöstä, jossa tiimin jäsenillä on osaamista sekä terveyden- ja sairaanhoidosta että luonto- ja eläinavusteisesta toiminnasta.



Puutarhaterapiaan ja eläinavusteiseen toimintaan erikoistunut sairaanhoitaja ja sosionomi sekä henkilö, joka työskentelee keittiössä. Tiimiin kuuluu myös lääkäri. Yhteistyökumppanina on lisäksi fysioterapeutti.

Asiakkaat tulevat mukaan työvoimatoimiston ja sosiaalivakuutustoimiston kautta lähiympäristön kunnista. Toiminta on ohjattua työtoimintaa ja työhön orientoivaa kuntoutusta pitkään sairaspäivärahalla olleille ihmisille, joilla on stressisairauksia ja psykiatrisia sairauksia. Jokaiselle tehdään henkilökohtainen kuntoutussuunnitelma. Yhtä aikaa on 6-8 osallistujaa, kolmena päivänä viikossa klo 9.30-14.30. Jakso kestää 3-6 kk. Ryhmä on avoin eli siihen voi tulla mukaan matkan varrella. Kokemus siitä on hyvä.





Perjantaisin voivat entiset osallistujat tulla tilalle vierailulle. Kaksi kertaa vuodessa on juhlat, joihin entiset osallistujat voivat tulla mukaan. Toiminnan järjestäminen kolme kertaa viikossa on edellytys sille, että ohjaaja jaksaa kohdata osallistujat aidosti ja kiinnostuneesti. Osallistujat voivat käydä kahtena päivänä viikossa hoitamassa omia asioitaan, esim. psykologilla. Kaikki osallistujat ovat naisia.

Periaatteita ja käytäntöjä

- Kohtaamisella ja vuorovaikutuksella on suuri painoarvo.
- Vuorovaikutus perustuu toisen huomioonottamiseen ja kunnioittamiseen, jossa on tärkeää halu auttaa ja samanaikaisesti tukea itsemääräämisoikeutta.
- KASAM: elämän kokeminen merkityksellisenä, ymmärrettävänä ja hallittavissa olevana
- toiminta fokusoidaan hyvään, ei puutteisiin
- kaikki ovat samanvertaisia ryhmässä
- toiminta perustuu käsillä tekemiseen
- uusien elämänsuunnan löytäminen
- hyvän ja terveellisen ruuan merkitys
- eläimillä on suuri merkitys, ei ennakoasenteita
- ryhmä ja elämänilo ovat tärkeitä elementtejä oppimisessa ja vahvistumisessa
- yhdistetään pedagogiikka, hoito, etiikka ja kohtaaminen
- seesteinen ja rauhoittava ympäristö

