

LUONNONVARA-ALAN OPPIMISYMPÄRISTÖT GREEN CARE -TOIMINNASSA

Työllisyysstoimenpiteiden asiakkaat

Titity – Tilalta tietoon ja työelämään -hanke

Pikkarainen Taru

Opinnäytetyö

Maaseutuelinkeinot
Agrologi (AMK)

2022

Maaseutuelinkeinot
Agrologi (AMK)

Tekijä	Taru Pikkarainen	Vuosi	2022
Ohjaaja	Kirsi Muuttoranta		
Toimeksiantaja	Titity – Tilalta tietoon ja työelämään -hanke		
Työn nimi	Luonnonvara-alan oppimisympäristöt Green Care -toiminnassa		
Sivu- ja liitesivumäärä	47 + 20		

Green Care -toiminta on luontoon liittyvää toimintaa, jonka avulla edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua. Toiminnassa voidaan hyödyntää muun muassa eläimiä, maaseutua ja puutarhaa. Green Care -toiminta on yleistynyt Suomessa, ja sitä voi muun muassa hyödyntää ammattikouluissa.

Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa nykytilan selvitys ja kehittämissuositus sekä opasvihko Kainuun ammattiopiston Seppälän oppimisympäristöihin talliin, navettaan ja puutarhaan liittyen Green Care -toiminnan mahdollisuuksiin oppimisympäristöissä. Teoriaosuudessa käydään läpi Green Care -toimintaa ja Seppälän nykyisiä ja mahdollisia asiakkaita. Opinnäytetyö on toteutettu Titity – Tilalta tietoon ja työelämään -hankkeelle.

Tavoitteena oli tuottaa Kainuun ammattiopiston Seppälän oppimisympäristöihin konkreettisia esimerkkejä siitä, miten Green Care -toimintaa voitaisiin hyödyntää niin opiskelijoiden kuin ulkopuolisten vieraiden kanssa. Aiheen rajaamiseksi käsittelemäni opinnäytetyössäni vain eläimiin ja puutarhaan liittyviä toimintoja.

Kehittämissuosituksessa ja opasvihkossa kiinnitettiin erityisesti huomiota siihen, että saataisiin pienillä asioilla lisättyä Green Care -toimintaa oppimisympäristöissä, joissa siihen on loistavat mahdollisuudet. Kehittämissuosituksen tuloksia hyödyntää oppimisympäristöjen tallin, navetan ja puutarhan henkilöstön lisäksi myös Tilalta tietoon ja työelämään -hanke Green Care -valmennusmallin toteutuksessa työllisyystoimenpiteiden asiakkaiden tavoitteiden tukemisessa.

Avainsanat Green Care, kehittämissuositus, opasvihko, toiminnallinen opinnäytetyö, työllisyystoimenpiteiden asiakkaat

Muita tietoja Liitteenä on opasvihko.

Agriculture and Rural Industries
Agronomist

Author	Taru Pikkarainen	Year	2022
Supervisor	Kirsi Muuttoranta		
Commissioned by	Titivity – new modes to support employment services in rural enterprises - project		
Subject of thesis	Learning environments in the field of natural resources in the Green Care activities		
Number of pages	47 + 20		

Green Care is a nature-based activity that promotes people's well-being and quality of life. Activities can take advantage of, among other things, animals, the countryside and the garden. Green Care activities have become more common in Finland, and it can be among other utilized in vocational schools.

The purpose of the functional thesis was to produce a study of the current situation and a development proposal, as well as an information booklet for the learning environments of Kainuu Vocational College Seppälä in the stable, barn and garden related to the possibilities of Green Care activities in learning environments. The theoretical part reviews Green Care operations and Seppälä's current and potential customers. The thesis has been implemented for the Titivity - new models to support employment services in rural enterprises -project.

The aim was produce to Kainuu Vocational College's Seppälä learning environments with concrete examples of how Green Care activities could be utilized with both students and external guests. To limit the topic, I'm only going to deal with animal and garden-related activities in this thesis.

The development proposal and information booklet paid particular attention to increasing Green Care with small acts in learning environments with great potential. In addition to the staff in the learning environment stable, barn and garden, the results of the development proposal will also be used in the new modes to support employment services in rural enterprises -project to implement the Green Care coaching model to support the goals of employment measures.

Key words	Green Care, customers of employment measures, development proposal, information booklet, functional thesis
Special remarks	Thesis includes an information booklet.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	7
2	GREEN CARE	9
2.1	LuontoHoiva ja LuontoVoima	9
2.2	Green Care -toiminnan peruselementit ja perusedellytykset.....	10
2.3	Green Care -toiminnan menetelmät.....	12
2.3.1	Luontoavusteiset menetelmät	12
2.3.2	Eläinavusteiset menetelmät	13
2.3.3	Puutarhatoiminta	15
2.3.4	Maatilatoiminta	16
2.4	Laadunhallinta ja turvallisuus.....	17
3	SEPPÄLÄN OPPIMISYMPÄRISTÖJEN ASIAKASRYHMÄT	19
3.1	Green Care -toiminnan asiakasryhmiä.....	19
3.2	Työllisyystoimenpiteiden asiakkaat Kainuussa	19
4	SEPPÄLÄN OPPIMISYMPÄRISTÖJEN NYKYTILA.....	22
4.1	Kainuun ammattiopiston Seppälän toimipiste	22
4.2	Navetta	23
4.3	Talli	26
4.4	Puutarha	29
5	OPINNÄYTETYÖPROSESSIN KUVAUS	32
5.1	Menetelmät ja työtavat.....	32
5.2	Toiminnallinen opinnäytetyö	32
5.3	Opasvihkon valmistusprosessi.....	33
5.3.1	Aiheen valinta ja tavoitteiden määrittely	33
5.3.2	Suunnitteluvaihe.....	34
5.3.3	Toteutusvaihe.....	35
5.3.4	Viimeistelyvaihe ja arviointi	37
6	KEHITTÄMISTOIMINNAN TUOTOS	38
6.1	Kehittämisehdotus	38
6.1.1	Navetta.....	38
6.1.2	Talli.....	40
6.1.3	Puutarha.....	41

6.2 Opasvihko.....	41
7 POHDINTA.....	43
LÄHTEET.....	45

ALKUSANAT

Haluan antaa erityisesti kiitokset hankkeen kautta minua opastaneille Maija Lipposelle ja Heidi Kotilaiselle tuesta ja kannustuksesta. Lisäksi haluan myös kiittää Titivity – Tilalta tietoon ja työelämään -hanketta, että mahdollistivat tämän opinnäytetyön tekemisen.

Haluan kiittää myös Kirsi Muuttorantaa, joka on toiminut ohjaavana opettajana tähän opinnäytetyöhön liittyen. Välillä tuntui, että kysyin aivan ”tyhmiä” kysymyksiä, mutta kiitos siitä, että jaksoitte vastata niihin.

Kiitos myös kaikille muille, jotka ovat minua tässä opinnäytetyössä auttaneet tai tukeneet. Ihan koirille myös kiitokset terapoinnista opinnäytetyö prosessin aikana.



1 JOHDANTO

Green Care -toiminta on toimintaa, jossa luonnon ja eläinten avulla edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua (Green Care Finland ry 2022f). Green Care -toiminta ja menetelmät ovat yleistymässä Suomessa ja tietoa aiheesta saadaan koko ajan enemmän. Green Care -toimintaa voidaan hyödyntää esimerkiksi ammattikouluissa, koska on tärkeää tukea opiskelijoiden mielenterveyttä ja jaksamista.

Halusin tehdä opinnäytetyön liittyen Green Care -toimintaan, koska aihe kiinnostaa itseäni todella paljon. Olen muun muassa käynyt agrologikoulutuksen aikana Green Care perusteet -kurssin, josta sain hyvin tietoa myös tähän opinnäytetyöhöni. Lisäksi itse olen opiskellut eläintenhoitajaksi Kainuun ammattiopistossa Seppälässä, joten paikka oli entuudestaan minulle tuttu. Olen siellä agrologiopintojen aikana suorittanut kaksi perusharjoittelua tallissa. Omien kokemusten kautta olen saanut paljon tietoa ja niiden avulla oli helpompaa kehitellä Green Care -toiminnan mahdollisuuksia, kun paikka on itselle jo entuudestaan tuttu. Mielestäni on myös mielenkiitoista ja hienoa, että ammattikoulussa halutaan opettaa ja paneutua Green Care -toimintaan, koska Green Care -menetelmien käyttö on yleistynyt viime aikoina Suomessakin.

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii Titity – Tilalta tietoon ja työelämään -hanke. Hankkeen rahoittajana toimii Euroopan sosiaalirahasto (ESR). Hankkeen toteutusaika on 1.7.2021 – 30.6.2023, ja sitä toteutetaan Kainuun alueella. Pää toteuttajana hankkeella on Kainuun ammattikorkeakoulu OY ja osatoteuttajina Kainuun ammattiopisto ja Luonnonvarakeskus. Yhteistyökumppaneina toimivat julkisia työvoima- ja yrityspalveluita tuottavat toimijat ja kunnat, työvoimapalveluiden koordinaatioryhmät sekä maatilayritykset. Hankkeen tavoitteena on edistää työllistymistä maaseudun yrityksiin ja hakeutumista luonnonvara-alan koulutukseen. Hankkeen avulla tuetaan heikossa työmarkkina-asemassa olevien työllistymistä luonnonvara-alan yrityksiin hyödyntämällä Green Care -näkökulmaista valmennusmallia. Hankkeen pääkohderyhmänä ovat työllisyystoimenpiteiden asiakkaat. (Luonnonvarakeskus 2022b.)

Opinnäytetyöni on toiminnallinen opinnäytetyö ja tein siinä kehittämis ehdotuksen Kainuun ammattiopiston Seppälän oppimisympäristöjen tallin, navetan ja puutarhan käytöstä Green Care -toiminnassa. Kainuun ammattiopiston on toisen asteen ammatillinen koulu, joka tarjoaa koulutusta nuorille ja aikuisille. (Kainuun ammattiopisto 2022e.) Kainuun ammattiopistolla on Kajaanissa kuusi toimipistettä, joista yksi on Seppälän toimipiste Kirkkoaholla (Kainuun ammattiopisto 2022a). Seppälän toimipisteellä sijaitsee koulutilan oma navetta, talli ja puutarha, jossa käytännön osaamista hankkivat maatalousalan- ja puutarha-alan opiskelijat. Kehittämis ehdotuksen tuloksia hyödynnetään Tilalta tietoon ja työelämään -hankkeen Green Care -valmennusmallin toteutuksessa työllisyystoimenpiteiden asiakkaiden tavoitteiden tukemisessa.

Opinnäytetyön teoriaosuus koostuu Green Care -toiminnasta ja asiakasryhmistä. Teoriaosuuden lähteinä ovat olleet, esimerkiksi eri nettilähteet, oppaat ja artikkelit. Teoriaosuus on jaettu näihin päälukuihin, koska opinnäytetyössä paneudutaan Green Care -toimintaan ja kerrotaan myös Seppälässä käyvistä asiakasryhmistä. Yksi asiakasryhmistä on hankkeen pääasialliset asiakkaat eli työllisyystoimenpiteiden asiakkaat, koska nämä asiakkaat ovat opasta pilotoiva kohderyhmä.

Opinnäytetyön toiminnallisessa osuudessa tein nykytilan selvityksen ja kehittämis ehdotuksen sekä opasvihkon. Tässä osiossa rajauksena ovat toimineet luonto- ja eläinavusteiset palvelut, koska ne sopivat agrologiopintoihini. Tavoitteena oli kerätä tietoa ja perehtyä Green Care -toimintaan ja asiakasryhmistä erityisesti työllisyystoimenpiteiden asiakkaisiin sekä tehdä helposti ymmärrettävä ja luettava opasvihko, johon hyödynsin kehittämis ehdotusta. Koko opinnäytetyön tavoitteena on lisätä Green Care -toimintaa Kainuun ammattiopiston Seppälän oppimisympäristöihin talliin, navettaan ja puutarhaan.

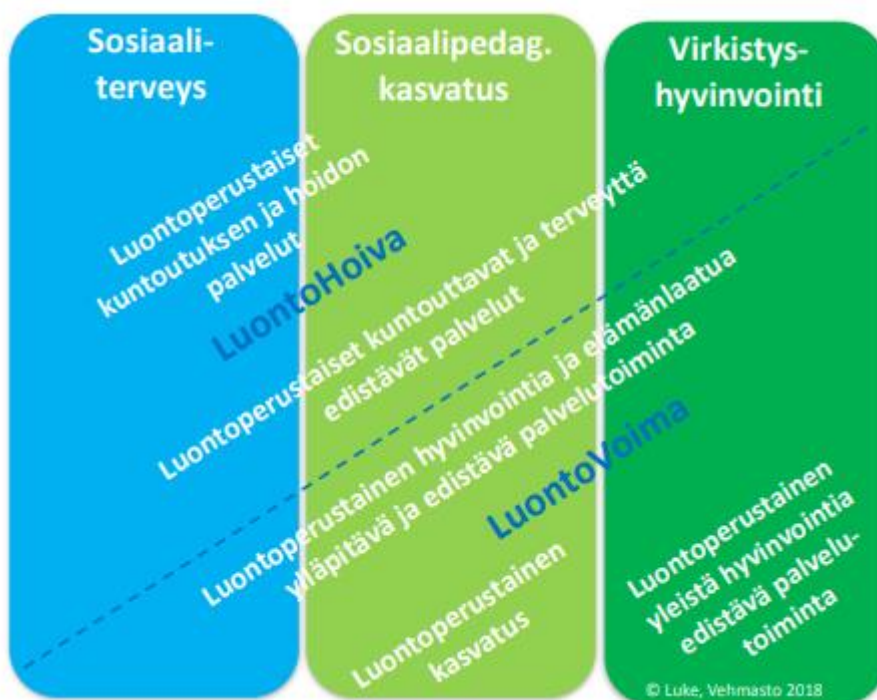
Hankkeen ja Seppälän henkilöstö ovat toivoneet esimerkkejä Green Care -toiminnasta opetusmaatilalla. Opas havainnollistaa Green Caren mahdollisuuksia oppimisympäristössä.

2 GREEN CARE

Green Care on ammatillista toimintaa, jonka avulla edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua luonnon ja maaseutu ympäristön avulla. Toiminnassa käytetään yleensä erilaisia eläin- ja luontoavusteisia menetelmiä, esimerkiksi sosiaalipedagogista hevostoimintaa, terapeutista puutarhatoimintaa ja maatilojen kuntouttavaa toimintaa. Toiminnassa käytettävä menetelmä valitaan ammattialan osaamisen mukaan. (Green Care Finland ry 2022f.)

2.1 LuontoHoiva ja LuontoVoima

Green Care -palvelut jaetaan kahteen osaan LuontoHoivaan ja LuontoVoimaan niiden sisältöjen mukaisesti (Kuvio 1). Niille on luotu omat laatumerkit. Laatumerkkien avulla palveluntuottaja pystyy osoittamaan ja todentamaan toimintansa laatua. (Green Care Finland ry 2022b.)



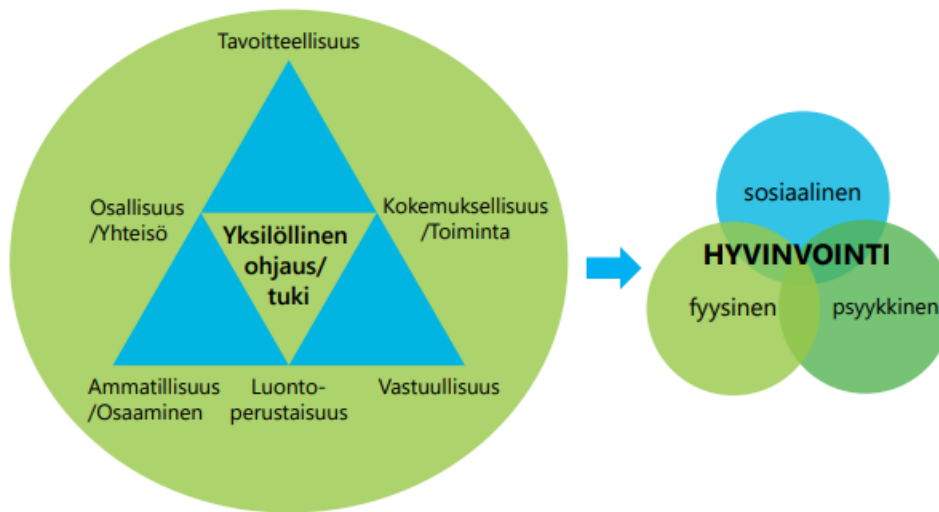
Kuvio 1. Green Care -palveluryhmät: LuontoHoiva ja LuontoVoima (Luonnonvarakeskus, Terveystieteiden tutkimuskeskus & Green Care Finland ry 2018)

LuontoHoivan palvelut ovat sosiaali- ja terveysalan palveluita, joiden järjestämisvastuu on pääosin julkisella sektorilla. LuontoHoivan palveluita käytetään pitkäjänteiseen työskentelyyn. Tavoitteena on asiakkaalle luodun kuntoutussuunnitelman mukainen terveyden, toimintakyvyn tai hyvinvoinnin parantaminen ja vahvistaminen. Sosiaali- ja terveysalan koulutus tai systemaattinen yhteistyö koulutettujen toimijoiden kanssa vaaditaan, kun halutaan järjestää LuontoHoiva-palveluita. Lisäksi toimijan on osattava luontoperusteisia toimintatapoja sekä asiakkaan ohjaamisen taitoja. LuontoHoiva-palveluiden tuottamista ohjaa sosiaali- ja terveysalan lainsäädäntö. (Vehmasto ym. 2021, 13.)

LuontoVoima-palveluihin asiakkaat hakeutuvat yleensä itse. Niihin kuuluvat ohjatut luontoperusteiset hyvinvointi-, kasvatus- ja harrastepalvelut. Vaikka asiakas yleensä itse hakeutuu palveluun, tulee toiminnassa ottaa huomioon mahdollinen asiakkaan tuen tarve. Palveluiden tavoitteena on edistää asiakkaan hyvinvointia ja terveyttä. LuontoVoima-palveluiden tuottamisessa noudatetaan kunkin toimintamuodon alan omia lakeja ja säädöksiä. Luonnon hyvinvointivaikutuksia ja niiden syntymekanismia sekä taitoja asiakkaan ohjaamiseen kuitenkin vaaditaan palveluntuottajalta. (Vehmasto ym. 2021, 13.)

2.2 Green Care -toiminnan peruselementit ja perusedellytykset

Green Care -toimintatapaan liittyy kolme peruselementtiä, jotka ovat luonto, yhteisöllisyys ja toiminnallisuus. Toimintatapaan liittyy myös kolme toimintatavan perusedellytystä, jotka ovat tavoitteellisuus, ammatillisuus ja vastuullisuus (Kuvio 2). Green Care -toimintatapa tarkoittaa sitä, että peruselementit ja perusedellytykset ovat osana toimintaa. Green Care -toiminnan tavoitteena on lisätä hyvinvointia niin psyykkisesti, fyysisesti kuin myös sosiaalisesti. (Vehmasto 2014, 30.)



Kuvio 2. Green Care -toimintatavan peruselementit ja perusedellytykset (Vehmasto ym. 2021, 9)

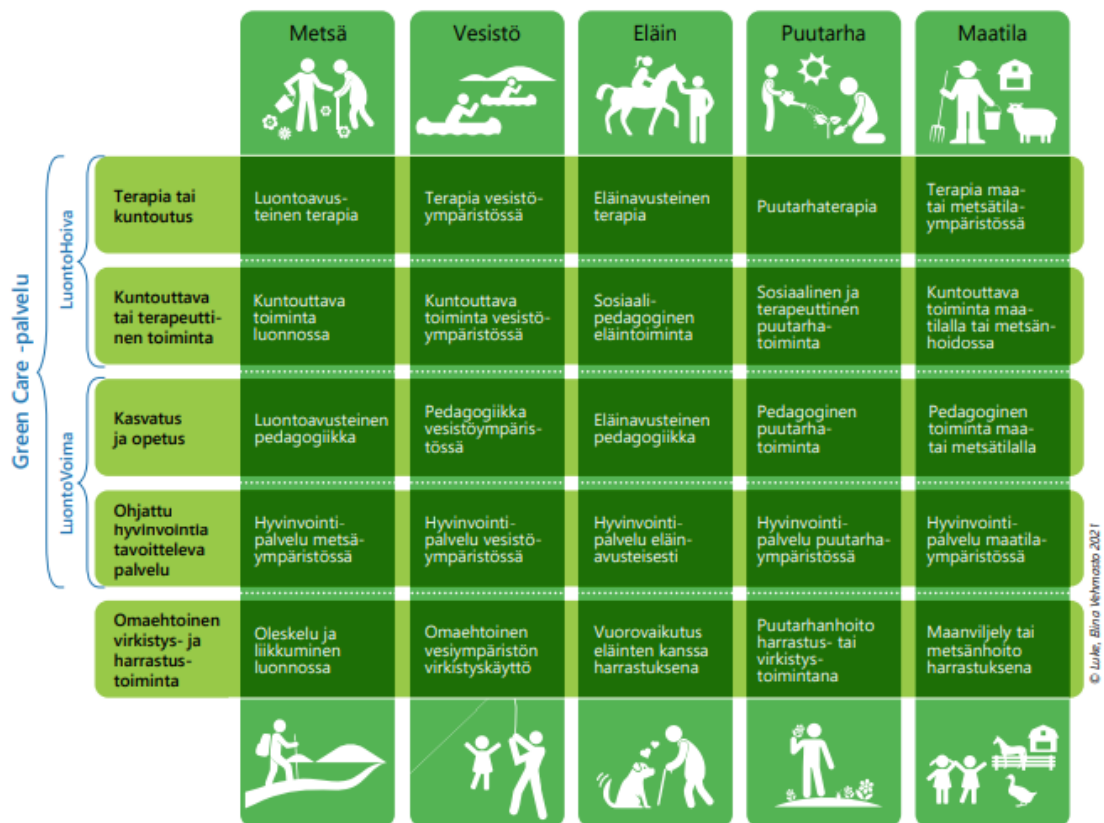
Luontoperusteisuus (luonto) on Green Care -toiminnan perusta, jossa keskeistä on ohjattu luontokokemus. Luontoelementillä voidaan tarkoittaa kaikkea viherkasvista kokonaiseen metsään, ja se voi sijaita niin maalla kuin kaupungissakin. Myös eläimet voivat toimia luontoelementtinä. Green Care -toimintaan voidaan tuoda luontoelementtejä myös erilaisten luonnon materiaalien, äänien tai kuvien muodossa. Luonnossa tapahtuva toiminta yleensä aktivoi sekä tuottaa mielihyvää. Luonto mahdollistaa moniaistisen kokemuksen, joka toimii keskeisenä hyvinvointia tuottavana tekijänä. Kokemuksellisuuden (toiminta) tunne yhdistää ihmisen sosiaaliseen ympäristöön sekä luontoympäristöön. Tärkeää toiminnassa on osallisuus (yhteisö), joka tukee hyvinvointia, koska ihminen kokee kuuluvansa johonkin kokonaisuuteen eli yhteisöön. Osallisuus luo kuuluvuuden tunnetta ja hyväksynnän kokemusta. (Vehmasto ym. 2021, 15 – 17.)

Kaikki luonnossa tapahtuva hyvinvointitoiminta ei kuitenkaan täytä Green Care -toimintatavan perusedellytyksiä. Tavoitteellisuudella tarkoitetaan, että luontoa käytetään toiminnassa tietoisesti edistämään hyvinvointia. Tavoitteellista toimintaa varten laaditaan asiakkaalle tavoitteet ja suunnitelma, joita seurataan. Palveluntarjoajalta vaaditaan tarvittavaa ammattitaitoa ja osaamista toiminnan toteuttamiseen. Arvot, eettisyys ja laatu muodostavat vastuullisuuden Green Care -toi-

mintatavassa. Vastuullisuuteen kuuluvat myös ympäristövastuullisuus ja sosiaalinen vastuullisuus. Toiminnassa tulee ottaa huomioon myös yhteiskunnalliset, yhteisölliset ja yksilölliset tarpeet. (Vehmasto 2014, 14.)

2.3 Green Care -toiminnan menetelmät

Green Care -toiminnassa käytettäviä menetelmiä ovat eläinavusteiset menetelmät, luontoavusteiset menetelmät, puutarhatoiminta ja maatilatoiminta (Kuvio 3). Kuviosta näkee sen, miten näitä menetelmiä käytetään LuontoHoivan ja LuontoVoiman palveluissa. (Green Care Finland ry 2022e.)



Kuvio 3. Green Care -toiminnan menetelmät (Vehmasto ym. 2021, 10)

2.3.1 Luontoavusteiset menetelmät

Suomen luonto on monipuolista, joten se tarjoaa vaihtelevia toimintaympäristöjä, joita voidaan käyttää Green Care -toiminnassa. Ihmisen ja luonnon välinen suhde

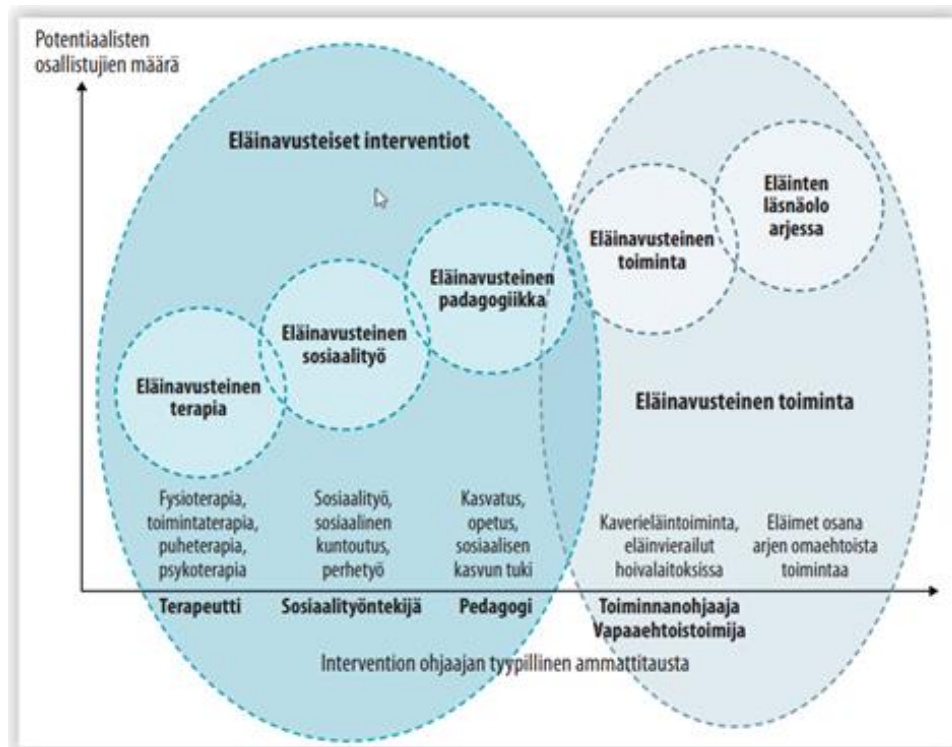
vaikuttaa ihmisen fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin. Luontoavusteista toimintaa voidaan järjestää maalla, vesillä tai vesistöjen äärellä. Luonnonmateriaaleja pystyy hyödyntämään myös sisällä tehtävässä Green Care -toiminnassa, koska niiden avulla voidaan esimerkiksi harjoittaa kädentaitoja ja aktivoida aisteja. Luontoavusteisia menetelmiä ovat muun muassa luontolähtöinen toiminta, luontolähtöinen pedagogiikka, luonnon kuntouttava käyttö ja luontoavusteinen terapia. (Green Care Finland ry 2022d.)

Luontoavusteisissa menetelmissä luontoa käytetään elvyttävänä paikkana. Ekopsykologia on ympäristöpsykologian osa-alue, jossa tutkitaan ihmisen ja luonnon välistä kokonaisvaltaista suhdetta. Elvyttävässä luontotoiminnassa käytetään ekopsykologian harjoitteita, joiden tarkoituksena on avartaa yksilön näköalaa, auttaa löytämään omia voimavaroja sekä tuottaa rentoutumista. Pienikin harjoite voi nostaa esillä oleviin ongelmiin uusia näkökulmia ja ratkaisuja. Harjoitteena voidaan käyttää esimerkiksi mielipaikkaharjoitetta, jossa mielikuvissa hakeudutaan itselle mieluiseseen paikkaan, jossa voi antaa oman mielen ja kehon rauhoittua. (Green Care Finland ry 2022c.)

2.3.2 Eläinavusteiset menetelmät

Green Care -toiminnassa eläinavusteiset toiminnot jaetaan kahteen osaan: eläinavusteisiin aktiviteetteihin ja eläinavusteiseen terapiaan. Eläinavusteisiin aktiviteetteihin kuuluvat virkistys- ja harrastustoiminta, jolloin toimintaan osallistuvalla ei kirjata yksilöllisiä tavoitteita, joihin pyrittäisiin eläinavusteisella toiminnalla. Eläinavusteisia aktiviteetteja järjestävät usein vapaaehtoiset. (Salovuori 2020, 44.) Suomessa eläinavusteisia aktiviteetteja ovat muun muassa ystävä- tai kaverikoiratoiminta, joissa eläinvierailujen avulla käydään piristämässä esimerkiksi vanhainkodissa. Eläinavusteisessa aktiviteetissa voidaan hyödyntää erilaisia eläimiä, esimerkiksi koiria, kissoja, alpakoita, lampaita ja kanoja. Toiminnan avulla parannetaan ihmisten hyvinvointia, nostetaan elämänlaatua sekä annetaan virikkeitä. (Green Care Finland ry 2022a.)

Eläinavusteinen terapia on pitkäjänteistä toimintaa, jossa hoidolla on tavoite sekä hoidettavalla on diagnoosi. Kun terveys- tai sosiaalialan koulutuksen saanut terapeutti käyttää työssään apuna eläimiä on kyse eläinavusteisesta terapiasta. Eläinavusteista terapiaa voi olla esimerkiksi ratsastusterapia tai sosiaalipedagoginen hevostoiminta (Kuvio 4). (Vehmasto & Lipponen 2021.)



Kuvio 4. Eläinavusteisia menetelmiä (Vehmasto, E. & Lipponen, M. 2021)

Eläimet voivat tuoda apua monenlaisiin tilanteisiin. Yksi suurimmista eläimien vahvuuksista on se, että ne eivät luokittele ihmisiä diagnoosien tai sosiaalisten statuksien mukaan. Eläimet kohtelevat kaikkia ihmisiä tasavertaisesti. Eläimet muuttavat ilmapiiriä ja parantavat ihmisten välistä kommunikaatiota. Eläimet eivät esitä rooleja, koska ne ovat aitoja kumppaneita. Niiden kanssa opitaan uusia kohtaamiseen liittyviä taitoja, kosketusta, hoivan antamista, hellyyden osoittamista ja leikkimistä. (Salovuori 2020, 44 – 45.)

Eläinavusteisten toimintojen vahvuus on, että ne antavat tekemistä ympärivuoden, koska eläimet pitää hoitaa päivittäin. Tärkeää on eläimiin liittyvissä toiminnoissa ottaa huomioon eläinten hyvinvointi sekä siihen liittyvät eettiset kysymykset. Eläimet ovat työtovereita eikä käyttöesineitä. (Salovuori 2020, 45.) Virkeä ja

tasapainoinen eläin pystyy olemaan tukena asiakkaiden kuntoutuksessa (Green Care Finland ry 2022a).

2.3.3 Puutarhatoiminta

Puutarhatoiminta voi olla virkistystoimintaa, kuntouttavaa työtoimintaa tai terapeuttista puutarhatoimintaa, jota voidaan toteuttaa erilaisin tavoin hoito- ja kuntoutusyksiköissä. Hoitotöissä voidaan hyödyntää viherympäristöä tarjoamalla terapeuttista puutarhanhoitoa mahdollisuuksien mukaan tai vahvistamalla hyvinvointia viherympäristössä oleilemalla. Puutarhassa toimiminen tarjoaa, esimerkiksi motoriikan harjoittelua, mahdollisuuksia sosiaaliinsohteisiin, oppimista ja onnistumisen kokemuksia sekä itseluottamuksen kasvamista. Viherympäristössä oleminen vähentää stressiä, vahvistaa tarkkaavaisuutta ja auttaa keskittymään. (Salovuori 2020, 15 – 16.)

Virkistystoiminnassa ajatuksena on, että ihmisellä on oikeus ja tarve harrastaa jotakin, vaikka hän asuisi esimerkiksi laitosoosuhteissa. Puutarhatoiminnan aloittamisen tai jatkamisen tavoitteena on, että siitä saa virkistymistä ja uusia virikkeitä arkeen. Puutarhatoimintaa voidaan käyttää itsehoidon välineenä, jonka tarkoituksena on silloin vahvistaa hyvinvointia puutarhaharrastuksen kautta. (Salovuori 2020, 16.)

Kuntouttavassa työtoiminnassa tavoitteet voivat olla voimavarojen harjoittamista, taitojen harjaannuttamista tai rutiinien oppimista, jolloin tavoitteet liittyvät enemmän työelämässä pärjäämiseen. Esimerkiksi oman työn jäljen näkeminen voi antaa kuntouttavan työtoiminnan asiakkaalle positiivisen olotilan ja siten myös onnistumisen tunteen. (Salovuori 2020, 16.)

Terapeuttinen puutarhatoiminta on asiakaskeskeistä toimintaa, jota ohjaa ammattilainen (Green Care Finland ry 2022g). Terapeuttisessa puutarhatoiminnassa asiakkaalle laaditaan henkilökohtainen hoitosuunnitelma, jolloin toiminnassa pyritään vahvistamaan hoitosuunnitelmassa olevia tavoitteita. Hoitosuunnitelmassa tavoitteena voi olla, esimerkiksi sosiaalisten tilanteiden harjoittelu tai arjen taitojen kehittäminen. Tärkeää on, että tavoitteet asetetaan ja määritellään

yhdessä asiakkaan tai hoitohenkilökunnan kanssa. Yleensä puutarhatoiminnassa yhdistyy elementtejä kaikista toimintamuodoista, joita on aikaisemmin esitelty, koska kaikissa näissä toimintamuodoissa voi kokea onnistumista, oppia uutta sekä vahvistaa pystyvyyden tunnetta. (Salovuori 2020, 16 – 17.)

2.3.4 Maatilatoiminta

Maatilatoimintaa pystyy harjoittamaan ympäri vuoden, ja maatilaympäristö antaa paljon mahdollisuuksia erilaisiin toimintoihin. Maatilalla pystyy tekemään, esimerkiksi puutarhatöitä, eläintenhoitoa, rakennus- ja huoltotöitä ja metsänhoitoon liittyviä töitä. Kuntouttavaan toimintaan maatilat sopivat hyvin, koska ne tarjoavat vaatavuusasteeltaan eritasoisia töitä eritasoisille kuntoutujille. Erityisesti tiloilla, joissa on eläimiä, on hyvin mahdollisuuksia ympärivuotiselle Green Care -toiminnalle. Luvanvarainen ympärivuorokautinen hoiva vaatii sosiaali- ja terveysalan koulutuksen, joten päivätoiminnan järjestäminen on helpompi vaihtoehto. Lisäksi maatioilla voidaan säännöllisen toiminnan lisäksi tarjota vierailukäyntejä, joihin voidaan yhdistää jotain toimintaa, esimerkiksi hevosajelua tai heinätyöitä. (Salovuori 2020, 56.)

Maatilatoiminta sopii myös asiakkaille, jotka tarvitsevat apua esimerkiksi työllistymisen tai kouluttautumisen tueksi. Maatilatoiminnan palvelunkäyttäjiksi voivat olla, esimerkiksi koulun keskeyttäneet nuoret, työttömät tai vangit. Maatilatoimintaa pystyvät maatilojen lisäksi järjestämään muutkin toimijat, kuten kuntoutuskeskukset, sosiaalipalvelut, vankilat ja järjestöt. (Buist 2016, 5.) Maatilayritykset voivat auttaa työllistämään osatyökykyisiä henkilöitä, jolloin yritys osallistuu sosiaaliseen työllistymiseen. Mielenterveystyössä ja sosiaalisessa kuntoutuksessa tärkeässä osassa ovat maatilalan rutiinit ja rauhoittava luontoympäristö, koska ne edistävät elämänhallinnan tunnetta asiakkaalle. Maatilalla tehtävät työt tuovat päivälle tarkoituksen, auttavat ymmärtämään elämän vaiheisuutta, antavat onnistumisen tunteita, antavat vastuullisuutta ja elvyttävät oma-aloitteisuutta. (Green Care Finland ry 2022d.)

2.4 Laadunhallinta ja turvallisuus

Green Care -toiminnassa halutaan taata hyvälaatuiset palvelut. Hyvä laatu merkitsee asiakaslähtöistä palvelua, luotettavuutta, tavoiteltujen tavoitteiden saavuttamista sekä toimintapuitteiden soveltuvuutta. Yleisesti palvelussa laatu tarkoittaa sitä, että palvelu täyttää sille asetetut tavoitteet ja vaatimukset. Green Care -laadunhallinnassa on tarkoitus, että se todistaa asiakaslähtöisyyttä, vastuullisuutta ja turvallisuutta. Toiminnassa on tärkeää se, että myös ympäristöä ja eläinten hyvinvointia kunnioitetaan. (Green Care Finland ry 2022b.)

Green Care -toiminnalle ei ole säädetty omaa lainsäädäntöä ohjaamaan toimintaa. Alalle on kuitenkin laadittu eettiset ohjeet ja Green Care -työkirja, joka opastaa laatumerkin hakemisessa ja auttaa pohtimaan palveluun liittyviä ominaisuuksia. Eettisissä ohjeissa painotetaan ammatillisuutta sekä luonto- ja asiakassuhdetta. Toimijan on tunnettava oman alansa eettiset periaatteet ja noudatettava myös niitä Green Care -toimintaa järjestäessään. Tärkeää on myös perehtyä turvallisuuteen laatutekijänä sekä tehdä turvallisuusasiakirja. (Green Care Finland ry 2022b.)

Green Care -toiminnassa tärkeää on ennakoiva turvallisuussuunnittelu, koska toimitaan etäällä asumuksista olevissa luontokohteissa ja eläinten kanssa. Green Care -palveluissa vaaditaan toimintaan kohdennettu turvallisuusasiakirja, koska luontoympäristö ja eläimet ovat keskeisessä asemassa toiminnossa. Yleinen pelastussuunnitelma ei riitä, jos siinä ei ole huomioitu tämän palvelun luontoympäristöjä tai eläinten käyttöä. Asianmukaisen turvallisuusasiakirjan tulee sisältää muun muassa toimintaohjeet vaaratilanteisiin, turvallisuussuunnitelmat jokaiselle toimintaympäristölle, puhelinnumerot ja yhteystiedot, osoite- ja koordinaattitiedot, eläimiin liittyvät turvallisuusriskit sekä myös tekijät, jotka vaikuttavat ihmisten psyykkiseen ja sosiaaliseen turvallisuuteen. (Vehmasto ym. 2021, 32.)

Laatu- ja turvallisuustekijöitä on monenlaisia koskien eri Green Care -toimintamuotoja. Eläinavusteisessa toiminnassa tulee muun muassa ottaa huomioon eläinten hyvinvointi, eläimiä hoitavan ihmisen riittävä pätevyys eläinten hoitoon, eläinten sopivuus asiakastyöhön, eläinsuojelulainsäädäntö, asiakkaiden allergiat

ja suojavausteiden käyttö. Puutarhatoiminnassa tulee ottaa huomioon, että toiminnassa ei käytetä myrkyllisiä kasveja, ohjaajan kasvitietämys, lannoitteiden käyttö, asiakkaiden allergiat ja suojavausteiden käyttö. Maatilatoiminnassa tulee ottaa huomioon, että ohjaajalla on riittävä tietämys asiakkaan tarpeista ja maatilatoiminnan erityispiirteistä, mahdolliset asiakkaiden liikuntarajoitteisuudet ja esteettömyys, vaaralliset aineet ja työkalut, vaaranpaikat ja suojavausteiden käyttö. (Vehmasto ym. 2021, 33 – 34.)

3 SEPPÄLÄN OPPIMISYMPÄRISTÖJEN ASIAKASRYHMÄT

3.1 Green Care -toiminnan asiakasryhmiä

Green Care -palveluissa asiakasryhmiä voi olla monenlaisia. Asiakkaina voivat olla, esimerkiksi erityistä tukea tarvitsevia ihmisiä tai ihmisiä, joilla on muuten tuen tarvetta. Erilaisten tukien tarve voi vaikuttaa muun muassa palvelun tuottamiseen tai sisältöön. Asiakkaille tarkoitetuissa palveluissa tulee ottaa huomioon myös, esimerkiksi asiakkaan mahdolliset erilaiset fyysiset, psyykkiset, sosiaaliset tekijät, jotka voivat palveluille aiheuttaa lisäohjauksen tarvetta tai muita lisävaatimuksia, esimerkiksi esteettömyydelle. (Vehmasto ym. 2021, 11.)

Seppälän navetalla, tallilla ja puutarhalla vierailevat erilaiset asiakasryhmät. Asiakasryhminä käyvät, esimerkiksi 4H-kerhot ja -leirit, päiväkotiryhmät, koululuokat, mielenterveyskuntoutujat, työryhmät työhyvinvointipäivinä ja erilaiset tutustumisryhmät. Tulevaisuudessa samanlaiset ryhmät käyvät vierailuilla Seppälässä. Yhtenä asiakasryhmänä ovat Tilalta tietoon ja työelämään -hankkeen pääasialliset asiakkaat eli työllisyystoimenpiteiden asiakkaat, jotka toimivat pilottiryhmänä tässä opinnäytetyössä tehdylle opasvihkole, joten siksi esittelen tätä ryhmää vielä tarkemmin seuraavassa luvussa.

3.2 Työllisyystoimenpiteiden asiakkaat Kainuussa

TE-palveluiden eli työ- ja elinkeinopalveluiden avulla halutaan saada ihmiset kiinni työelämään. Palveluiden avulla halutaan turvata osaavan työvoiman saatavuus, työllisyys työnhakijoille sekä kehittää kansalaisten työllistymiskykyä, jotta voidaan edistää työmarkkinoiden toimivuutta. Asiakkaina TE-palveluissa ovat henkilöasiakkaat, yritykset ja yhteisöt. Palveluita asiakkaille tuottavat organisaatiot, jotka ovat elinkeinoelämän ja työmarkkinoiden asiantuntijoita. TE-palveluita tuottavat TE-toimistojen lisäksi, esimerkiksi yritykset, oppilaitokset, kunnat, kolmannen sektorin toimijat, henkilöstöpalveluyritykset ja muut yksityiset palveluntuottajat. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2022c.)

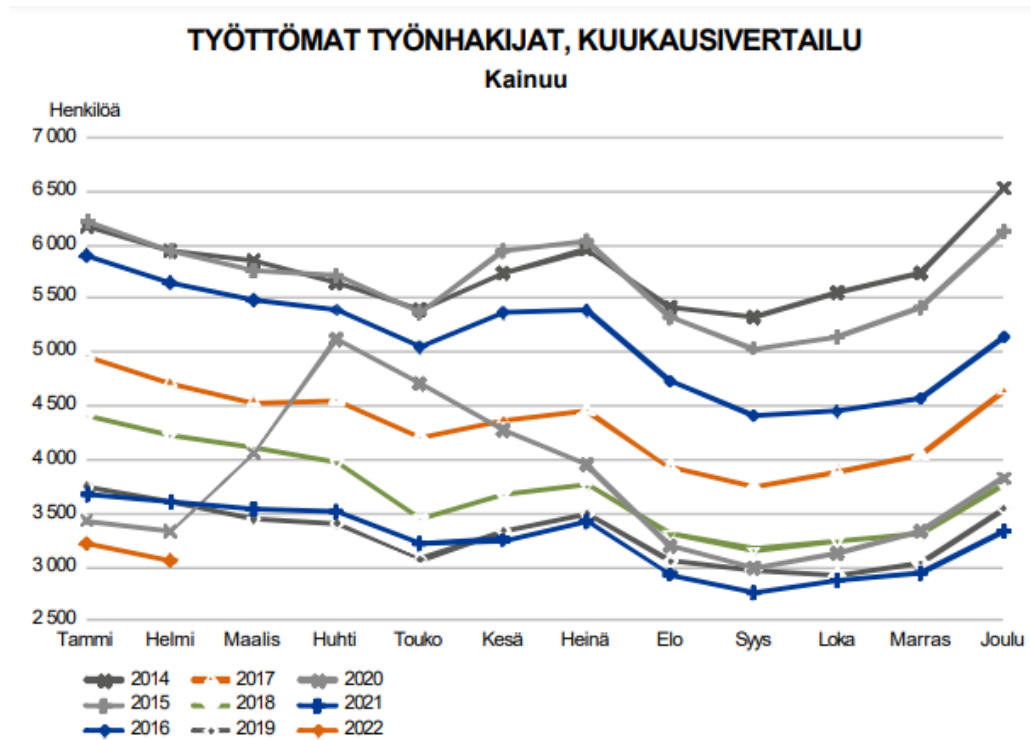
Muuttuvissa työtilanteissa ja työmarkkinatilanteissa halutaan TE-palveluilla tukea työhön ja osaamiseen liittyvää päätöksen tekoa. Asiakkaina ovat työnhakijat sekä

Suomessa asuvat kansalaiset tai Suomeen töihin haluavat henkilöt. TE-palveluina voidaan tarjota, esimerkiksi tietoa avoimista työpaikoista ja ammateista, neuvontaa, valmennusta työhön hakemiseen, henkilökohtaista ohjausta ammatinvalinnassa, urasuunnittelua, tukea takaisin työelämään palaamiseen ja tietoa yrittäjyydestä uravaihtoehtona. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2022b.) Kainuussa voi saada myös paikallisina työvoimapalveluina muun muassa työnhakuvalmennusta, uravalmennusta, työhönvalmennusta ja työvoimakoulutusta (TE-palvelut 2022).

Asiakkaan palveluntarve arvioidaan yhdessä asiakkaan ja TE-toimiston, työ- ja elinkeinohallinnon asiakaspalvelukeskuksen tai Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskuksen kanssa. Arvioinnin perusteella tarjotaan asiakkaalle työvoima- ja yrityspalveluita, joiden katsotaan parhaiten turvaavan osaavan työvoiman saataavuus ja edistävän henkilöasiakkaan sitoutumista avoimille työmarkkinoille. Asiakkaille tarjotaan julkisia työvoima- ja yrityspalveluita joko omatoimisesti käytettävänä palveluina tai henkilökohtaisina palveluina. Se miten asiakas pitää yhteyttä, ja asiointitapa julkisten TE-palveluiden tarjoavien viranomaisten kanssa määräytyvät arvioidun palveluntarpeen perusteella. (Laki julkisesta työvoima- ja yrityspalvelusta 916/2012 1:4 §.)

Kainuun työttömyysaste eli työttömien työnhakijoiden osuus työvoimasta oli vuoden 2022 helmikuun lopussa 9,9 prosenttia ja työttömiä työnhakijoita oli 3 059 (Kuvio 5). Työttömyysaste oli kuitenkin 1,7 prosenttiyksikköä pienempi kuin vuotta aikaisemmin. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2022a, 2.) Koko maassa työttömyysaste on ollut vuoden 2022 helmikuussa 10,1 prosenttia. Työttömiä työnhakijoita vuoden 2022 helmikuun lopussa oli koko Suomessa 265 600. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2022d, 2.) Kainuussa helmikuun 2022 lopussa työttömistä miehiä oli 66 prosenttia eli 2 022 ja naisia oli työttömänä 1 037. Kainuun työttömistä työnhakijoista helmikuun lopussa nuorien määrä oli kymmenen prosenttia ja nuorten

työttömyysaste oli 11,5 prosenttia. Erilaisissa työvoimapalveluissa olevia asiakkaita Kainuussa oli helmikuun lopussa yhteensä 4 611, joista työttömiä oli 3 059 ja työvoimapalveluissa 1 552. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2022a, 5.)



Kuvio 5. Kuukausivertailu Kainuun työttömistä työnhakijoista (Työ- ja elinkeinoministeriö 2022a, 2)

4 SEPPÄLÄN OPPIMISYMPÄRISTÖJEN NYKYTILA

4.1 Kainuun ammattiopiston Seppälän toimipiste

Tässä luvussa kerron Kainuun ammattiopiston Seppälän toimipisteen oppimisympäristöjen eli navetan, tallin ja puutarhan nykytilasta (Kuvio 6). Nykytilan selvityksessä käytin aineistona omia havaintoja ja sähköpostilla saamiani vastauksia oppimisympäristöjen opettajilta. Nykytilan selvityksen pohjalta tein kehittämissuosituksen siitä, miten oppimisympäristöjä pystyttäisiin käyttämään Green Care-toiminnassa.



Kuvio 6. Navetta- ja tallialuetta (Kuva: lida Leinonen)

Yksi Kainuun ammattiopiston toimipisteistä sijaitsee Kirkkoaholla Kajaanissa eli Seppälän toimipiste (Kuvio 7). Seppälän toimipisteeltä Kajaanin kaupungin keskusta on vain noin neljä kilometriä, joten sijainti koululla on hyvä ja se sijaitsee mukavassa maalaisympäristössä. Toimipisteen tallissa ja navetassa opintoja suorittavat, esimerkiksi maatalousalan perustutkintoa opiskelevat eläintenhoitajat ja maaseutuyrittäjät sekä luonto-ohjaajat tekevät joitain tutkinnonosia tallissa. Puutarhalla opintoja suorittavat puutarha-alan perustutkintoa opiskelevat puutarhurit. Ammatillista koulutusta järjestetään nuorille ja aikuisille. Tarjontaan kuuluvat perustutkintojen lisäksi ammattitutkinnot ja erilaiset lyhytkoulutukset. (Kai-

nuun ammattiopisto 2022b.) Lisäksi yksi oppimisympäristö on Impilinna, joka sijaitsee Seppälän toimipisteellä. Se kuitenkin rajattiin opinnäytetyöstäni pois tietoisesti, koska rajaus tehtiin agrologiopintoihin sopivaksi.



Kuvio 7. Seppälän toimipiste satelliittikuvassa (Google Earth, Maxar Technologies 2021)

Ammatillisen koulutuksen tavoitteena on koulutustavoitteiden lisäksi tukea opiskelijoiden kehitystä hyviksi, tasapainoisiksi ja sivistyneiksi ihmisiksi ja yhteiskunnan jäseniksi. Ammatillisen koulutuksen tulee myös antaa opiskelijoille jatko-opiskeluvalmiuksien, harrastusten, ammatillisen kehittymisen ja persoonallisuuden monipuolisen kehittämisen kannalta tarpeellisia tietoja sekä taitoja. (Laki ammatillisesta koulutuksesta 531/2017 1:2 §.) Opiskelijan kehittymiseen yhteiskunnan jäseneksi ja kehitykseen ihmisenä voidaan käyttää Green Care -toimintaa.

4.2 Navetta

Kainuun ammattiopiston Seppälän toimipisteeseen oppimisympäristöön kuuluu navetta. Navetta sijaitsee tallin yhteydessä. Navetassa on lämmin ja kylmäpuoli. Lämpimällä puolella on karjakeittiö, lypsyasema, kokoomatila, maituhuone, ruokintapöytä, vasikoiden ryhmäkarsinat, nuorkarjan ryhmäkarsinat, puruvarasto, re-

huvarasto ja pyykinpesuhuone. Kylmällä puolella on pihatto, jossa asuvat lypsy-lehmät ja ummessa olevat lehmät. Kylmällä puolella on myös ruokintapöytä. Lypsyjärjestelmänä on kuuden lehmän tandem-lypsyasema (Kuvio 8). Tandem-lypsyasemassa lehmät ovat lypsyn ajan omissa karsinoissa ja ne ovat sivuttain lypsäjään nähden. Lypsyasemalle lehmät tulevat kokoomatilasta.



Kuvio 8. Lypsyasema

Kaikki lehmät ovat rodultaan uhanalaista itäsuomenkarjaa eli kyyttöjä (Kuvio 9). Seppälän navetta onkin itäsuomenkarjan geenipankki. Geenipankin tavoitteena on muun muassa suojata se, että alkuperäisrotu ei kuole sukupuuttoon, geneettisen vaihtelun säilyttäminen mahdollisimman laajana ja tuotantokyvyn sekä kestävyyden tasapainoinen kehittäminen ja sen huomioiminen jalostusohjelmassa (Luonnonvarakeskus 2022a). Seppälän koulutilan navetassa on yhteensä noin 65 nautaa, joka sisältää noin 30 lehmää ja nuorkarjan (Karppinen 2022). Itäsuomenkarjan naudat ovat huomattavasti pienempiä kuin valtarotujen eli ayrshire- ja holstein-rotujen naudat. Itäsuomenkarjan lehmät tuottavat vähemmän maitoa kuin isommat rodut. Rotuna itäsuomenkarja on yleisesti tunnettu, koska kyytön lihasta ja maidosta tehdään ruokia, mutta rotu on suosittu myös maisemanhoidossa sekä hoivamaatiloilla. (Luonnonvarakeskus 2015.)



Kuvio 9. Lehmät seisomassa pihatonkujalla (Kuva: Samuli Rosenberg)

Navetalla päivittäin opiskelijoiden kanssa tehdään päivittäiset lypsykarjan hoitotyöt, jotka sisältävät, esimerkiksi lehmien lypsämisen, ruokinnan, eläinten hoitotoimenpiteet ja siivoustyöt. Lisäksi kausitöinä ovat muun muassa tiineystarkastukset, sorkkahoidot, laitumien teko, vuosisiivoukset, lehmien karvaaminen eli karvojen klippaaminen ja jalostussuunnitelmien teko. Harvakseltaan navetassa pidetään erillistä teoriaopetusta. Asiakkaita ja vierailijoita käy navetalla satunnaisesti, ja niitä ovat, esimerkiksi koululuokat, tutustujat, kuntoutustoimintaan osallistuvat ja virkistyspäivää viettävät. Vierailijoiden kanssa tutustutaan karjaan ja voidaan tehdä helppoja ja yksittäisiä työtehtäviä, esimerkiksi vasikoiden juottoa, juomakuppien pesua ja karvausta (Kuvio 10). (Karppinen 2022.)



Kuvio 10. Pihaton vesikuppien pesua (Kuva: Reetta Karppinen)

Navetassa ei ole järjestetty säännönmukaista tai toimivaa Green Care -toimintaa. Vieraita käy navetalla välillä tutustumassa. Henkilökunta on osallistunut Lupeos eli luontoperusteisen osaamisen kehittämisen -hankkeeseen. Green Care -toimintaa ei koeta ammatillisen oppilaitoksen ja henkilökunnan ydintehtäväksi, joten sitä ei ole kehitetty, ja ei ole myöskään ollut aikaa ohjata ryhmiä. Toiminta koetaan kuitenkin hyödylliseksi ja mukavaksi, mutta navetalla ei ole siihen nyt resursseja. (Karppinen 2022.)

Tilat ovat kohtuullisen turvalliset, mutta kuitenkin vähän sokkeloiset. Eläinten lähelle pääsee, mutta eläinten kiinnipito karsinoissa on vähän haastavaa, mikä aiheuttaa turvallisuusriskin. Pesupisteet ovat kaukana eläimistä, esimerkiksi käsienspesu tai sankojen pesupaikat. Navetassa ei ole rauhallista kokoontumispaikkaa ja nykyään kokoontumispaikkana toimii karjakeittiö. Liikuntarajoitteisten on hankala päästä navettaan. (Karppinen 2022.)

4.3 Talli

Kainuun ammattiopiston Seppälän toimipisteeseen oppimisympäristöön kuuluu hevostalli. Talli sijaitsee navetan yhteydessä. Karsinoita tallissa on yhteensä 12, joista seitsemän on hevosten käytössä. Tallissa on vain koulun opetuskäytössä

olevia hevosia. Tallitiloihin kuuluvat myös varustehuone, rehuvarastot, hevosten pesupaikka, heinävintti, puruvarasto, kärrykatos sekä tallihuone. Hevoset ulkoilevat tarhoissa, joita on viisi kappaletta (Kuvio 11). Kesäisin hevoset pääsevät laiduntamaan koulun omilla pelloilla. Tarhojen vieressä on ratsastuskenttä ja lisäksi peltojen ympäri menee ajorata. Talli on eläinsuojelusäädösten mukainen sekä turvallinen. (Juntunen 2022.)



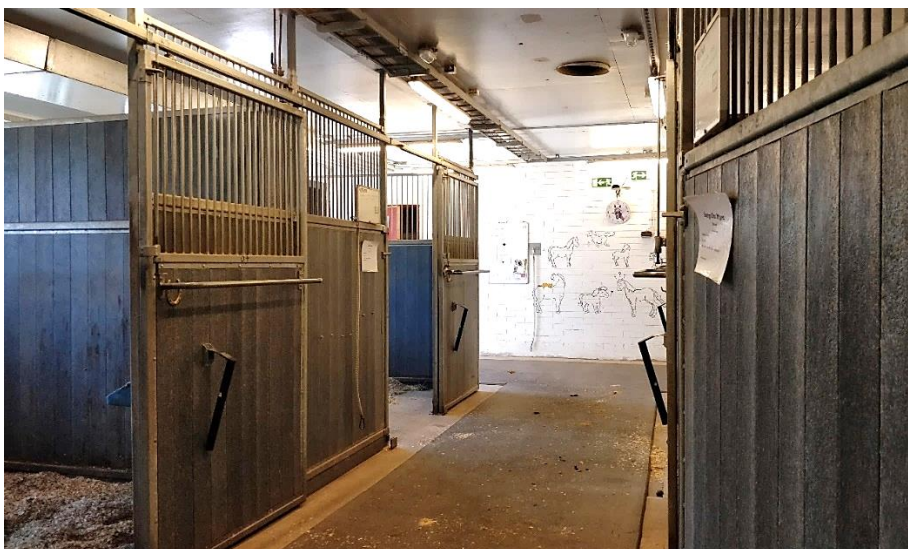
Kuvio 11 Tarha-alueita

Tallissa asuu neljä hevosta ja kolme ponia. Hevoset ovat rodultaan suomenhevოსia ja ponit gotlanninruss rotuisia (Kuvio 12). Kaikki hevoset ovat hyvinvoivia, terveitä, kilttejä ja ihmisystävällisiä. Hevosia hoitavat päivittäin opiskelijat työntekijöiden kanssa. Opiskelijat pitävät hevosten hyvinvoinnista huolta aamutallissa, päivä-tallissa ja iltatallissa. Ponien ja hevosten liikutuksesta huolehtivat myös opiskelijat ja liikutus tapahtuu pääasiassa joko ajaen tai ratsastaen. Hevosten parissa opetellaan myös teoriaa, joka yhdistetään käytäntöön eli harjoitellaan, esimerkiksi hevosen jalkojen kylmäämistä, haavojen hoitamista ja lämpöjen mittaamista. (Juntunen 2022.)



Kuvio 12. Suomenhevonen ja gotlanninrusspani laitumella (Kuva: lida Leinonen)

Tallin tilat ovat siistit ja turvalliset. Tallin sisällä pääsee liikkumaan hyvin, mikä on hyvä asia Green Care -toiminnan kannalta (Kuvio 13). Varustehuoneeseen ja tallihuoneeseen on porrasaskelmat, joten niihin ei esimerkiksi pääse pyörätuolin kanssa, kun ajatellaan mahdollisia vierailijoita. Tallissa ei järjestetä Green Care -toimintaa. Tallin henkilökuntaa on osallistunut aiempina vuosina Lupeos eli luontoperusteisen osaamisen kehittämisen -hankkeeseen sekä yksi opettajista on käynyt sosiaalipedagogisen hevostoinnin koulutuksen. Erilaiset ryhmät ovat ennen koronaa käyneet vierailulla, esimerkiksi päiväkotiryhmät ja kerhot, koska on haluttu tutustua hevosiin. Ryhmät ovat yleensä päässeet myös tekemään jotain helppoja tallitöitä, kuten karsinoiden putsausta. (Juntunen 2022.)



Kuvio 13. Tallia sisältä (Kuva: lida Leinonen)

4.4 Puutarha

Kainuun ammattiopiston Seppälän toimipisteeseen oppimisympäristöön kuuluu puutarha. Puutarhan oppimisympäristöön kuuluvat kasvihuone, myymälä ja vertikaalipuutarha (Manninen 2022). Kasvihuoneissa kasvatetaan kukkia vuoden ympäri eri sesonkeja varten (Kuvio 14). Puutarha-alan opiskelijat työskentelevät kasvihuoneissa ja myymälässä myyden kasveja. Opiskelijoita auttaa vastaava puutarhuri ja opettajat. (Kainuun ammattiopisto 2022c.)



Kuvio 14. Kasvihuonetta (Kuva: Heli Manninen)

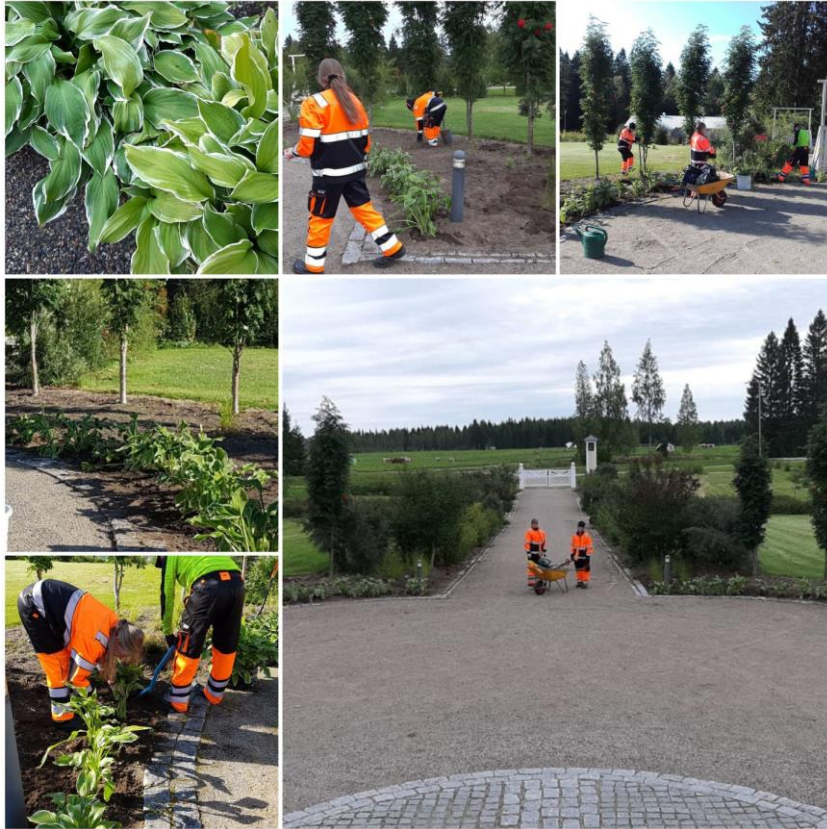
Vertikaalipuutarhassa eli monikerrosviljelmässä kasveja kasvatetaan eri kerroksissa (Kuvio 15). Vertikaalipuutarhassa viljelmätapa on uutta, vähähiilistä ja tuotantotapa on tehokasta. Vertikaalipuutarha on pitkälti automatisoitua, se lämpee led-valoilla, kerää talteen energiaa ja sen avulla säästetään myös kasteluvettä. (Kainuun ammattiopisto 2022d.)



Kuvio 15 Vertikaalipuutarha (Kuva: Heli Manninen)

Kasveja kasvatetaan ympäri vuoden. Kasvihuoneissa kasvatetaan monenlaisia eri kasveja eri sesonkien aikaan, esimerkiksi joulutähtiä, amppelikukkia, ahkerallista, kesäsyressiä, laventelia, maahumalaa, orvokkia, pelargonioita, salviaa ja murattia. Lisäksi kasvatetaan yrttejä, kurpitsaa ja tomaattia. (Manninen 2022.) Vertikaalipuutarhassa kasvatetaan paikallisten yritysten kasveja. Mansikan varmennettuja emotaimia vertikaalipuutarhassa koeviljelee Peuraniemen taimitarha ja Akonlahden puutarha kasvattaa siellä salaatteja ja yrttejä. (Kainuun ammattipisto 2022d.)

Puutarhan päivittäiset työtehtävät vaihtelevat ajankohdasta riippuen, mutta kasveja hoidetaan ja myydään asiakkaille päivittäin (Kuvio 16). Kasvukaudella opiskelijat osallistuvat kaikkiin käytännön työtehtäviin ja työvaiheisiin puutarhalla. Puutarhalla opiskelijat vastaavat puutarhan myymälän toiminnasta. Vertikaalipuutarhalla opiskelijat saavat osallistua yhdessä Luonnonvarakeskuksen tutkijoiden kanssa tutkimusprojektiin ja myös yrittäjien viljellessä vertikaalipuutarhalla opiskelijat osallistuvat viljelyyn yhteistyössä yrittäjän kanssa. (Manninen 2022.)



Kuvio 16. Opiskelijat istuttamassa Impilinnan pihalla (Kuva: Heli Manninen)

Puutarhalla ei ole Green Care -toimintaa, eikä koulutuksia ole käyty aiheeseen liittyen. Vierailijoita ei ole koronan aikana paljon käynyt, mutta yleensä vieraille esitetään puutarhan oppimisympäristöt. Lisäksi puutarhalla on järjestetty erilaisia työpajoja vierailijoille esimerkiksi kranssityöpaja. (Manninen 2022.)

Turvallisuuteen puutarhalla pyritään kiinnittämään huomiota ja vaaratekijöistä muistutetaan. Puutarhassa vaaratekijöitä voivat olla, esimerkiksi tikkailta putoaminen, kemikaalien ja lannoitteiden käsittely, painavien asioiden nostaminen, liukastuminen ja kasviallergiat. (Manninen 2022.) Vaaratekijät on myös otettava huomioon tulevaisuudessa mahdollisessa Green Care -toiminnassa.

5 OPINNÄYTETYÖPROSESSIN KUVAUS

5.1 Menetelmät ja työtavat

Opinnäytetyöni on toiminnallinen opinnäytetyö, jossa tein nykytilan selvityksen ja kehittämissuositusten, joiden pohjalta tein tuotoksena opasvihkon. Opasvihkon tarkoituksena on antaa selkeitä, konkreettisia ja käytännöllisiä esimerkkejä siitä, miten Kainuun ammattiopiston Seppälän navetan, tallin ja puutarhan oppimisympäristöissä voidaan hyödyntää ja lisätä Green Care -toimintaa.

Opinnäytetyössä olen työtapoina käyttänyt haastattelua sähköposteilla, kun kysyin oppimisympäristöjen nykytilasta. Haastattelujen pohjalta kirjoitin nykytilan ja kehittämissuosituksia. Kehittämissuosituksia tehdessä käytin apuna myös teoriaa Green Care -aiheesta. Opasvihkon teossa hyödynsin nykytilan selvitystä ja kehittämissuosituksia sekä teoriaa.

5.2 Toiminnallinen opinnäytetyö

Tutkimukselliselle opinnäytetyölle vaihtoehtona on toiminnallinen opinnäytetyö. Toiminnallisessa opinnäytetyössä tavoitellaan käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä tai järjeistämistä niin, että tavoitteellisuus on ammatillisessa kentässä. Lopullisena tuotoksena toiminnallisessa opinnäytetyössä syntyy aina jokin konkreettinen tuote, kuten ohjeistus tai tietopaketti. Kaikissa toiminnallisissa opinnäytetyöissä on yksi yhteinen piirre, joka on se, että viestinnällisin ja visuaalisin keinoin pyritään luomaan kokonaisilme, josta tulee tunnistaa tavoitellut päämäärät. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9, 51.)

Toiminnallisen opinnäytetyön tekeminen alkaa sillä, että mietitään työn tavoite ja merkitys työelämälle tai yhteistyötaholle. Tämän jälkeen laaditaan tietoperusta työlle. Tietoperustan laadinnan jälkeen valitaan kehittämis- tai tutkimusmenetelmä ja hankitaan aineistoa ja analysoidaan sitä. Kun tämä vaihe on tehty, toteutetaan itse tuotos. Lopuksi tehdään vielä pohdinta, jossa mietitään muun muassa tulosten hyödynnettävyyttä ja työn eettisyyttä sekä luotettavuutta. (Lapin ammattikorkeakoulu 2022a.)

5.3 Opasvihkon valmistusprosessi

5.3.1 Aiheen valinta ja tavoitteiden määrittely

Opinnäytetyöprosessissa ensin valitaan aihe, josta haluaa työn tehdä. Hyvä opinnäytetyön aihe on sellainen aihe ja idea, joka nousee esiin koulutusohjelman opinnoista ja aiheen kautta pystyy luomaan yhteyden työelämään. Opinnäytetyön aiheen tulee olla itseä kiinnostava ja, jonka avulla pystyy syventämään tietoja ja taitoja jostain itselle kiinnostavasta aiheesta. (Vilkka & Airaksinen 2003, 16.) Samalla kun miettii työn aihetta, tulee miettiä myös tavoitteet opinnäytetyölle. Itselläni oli jo aika kauan opintojen aikana ollut mielessä se, että tekisin opinnäytetyön liittyen Green Care -toimintaan, koska aihe on itselle mieluisa ja kiinnostava.

Toiminnallisessa opinnäytetyössä on suositeltavaa ja yleistä se, että työllä on toimeksiantaja (Vilkka & Airaksinen 2003, 16). Työlleni löysin toimeksiantajan hankkeesta. Sain opinnäytetyölleni toimeksiantajaksi Titity – tilalta tietoon ja työelämä -hankkeen. Vaihdoin ajatuksia opinnäytetyöstä ja aloimme tarkemmin suunnittelemaan työn tekoa.

Työni tavoitteet itselleni opiskelijana oli perehtyä Green Care -toimintaan ja Green Care -toiminnan mahdollisuuksiin Seppälässä. Opinnäytetyön toiminnallisen osuuden tavoitteena ja tarkoituksena oli tehdä Tilalta tietoon ja työelämään -hankkeelle kehittämis ehdotus ja opasvihko siitä, miten Kainuun ammattiopiston Seppälän oppimisympäristöjen tallia, navettaa ja puutarhaa voitaisiin käyttää Green Care -toiminnassa. Kehittämis ehdotuksen ja opasvihkon tavoitteena on antaa lisää tietoa oppimisympäristöihin Green Care -toiminnasta ja sen mahdollisuuksista.

Tavoitteita käytiin läpi sekä toimeksiantajan kanssa että ohjaavan opettajan kanssa. Tavoitteet olivat alusta asti realistiset. Opasvihkon avulla pyritään siihen, että oppimisympäristöissä lisätään Green Care -toiminnan käyttöä. Green Care -toiminnan käyttöä voi lisätä esimerkiksi opasvihkossa olevien esimerkkiharjoitteiden kautta. Tavoitteena on tuottaa tietoa ja hyötyä oppimisympäristöjen opetta-

jille ja Kainuun ammattiopiston Seppälässä työskentelevälle muullekin henkilökunnalle, esimerkiksi kuraattorille ja erityisopettajalle. Opasvihkon avulla halutaan myös lisätä tietoa Green Care -toiminnasta ja sen mahdollisuuksista. Opasvihkoa pystyvät hyödyntämään myös muut oppimisympäristöt ja maatilat, puutarhat ja tallit Green Care -toiminnassa.

Aiheeseen löysin tietoa jo jonkin verran opinnäytetyön menetelmäopinnoissa, kun kurssilla tehtiin tieteellinen teksti. Itselläni oli ennen opinnäytetyön tekoa ollut tietoa jo Green Care -toiminnasta. Teoriaa lähdin tutkimaan ja etsimään pääaiassa internetistä esimerkiksi erilaisista Green Care -oppaista. Tiedonhaussa käytin mahdollisimman tuoreita ja luotettavia lähteitä. Kainuun ammattiopiston Seppälän oppimisympäristöistä itselläni oli jo entuudestaan tietoa eläintenhoitajaopintojen ajalta ja perusharjoitteluista.

5.3.2 Suunnitteluvaihe

Opinnäytetyön suunnittelun aloitin 2021 loppupuolella. Suunnitteluvaiheesta asti olin tiiviisti yhteydessä toimeksiantajaan liittyen, niin opinnäytetyöhön kuin opasvihkoonkin. Alusta asti oli selvää se, että teen toiminnallisen opinnäytetyön. Se millaisen opinnäytetyön teen muovautui opinnäytetyöprosessin aikana. Oli puhetta, että tekisin joko kirjallisuuskatsauksen tai opetusvideon, mutta päädyttiin että teen kehittämissuunnitelman ja siihen liittyen opasvihkon. Opasvihkosta toivottiin tiivistä ja selkeää, jotta siitä saisi Green Care -toimintaan liittyvät vinkit selkeästi käyttöön. Suunnitteluvaiheessa päätettiin myös työn rajauksesta. Työ rajautui siihen, että otin opinnäytetyössäni käsittelyyn eläimet ja puutarhan ja niihin liittyen Green Care -näkökulman.

Opasvihkon suunnittelu alkoi, kun opinnäytetyön suunnitelma oli hyväksytty. Opasvihkon suunnittelussa mietittiin, mitä kaikkea itse opasvihkoon on hyvä laittaa. Lisäksi lähdin suunnittelemaan opasvihkoa tavoitteiden ja tarkoituksen pohjalta. Suunnitelmissa oli ensin tehdä lyhyt opasvihko, jossa olisi ollut pari sivua harjoitteita yhdelle oppimisympäristölle. Kuitenkaan opasvihkoa tehdessä tämä kohta ei toteutunut, koska harjoitteita tuli keksittyä niin paljon.

5.3.3 Toteutusvaihe

Toteutusvaiheessa toteutetaan opinnäytetyötä toimeksiannon ja opinnäytetyön suunnitelman mukaisesti. Opinnäytetyötä toteutetaan työhön valituilla menetelmillä. Toteutusvaihe vaatii säännöllistä työtä ja kirjoittamista, johon kuuluvat sekä ylä- ja alamäet. Opettajilta ja toimeksiantajalta saa toteutusvaiheen aikana tukea työn tekemisessä ja on hyvä olla vuorovaikutuksessa heihin. (Lapin ammattikorkeakoulu 2022b.)

Toteutusvaiheessa teorian kirjoituksessa hyödynsin jo valmiiksi etsittyjä lähteitä, mutta myös etsin uusiakin, esimerkiksi internetistä ja kirjastosta. Tärkeää tietoperustan kirjoituksessa oli käyttää ajankohtaisia ja luotettavia lähteitä. Teoriaosuutta kirjoitin joulukuussa 2021 sekä alkuvuodesta 2022. Teoriaosioon oli hyvä tutustua tarkasti, koska teoriaa hyödynsin paljon myös opasvihkoa tehdessä, esimerkiksi miettiessä eläinten hyvinvointivaikutuksia harjoitteiden kannalta. Olimme yhteydessä koko opinnäytetyöprosessin ajan toimeksiantajan kanssa ja pidimme Teams-palavereja, joissa käytiin läpi opinnäytetyötä sekä opasvihkoa.

Olin yhteydessä tallin, navetan sekä puutarhan opettajiin sähköpostilla. Sähköposteissa kysyin oppimisympäristöjen nykytilasta sekä Green Care -toiminnasta. Vastauksien avulla sain kirjoitettua hyvin opinnäytetyöhöni toiminnallisen osuuden puoleen nykytilan selvitykset, mitä käytin myös Green Care -toiminnan osalta opasvihkossa. Opasvihkoa tein helmi- ja maaliskuussa keväällä 2022. Alussa piti tarkoin miettiä myös se, mitä kirjoitan kehittämissuunnitelmaan ja mitä opasvihkon. Kehittämissuunnitelmassa opinnäytetyössäni painotun enemmän siihen, miksi kehitetään jotain asiaa ja mikä siihen kehittämiseen vaikuttaa, esimerkiksi miksi tulee valita tietyt lehmät harjausaktiviteettiin. Kun taas opasvihkoon kirjoitin käytännön ohjeita ja ideoita oppimisympäristöihin. Kehittämissuunnitelman tekeminen oli hyvä pohja opasvihkon kirjoittamisessa.

Opasvihkon tein maaliskuussa 2022 viimeisen erikoistumisharjoitteluni kautta, joka oli laajuudeltaan viisi opintopistettä. Opasvihkon teon tein harjoittelun kautta, että itse opinnäytetyöhön ei menisi niin paljon aikaa, eikä työ laajenisi kovinkaan

pitkäksi. Harjoittelupaikkana minulla oli yleisesti Kainuun ammattiopiston luonnonvara-ala, jossa yhteyshenkilönä toimi Renne Sänisalmi ja harjoitteluohjaajana Heidi Kotilainen. Opasvihkon tekoon ja ideointiin pidettiin muutaman kerran ohjaajan kanssa Teams-palavereja maaliskuun aikana, mitkä olivat todella hyödyllisiä, kun sai paljon ideoita ja vinkkejä opasvihkon tekoon. Apua harjoitteiden suunnitteluun ja miettimiseen sain myös, kun soitin tädilleni, jolla oli tietoa puutarhan käytöstä Green Care -toiminnasta, mikä oli itselle vieraampi aihe.

Itse opasvihkon tähän opinnäytetyöhöni tein Word-tiedostopohjalle ja kannen tein siihen Canva-sovelluksella, joka oli itselle entuudestaan tuttu sovellus. Kuvat opasvihkoon löysin omista arkistoista ja puutarhan kuvia kysyin sähköpostilla puutarhapuolen opettajalta sekä tädiltä sain pari kuvaa. En itse päässyt käymään kuvaamassa opinnäytetyön tai opasvihkon teon aikana oppimisympäristöjä, mutta onneksi itselläni oli kuvia valmiina.

Sivumäärältään opasvihko on 20 sivua ja tarkoituksena oli tehdä siitä ytimekäs ja selkeä, että sitä tulee käytettyä oppimisympäristöissä. Opasvihkon pituus ylitti suunnitteluvaiheessa suunnitellun mitan, mutta se ei haitannut, koska opasvihkossa oli niin paljon harjoitteita. Opasvihko on opinnäytetyössä liitteenä. Pidin myös tärkeänä, että opasvihkosta tulee helposti käytettävä. Oppimisympäristöissä oli jo entuudestaan tietoa Green Care -toiminnasta ja myös toimintaakin harjoitettiin ehkä huomaamatta sen olevan Green Care -toimintaa. Opasvihkon kautta oppimisympäristöihin saadaan vielä lisää tietoa Green Care -toiminnasta ja sen harjoittamisesta.

Tulevaisuudessa opasvihkoa saatetaan hankkeessa vielä päivittää ulkoasullisesti, mutta tässä opinnäytetyössäni ja harjoittelussa tein siihen valmiiksi tekstilisen puolen. Opasvihko on tarkoitus tulostaa jokaiseen oppimisympäristöön tulevaisuudessa, jotta se olisi konkreettisesti käytettävissä ja siihen olisi helppo palata.

5.3.4 Viimeistelyvaihe ja arviointi

Viimeistelyvaiheessa tein vielä hienosäätöä opasvihkolle sen jälkeen, kun se oli kokonaan valmis. Paljon sai kuvien paikkoja asetella ja miettiä sitä, onko opasvihko toteuttanut sille suunnitellut tavoitteet. Mielestäni tavoitteet täyttyivät niin opasvihkon kuin myös opinnäytetyön osalta.

Opinnäytetyön aihe sai alkunsa hankkeen toiveesta tehdä kehittämis ehdotus ja opasvihko oppimisympäristöihin talliin, navettaan ja puutarhaan. Sen pohjalta voin arvioida, että opasvihkolle on käyttöä ja tarvetta. Tein opasvihkon ja opinnäytetyön teon ajan tiiviisti yhteistyötä toimeksiantajan kanssa ja pyysin välillä palautetta työstäni ja kommentteja, jos oli esimerkiksi jotain muokattavaa. Lähetin myös opasvihkosta lopullisen version toimeksiantajalle kommentoitavaksi, että pystyin sitä vielä tarvittaessa muokata. Palaute opasvihkosta oli positiivista.

Opasvihko on oppimisympäristöjen opettajille, muulle henkilökunnalle ja myös vierailevillekin ihmisille sekä myös hankkeelle hyvä apu siihen, miten Green Care -toimintaa voidaan harjoittaa oppimisympäristöissä. Opasvihkosta on tehty mahdollisimman helppolukuinen ja kuvia lisätty elävöittämään sitä. Kun oppimisympäristöissä on tietoa Green Care -toiminnasta niin sen käyttöäkin on helpompi lisätä.

Mielestäni opasvihko on onnistunut kokonaisuus. Sain tehtyä siitä omaan silmään miellyttävän näköisen, helppolukuisen ja helppokäyttöisen. Lisäksi olen siitä saanut hyvää palautetta jo tässä vaiheessa. Olisin toki voinut tehdä opasvihkosta vielä visuaalisemman, mutta olen tyytyväinen myös nykyiseen lopputulokseen.

6 KEHITTÄMISTOIMINNAN TUOTOS

6.1 Kehittämis ehdotus

Tämän opinnäytetyön tuloksena syntyi Kainuun ammattiopiston Seppälän oppimisympäristöjen tallin, navetan ja puutarhan nykytilan selvitys ja kehittämis ehdotus liittyen oppimisympäristöjen käytöstä Green Care -toiminnassa. Liitteenä on opasvihko, jonka tein kehittämis ehdotuksen pohjalta. Kehittämis ehdotuksessa kerron tarkemmin, esimerkiksi miksi Green Care -toimintaa voisi tehdä jollain tapaa ja lisäksi mitkä siihen toimintaan vaikuttavat, esimerkiksi eläintaudit tulee ottaa huomioon eläinten kanssa toimiessa.

Kehittämis ehdotuksen tavoitteena oli se, että saadaan tietoa oppimisympäristöihin siitä, mitkä asiat vaikuttavat Green Care -toiminnan järjestämiseen ja mitä mahdollisuuksia olisi eri oppimisympäristöissä järjestää Green Care -toimintaa. Lähtökohtana on ollut se, että oppimisympäristöissä halutaan lisätä Green Care -toimintaa. Alaluvuissa erittelen kunkin oppimisympäristön kehittämis ehdotukset.

Kuitenkin kaikissa oppimisympäristöissä tulee ottaa huomioon turvallisuusasiat, esimerkiksi hyvä hygienia, allergiat, suojarusteiden käyttö tarvittaessa ja mieluiten myös esteettömyys. Green Care -toiminnassa tärkeää on ennakoiva turvallisuussuunnittelu, koska työskennellään muun muassa eläinten kanssa.

6.1.1 Navetta

Navetan henkilökunnan kouluttamista ja perehdyttämistä Green Care -toimintaan liittyen voisi lisätä. Henkilökunnasta useamman ihmisen olisi hyvä olla tietoinen siitä, mitä Green Care -toiminta on ja miten sitä voisi hyödyntää niin opiskelijoiden kuin myös vieraiden kanssa. Omalla henkilökunnalla on Green Care -toimintaan liittyen resursseissa pulaa, joten Green Care -asioihin liittyen voisi palkata esimerkiksi ulkopuolisen yrittäjän. Navettaan otettaisiin mielellään ulkopuolinen yrittäjä liittyen Green Care -toimintaan, jos sellainen olisi ja löytyisi. Ulkopuolinen yrittäjä voisi toimia itsenäisenä toimijana tai olla töissä mukana tiettyinä aikoina

asiakkaiden kanssa niin, että ohjaaja ja asiakas olisi oikeiden töiden aikana iltatai aamunavetassa, mutta ohjaus tulisi yrittäjältä. (Karppinen 2022.)

Kun Green Care -toimintaa aletaan ottamaan enemmän käyttöön navetassa siinä tulee ottaa huomioon monenlaisia asioita, muun muassa eläimien sopivuus toimintaan, turvallisuus, eläintaudit ja mahdolliset allergiat. Tärkeää on valita harjoitteisiin sellaisia lehmiä, jotka ovat rauhallisia, kilttejä ja ovat myös tottuneet käsittelyyn, jos sellaiseen on tarvetta toiminnassa. Esimerkiksi tiettyjä lehmiä valitaan harjaukseen tai karvojen kampaamiseen, koska ovat luonteeltaan kilttejä. Eläimien sopivuus toimintaan on yksi turvallisuutta takaava tekijä. Lehmien tulee kuitenkin saada olla toiminnassa vapaaehtoisesti mukana eli jos näyttää siltä, että jokin lehmä ei jostain tykkää, niin voidaan vaihtaa esimerkiksi toiseen lehmään. Lehmiä olisi myös hyvä käsitellä esimerkiksi opiskelijoiden kanssa, että ne tottuvat käsittelyyn.

Yksi tärkeimmistä asioista on hyvän hygienian takaaminen, etteivät erilaiset taudit pääse navettaan. Vieraille on hyvä tarjota kenkiin suojia tai navetan omat kumisaappaat ja suojapuku tai navettahaalari. Kenkiä on hyvä opastaa pesemään, kun tullaan esimerkiksi likaiselta puolelta puhtaalle puolelle. Hygienia-asioista voisi tehdä esimerkiksi opastustaulun.

Eläinten kanssa ollessa tulee ottaa huomioon mahdolliset opiskelijoiden ja erityisesti vieraiden allergiat. Opasvihkossa on harjoitteita, joissa on esimerkiksi navettakissat mukana. Jos opiskelijalla tai vieraillla on kissa-allergiaa, se tulee ottaa huomioon, ettei kenenkään henkeä vaaranneta.

Navettaan on suunnitteilla remontti, joka liittyy Seppälän hyvinvointinavetta esiselvitys -hankkeeseen. Hankkeen tavoitteena on selvittää navetan kehittämis- ja korjausmahdollisuuksia liittyen tuotantoeläinten hyvinvointiin sekä myös navetassa työskentelevien ja vieraileville ihmisten hyvinvointiin. (Oulun yliopisto 2022.)

6.1.2 Talli

Mahdollisuudet Green Care -toiminnan toteuttamiseen tallissa ovat oikein hyvät. Nykypäivänä olisi lisäksi tarve sellaiselle Green Care -tutkinnonosalle, joka tukee opiskelijan hyvinvointia ja jossa olisi osana luonto- ja eläinavusteiset menetelmät. Tällaisesta tutkinnonosasta on keskusteltu, mutta opettajien kiireellisyyden vuoksi ei tällaisen tutkinnonosan kehittämiseksi ole oikein resursseja tässä tilanteessa. Toiveena olisi, että tulevaisuudessa tällainen tutkinnonosa olisi mahdollinen. (Juntunen 2022.)

Hevosten ja ponien sopivuus toimintaan on hyvä, koska nykytilan selvityksessä tuli ilmi, että hevoset ovat kilttejä, terveitä, hyvinvoivia ja ihmisystävällisiä. Toiminnassa tulee ottaa huomioon, että siinä käytetään vain terveitä hevosia, koska toiminnan pitää olla hevosille mieluista. Hevosien kanssa ovat vieraat touhuneet, mikä on hyvä asia ja ne ovat tottuneet asiakkaisiin. Mahdollisesti talliin tulevia uusia hevosia on myös hyvä kouluttaa toimimaan erilaisten ihmisten kanssa.

Turvallisuus tulee ottaa huomioon toiminnassa, esimerkiksi portaat satulahuoneeseen. Hevosten kanssa ollessa on muutenkin hyvä käyttää suojavarusteina, esimerkiksi turvakärkisiä kenkiä, hanskoja ja joissakin toiminnoissa myös kypäriä. Toiminnan tulee olla turvallista niin vieraille tai opiskelijalle kuin myös hevoselle. On tärkeää osata kuunnella ja lukea hevosta. Toiminta ja harjoitteet voivat myös olla sellaisia, joissa kaikkien ei tarvitse liikkua ympäri tallia esimerkiksi, jos on pyörätuoleja tai liikuntarajoitteita.

Allergiat tulee tallissa ottaa myös huomioon, kun ollaan eläinten kanssa toimimassa. Toiminnassa tulee ottaa myös huomioon hevosissa liikkuvat taudit eli käytetään vain puhtaita tai desinfioituja varusteita, etteivät taudit pääse leviämään. Lähtökohtaisesti toimintaan varmaan osallistuu sellaisia, jotka eivät ole allergisia hevosille, mutta juuri kissa-allergia tai heinäallergia tulee myös ottaa huomioon. Lisäksi kissan kanssa työskennellessä tulee antaa kissalle vapaus poistua paikalta.

6.1.3 Puutarha

Puutarhalla työskentelevillä ei ole Green Care -puolen koulutusta. Koulutusta olisi hyvä lisätä, että henkilökuntakin olisi tietoisia, mistä Green Caressa ja sen toiminnassa on kyse. Koulutus voisi tapahtua ihan yleisesti kaikkien oppimisympäristöjen henkilökunnille yhdessä. Puutarhalla kuitenkin koetaan, että toiminnalle olisi mahdollisuuksia, joten kouluttaminen voisi lisätä tietoisuutta Green Care -toiminnan mahdollisuuksista. Kouluttautuminen on aina hyvästä.

Puutarhalla vieraiden kanssa tulee mieluiten käyttää ei allergisoivia kasveja tai lannoitteita, jotta ei vaaranneta vieraiden terveyttä. Kasvien allergisoinnissa on hyvä ottaa huomioon se, että allergisoiko se esimerkiksi tuoksullaan vai jos siihen koskee.

Esteettömyyttä ja turvallisuutta voisi parantaa, koska nykytilan selvityksessä tuli ilmi, että esteettömyys ei toteudu puutarhalla. Esteettömyyttä voidaan tarvita silloin, kun vierailijat tulevat puutarhalle tekemään askareita. Myös liukastumisriskiä voisi vähentää, että se ei olisi turvallisuusriskinä esimerkiksi puutarhassa kierrellessä. Jos koko puutarhaa ei saa esteettömäksi tai esimerkiksi liukastumisriskiä vähennettyä voisi olla edes joku alue, jossa on turvallista harjoittaa Green Care -toimintaa.

6.2 Opasvihko

Opinnäytetyön tuotoksena syntyi opasvihko nimeltään ”Green Care -toiminnan mahdollisuudet. Opasvihko Kainuun ammattiopiston Seppälän toimipisteen oppimisympäristöjen (talli, navetta, puutarha) käytöstä Green Care -toiminnassa” (Kuvio 17). Opasvihkossa on vähän teoriaa Green Care -aiheesta, oppimisympäristöjen nykytilan selvitys Green Care -toiminnan osalta ja käytännön esimerkkejä,

miten voi oppilaitoksessa ja vierailijoiden kanssa hyödyntää Green Care -toimintaa. Opasvihko on opinnäytetyön liitteenä (Liite 1.).



Kuvio 17. Opasvihkon kansi

Opasvihkon tekoprosessi oli opettavainen. Helppointa opasvihkon teossa oli itse työn kirjoittaminen, paitsi harjoitteiden keksiminen. Haastavinta itselle oli ehdottomasti harjoitteiden keksiminen, etenkin puutarhaan, koska puutarha-ala ei ole itselle tuttua. Kun ideoita harjoitteisiin alkoi tullemaan niin niidenkin muotoilu ja keksiminen alkoi helpottumaan. Oli myös opettavaista keksiä harjoitteita.

Itse opasvihkon tekoprosessi sujui hyvin. Mitään suuria ongelmia ei tullut sen teossa. Mielestäni oli mukava tehdä opasvihko opinnäytetyöhön, koska toiminnallinen työ oli itselle mieluinen. Pientä haastetta välillä toi Wordissa kuvien sijoittelu. Kokonaisuudessaan opasvihkon teko sujui hyvin ja olen tyytyväinen lopputulokseen.

7 POHDINTA

Opinnäytetyötä tehdessä pääsin syventymään etenkin Green Care -toimintaan ja myös kehittämis ehdotuksen ja opasvihkon tekoon. Oli mielenkiintoista ja antoisaa keksiä esimerkkejä oppimisympäristöihin Green Care -toimintaan liittyen. Sain myös uusia näkökulmia asioihin ja opin uutta esimerkiksi työllisyystoimenpiteistä. Oli mielenkiintoista tutkia työttömyysprosentteja ja muita aiheeseen liittyviä asioita, koska ne eivät olleet itselle tuttuja asioita. Koen, että opinnäytetyötä tehdessäni sain osaamista Green Care -asioista, jotka ovat itselle mieluisia ja kiinnostavia. Opinnäytetyön tekeminen innoitti siihen, että joskus olisi mukava työskennellä Green Care -asioiden parissa. Tuli myös opittua se, että eläinten ja luonnon avulla voidaan niin monin eri keinoin parantaa ihmisten hyvinvointia.

Tämä oli itselle ensimmäinen korkeakouluun opinnäytetyö, jonka tein. Paljon oli opittavaa ja uutta. Välillä tekeminen oli haastavaa ja aikaa vievää, mutta mieluisen aihe motivoi kirjoittamaan ja tekemään. Opinnäytetyöhön liittyvät tunnit ja henkilökohtaiset etätapaamiset auttoivat paljon työn teossa ja olivat hyödyksi.

Opinnäytetyö on luotettava, koska siinä on käytetty luotettavia ja mahdollisimman uusia lähteitä, jotta tieto olisi mahdollisimman ajantasaista. Lähteitä on myös tarkasteltu kriittisesti, ja niitä on etsitty pitkin opinnäytetyön prosessia. Välillä piti teoriaa päivittää ajantasaisempaan. Green Care -aiheestakin on koko ajan enemmän tietoa ja tieto päivittyy, joten on hyvä käyttää kaikista tuoreimpia lähteitä. Tässä opinnäytetyössä on aihe valittu eettisesti, koska aiheen valinnassa on otettu huomioon oma mielenkiinto aiheeseen sekä toimeksiantajan tarve kehittämis ehdotukselle ja opasvihkole. Eettisyyteen liittyy myös se, että lähteet ja viitteet on merkitty oikein, eikä ole plagioitu tekstiä. Opinnäytetyötä tehdessä noudatin myös eettisiä periaatteita.

Opinnäytetyön tavoitteena oli perehtyä Green Care -toimintaan ja Seppälän asiakasryhmiin, etenkin työllisyystoimenpiteiden asiakkaisiin teoriaosiossa. Toiminnallisen osion tavoitteena oli nykytilan selvitys ja kehittämis ehdotus sekä opasvihkon teko. Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittämis ehdotuksen ja opasvihkon kautta luoda konkreettisia esimerkkejä siitä, miten Green Care -toimintaa voidaan

hyödyntää ammattikoulun oppimisympäristöissä. Koen, että opinnäytetyössä onnistuttiin saavuttamaan tavoitteen ja tarkoituksen, sillä tein kehittämissuunnitelman ja opasvihkon. Myös teorian ja toiminnallisen osuuden sain liittymään toisiinsa.

Opinnäytetyötä hyödynnetään Tility – Tilalta tietoon ja työelämään -hankkeessa sekä myös Kainuun ammattiopiston Seppälän oppimisympäristöissä tallissa, navetassa ja puutarhassa. Opinnäytetyötä voi hyödyntää kehittämään myös muiden oppimisympäristöjen Green Care -toimintaa tai myös muissa ammatillisissa oppilaitoksissa. Jatkokehityksen aiheina voisi olla esimerkiksi, miten Green Care -toiminta on onnistunut tai yleistynyt tulevaisuudessa niin Kainuun ammattiopistossa Seppälässä, mutta myös muissakin oppilaitoksissa. Voisi myös tehdä tutkimuksia siitä, miten muissa ammattikouluissa vastaavissa oppimisympäristöissä tuotetaan Green Care -toimintaa ja vertailla niitä keskenään.

LÄHTEET

Buist, Y. 2016. Connect, Prioritise and Promote. Comparative research into the development of care farming in different countries from the transition perspective. Viitattu 7.2.2022 <https://farmingforhealth.files.wordpress.com/2016/03/report-development-of-care-farming-yvettebuist.pdf>.

Google Earth, Maxar Technologies 2021. Kajaani. Viitattu 11.4.2022 <https://earth.app.goo.gl/?apn=com.google.earth&isi=293622097&ius=google-earth&link=https%3a%2f%2fearth.google.com%2fweb%2fsearch%2fKajaani%2f%4064.25216743,27.73775099,179.0128073a,1151.97378506d,35y,15.75462265h,0t,0r%2fdata%3dCigiJgokCfl1rY-2jFNAEYKGXIRCrI-BAGa0Qig65uTXAIZTpVsrOr0nA>.

Green Care Finland ry 2022a. Eläinavusteiset menetelmät. Viitattu 7.2.2022 <https://www.gcfinland.fi/green-care-/menetelmat/elainavusteiset-menetelmat/>.

Green Care Finland ry 2022b. Laatu. Viitattu 26.1.2022 <https://www.gcfinland.fi/laatu/>.

Green Care Finland ry 2022c. Luonto kuntoutusympäristönä. Viitattu 11.2.2022 <https://www.gcfinland.fi/green-care-/menetelmat/luonto-kuntoutusymparistona/>.

Green Care Finland ry 2022d. Maatilan käyttö. Viitattu 8.2.2022 <https://www.gcfinland.fi/green-care-/menetelmat/maatilan-kaytto/>.

Green Care Finland ry 2022e. Menetelmät. Viitattu 2.2.2022 <https://www.gcfinland.fi/green-care-/menetelmat/>.

Green Care Finland ry 2022f. Mitä on Green Care? Viitattu 19.1.2022 <https://www.gcfinland.fi/green-care-/>.

Green Care Finland ry 2022g. Puutarhan käyttö. Viitattu 2.2.2022 <https://www.gcfinland.fi/green-care-/menetelmat/puutarhan-kaytto/>.

Juntunen, S. 2022. Kysymyksiä opinnäytetyötäni varten Kainuun ammattiopiston Seppälän oppimisympäristöjen (talli) käytöstä Green Care – toiminnassa. Sähköposti taru.pikkarainen@edu.lapinamk.fi 23.2.2022. Tulostettu 23.2.2022.

Kainuun ammattiopisto 2022a. Kajaani. Viitattu 18.1.2022 <https://www.kao.fi/tieto-kaosta/toimipaikat/kajaani/>.

Kainuun ammattiopisto 2022b. Koulutukset. Viitattu 10.3.2022 <https://www.kao.fi/koulutusarkisto/?application-types=kaikki&education-types=kaikki&education-places=kaikki&haku=>.

Kainuun ammattiopisto 2022c. Seppälän puutarha. Viitattu 12.3.2022 <https://www.kao.fi/asiakastyot-ja-palvelut/seppalan-puutarha/>.

Kainuun ammattiopisto 2022d. Seppälän vertikaalipuutarha. Viitattu 12.3.2022 <https://www.kao.fi/asiakastyot-ja-palvelut/seppalan-vertikaalipuutarha/>.

Kainuun ammattiopisto 2022e. Tietoa KAOsta. Viitattu 18.1.2022
<https://www.kao.fi/tietoa-kaosta/>.

Karppinen, R. 2022. Kysymyksiä opinnäytetyötäni varten Kainuun ammattiopiston Seppälän oppimisympäristöjen (navetta) käytöstä Green Care – toiminnassa. Sähköposti taru.pikkarainen@edu.lapinamk.fi 25.2.2022. Tulostettu 25.2.2022.

Laki ammatillisesta koulutuksesta 2017/531.

Laki julkisesta työvoima- ja yrityspalvelusta 28.12.2012/916.

Lapin ammattikorkeakoulu 2022a. Millainen on opinnäytetyö. Viitattu 22.3.2022
<https://www.lapinamk.fi/fi/Opiskelijalle/Oppaat-ja-ohjeet/Opinnaytetyo>.

Lapin ammattikorkeakoulu 2022b. Opinnäytetyön toteutusvaihe AMK 5op / YAMK 10op. Viitattu 25.3.2022 <https://www.lapinamk.fi/fi/Opiskelijalle/Oppaat-ja-ohjeet/Opinnaytetyo/Opinnaytetyon-toteutusvaihe>.

Luonnonvarakeskus 2015. Itäsuomenkarja. Viitattu 11.3.2022 <https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/www/Tietopakettit/Eläingenivarat/saillytsohjelmat/nauta/itasuomenkarja>.

Luonnonvarakeskus, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos & Green Care Finland ry 2018. Suomalainen Green Care – LuontoHoivan ja LuontoVoiman laatutyökirja. Viitattu 11.4.2022 <https://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/542460/green-care-tyokirja-2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Luonnonvarakeskus 2022a. Eläingenivarat. Viitattu 11.3.2022
<https://www.luke.fi/tietoa-luonnonvaroista/geenivarat/eläingenivarat/>.

Luonnonvarakeskus 2022b. Tilalta tietoon ja työelämään 01. Viitattu 17.1.2022
<https://www.luke.fi/projektit/titity-01/>.

Manninen, H. 2022. Kysymyksiä opinnäytetyötäni varten Kainuun ammattiopiston Seppälän oppimisympäristöjen (puutarha) käytöstä Green Care – toiminnassa. Sähköposti taru.pikkarainen@edu.lapinamk.fi 25.2.2022. Tulostettu 2.3.2022.

Oulun yliopisto 2022. Seppälän hyvinvointinavetan esiselvitys. Viitattu 11.3.2022 <https://www oulu.fi/mittaustekniikka/node/212327>.

Salovuori, T. 2020. Luonto kuntoutumisen tukena. Viitattu 12.3.2022 https://storage.googleapis.com/sininauhaliitto-production/2020/04/84308ec5-salovuori_tuomo_luonto_kuntoutumisen_tukena_2020_verkkoversio.pdf.

TE-palvelut 2022. Paikalliset palvelut. Viitattu 17.2.2022 <https://toimistot.te-palvelut.fi/kainuu/paikallisetpalvelut>.

Työ- ja elinkeinoministeriö 2022a. Kainuun työllisyyskatsaus, helmikuu 2022. Viitattu 23.3.2022 https://www.temtyollisyyskatsaus.fi/Textbase/Tkat-11/Pdf/Tkat_fi.pdf.

Työ- ja elinkeinoministeriö 2022b. TE-palveluilla kiinni työelämään. Viitattu 15.2.2022 <https://tem.fi/palvelut-kansalaisille>.

Työ- ja elinkeinoministeriö 2022c. TE-palvelut tukevat työllisyyttä ja kasvua. Viitattu 14.2.2022 https://tem.fi/julkiset-tyovoima-ja-yrityspalvelut?fbclid=IwAR1yWTWqaaOp4ScyLI2nhsgHJidm7mul8_qv287GO4ZSizRCK-wtyX2yVUAw.

Työ- ja elinkeinoministeriö 2022d. Työllisyyskatsaus, helmikuu 2022. Viitattu 23.3.2022 https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163930/TKAT_Helmi_2022.pdf.

Vehmasto, E. 2014. Green Care palvelutyytit Suomessa. Teoksessa E. Vehmasto (toim.) Suomalaisen Green Care – toimintatavan suuntaviivat. MTT Kasvu 20. Jokioinen: MTT, 29 – 48. Viitattu 7.2.2022 <https://juku.kuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/482161/mttkasvu20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Vehmasto, E. & Lipponen, M. 2021. Eläinavusteinen psykososiaalinen kuntoutus. Lääketieteellinen aikakausikirja Duodecim 17/2021, 1775–1780. Viitattu 21.2.2022 <https://www.duodecimlehti.fi/lehti/2021/17/duo16383#duo-comments-start>.

Vehmasto, E., Salonen, K., Ilmarinen, K., Hirvonen, J., Saarinen, S., Peuraniemi, T., Paakkolanvaara, J-V., Aho, M. & Lipponen, M. 2021. Suomalainen Green Care: Green Care – toimintatavan käsikirja & LuontoVoiman ja LuontoHoivan laatutyökirja. Helsinki: Luonnonvarakeskus. Viitattu 7.2.2022 https://juku.kuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/547708/GreenCare_ty%c3%b6kirja.pdf?sequence=4&isAllowed=y.

Vilka, H. & Airaksinen T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Tammi.

Liite 1 1(20)



GREEN CARE- TOIMINNAN MAHDOLLISUUDET

Opasvihko Kainuun ammattiopiston Seppälän toimipisteen oppimisympäristöjen (talli, navetta, puutarha) käytöstä Green Care-toiminnassa



Liite 1 2(20)

SISÄLTÖ

AMMATILLINEN KOULUTUS & GREEN CARE	3
OPPIMISYMPÄRISTÖJEN MONET MAHDOLLISUUDET	4
TALLI.....	5
TALLIN NYKYTILA 2022 GREEN CARE -TOIMINNASSA.....	5
MAHDOLLISUUKSIA	6
Oppilaitoksen opetuksessa.....	6
Ulkopuolisille ryhmille/vieraille	9
NAVETTA.....	10
NAVETAN NYKYTILA 2022 GREEN CARE -TOIMINNASSA.....	10
MAHDOLLISUUKSIA	11
Oppilaitoksen opetuksessa.....	11
Ulkopuolisille ryhmille/vieraille	13
PUUTARHA.....	16
PUUTARHAN NYKYTILA 2022 GREEN CARE -TOIMINNASSA	16
MAHDOLLISUUKSIA	17
Oppilaitoksen opetuksessa.....	17
Ulkopuolisille ryhmille/vieraille	18
LOPPUSANAT	20



Liite 1 3(20)

AMMATILLINEN KOULUTUS & GREEN CARE

Ammattikoulun tärkein tehtävä on ohjata nuori elämään ja siihen Green Care -toiminnan käyttäminen on oiva keino. Green Care -toiminnan avulla voidaan, esimerkiksi ryhmäyttää uusia opiskelijoita, opetella kuraattorin kanssa tunnetaitoja, rentoutua eläinten kanssa ja kokea onnistumisen tunteita. Ammatillisen koulutuksen laissa on kohta, jossa kerrotaan kuinka ammatillisen koulutuksen tavoitteena, on myös tukea opiskelijan kehitystä hyväksi, tasapainoisiksi ja sivistyneiksi ihmisiksi ja yhteiskunnan jäseniksi, tähän kohtaan liittyen Green Care -toiminnan avulla voidaan tukea opiskelijan hyvinvointi ja täten myös edistää laissa olevia kohtia.

Green Care on luontoon ja maaseutu ympäristöön liittyvää ammatillista, vastuullista ja tavoitteellista toimintaa, jonka avulla edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua. Ammattialan osaamisen mukaan toiminnassa käytetään monia eläin- ja luontoavusteisia menetelmiä. Hyvinvointia lisääviä vaikutuksia saadaan, esimerkiksi luonnon elvyttävyyden, osallisuuden ja kokemuksellisuuden avulla.

Ammattikoulussa tulee psyykkisen kasvun olla turvallista ja sitä voidaan lisätä Green Care -toiminnalla. Opiskelijoilla on oikeus kasvaa psyykkisesti turvallisuudessa ympäristössä, ja se mahdollistaa myös kielteisten tunteiden ilmaisun sekä mahdollistaa saada apua luotettavalta ja turvalliselta aikuiselta. Psyykkistä turvallisuutta edistetään tukemalla uusien ryhmien ryhmäytymistä, koska sen avulla varmistetaan, että jokainen opiskelija pääsee ryhmään osalliseksi.

Seppälän oppimisympäristöt antaa paljon mahdollisuuksia Green Care -toiminnalle. Luonnossa ja eläinten kanssa ollessa on helpompi jutella esimerkiksi vaikeista asioista, ja opettajien sekä muun henkilökunnan on helpompi antaa hyvää palautetta. Green Care -toiminnan voi ottaa osaksi työtettä luontevasti pienin askelin. Tämän opasvihkon kautta saatte käyttöönnne konkreettisia esimerkkejä, miten Green Care -toimintaa voitaisiin hyödyntää niin opiskelijoiden kuin myös vierailijoiden kanssa.

Liite 1 4(20)

OPPIMISYMPÄRISTÖJEN MONET MAHDOLLISUUDET

Kainuun ammattiopisto on toisen asteen ammatillinen koulu, joka tarjoaa koulutusta nuorille ja aikuisille. Kainuun ammattiopistolla on Kajaanissa kuusi toimipistettä, joista yksi on Seppälän toimipiste Kirkkoaholla. Seppälän toimipisteellä sijaitsee oppimisympäristöinä koulutilan oma navetta, talli ja puutarha, jossa käytännön osaamista hankkivat maatalousalan- ja puutarha-alan opiskelijat. Oppimisympäristöllä tarkoitetaan tiloja ja paikkoja sekä yhteisöjä ja toimintakäytäntöjä, joissa opiskelu ja oppiminen tapahtuu.

Koulutilan navetassa asuu itäsuomen geenipankkikarja. Yhteensä eläimiä on noin 65, joka sisältää noin 30 lehmää ja nuorkarjan. Lehmät asuvat pihattonavetassa ja käyvät lypsyllä lypsyasemalla.

Hevostalli sijaitsee navetan yhteydessä. Tallissa asuu opetuskäytössä olevat neljä suomenhevosta ja kolme russia. Talli alueeseen kuuluu myös muun muassa hevosten tarhat ja ratsastuskenttä.

Puutarhan oppimisympäristöön kuuluu kasvihuone, myymälä ja vertikaalipuutarha. Kasvihuoneissa kasvatetaan kukkia vuoden ympäri eri sesonkeja varten.

Green Care- toimintaa kehitetään Kainuun ammattiopiston Seppälän yksikössä opetustyössä. Green Care- toiminnalle on oivat mahdollisuudet Seppälän ympäristössä.



Liite 1 5(20)

TALLI

TALLIN NYKYTILA 2022 GREEN CARE -TOIMINNASSA

Kaikki hevoset ovat hyvinvoinia, terveitä, kilttejä ja ihmisystävällisiä. Tallin tilat ovat siistit ja turvalliset. Talliin, ja tallin sisällä pääsee liikkumaan hyvin, joka on hyvä asia Green Care -toiminnan kannalta. Mutta satulahuoneeseen tai tallihuoneeseen on porrasaskelmat, joten niihin ei esimerkiksi pääse pyörätuolin kanssa, kun ajatellaan mahdollisia vierailijoita. Tällä hetkellä tallissa ei järjestetä Green Care -toimintaa. Tallin henkilökuntaa on osallistunut aiempina vuosina Lupeos eli luontoperusteisen osaamisen kehittämisen -hankkeeseen sekä yksi opettajista on käynyt sosiaalipedagogisen hevostoiminnan koulutuksen. Erilaiset ryhmät ovat ennen koronaa käyneet vierailulla esimerkiksi päiväkotiryhmät ja kerhot, koska on haluttu tutustua hevosiin. Ryhmät ovat yleensä päässeet myös tekemään joitain helppoja tallitöitä, kuten karsinoiden putsausta.

Mahdollisuudet Green Care -toiminnan toteuttamiseen tallissa on oikein hyvät. Nykypäivänä olisi lisäksi tarve sellaiselle Green Care -tutkinnonosalle, joka tukee opiskelijan hyvinvointia ja jossa olisi osana luonto- ja eläinavusteiset menetelmät. Tällaisesta tutkinnonosasta on keskusteltu, mutta opettajien kiireellisyyden vuoksi ei tällaisen tutkinnonosan kehittämiseksi ole oikein resursseja tässä tilanteessa. Toiveena olisi, että tulevaisuudessa tällainen tutkinnonosa olisi mahdollinen.



Liite 1 6(20)

MAHDOLLISUUKSIA

Oppilaitoksen opetuksessa

Opiskelijoiden kuuntelu – Tallivuorossa oleva ohjaaja voi henkilökohtaisesti opiskelijalta kysyä kuulumisia ja fiiliksiä esimerkiksi aamulla hevosia hoidettaessa. Kaikki eivät saata uskaltaa kertoa omia asioita yhdessä tallihuoneessa juteltaessa. Lisäksi myös eläimen ottaminen mukaan voi auttaa opiskelijaa keskustelemaan. Ohjaaja voi myös opastaa samalla opiskelijaa silittämään hevosta. Hevosen ottaminen mukaan voi auttaa opiskelijaa sanoittamaan esimerkiksi tunteitaan.

Huolet pois – Jos on huolta nuoren hyvinvoinnista esimerkiksi, jos opiskelija on tallivuorossa allapäin oloinen. Ohjaaja voi ottaa huomionsa puheeksi opiskelijan kanssa ja kysyä tarkemmin mikä on opiskelijan vointi. Tässä hevosen ja ponin läsnäolo voi auttaa opiskelijaa. Hevoset eivät luokittele ihmisiä vaan kohtelevat kaikkia tasavertaisesti, joten opiskelija voi kokea eläimen läsnäolon hyväksyvänä.

Tunteiden sanoittaminen – Kun ohjaaja huomaa opiskelijan esimerkiksi silittävän hevosta niin ohjaaja voi sanoittaa opiskelijalle tuntemuksia sekä muutosta mikä opiskelijassa tapahtuu, kun hän silittää hevosta. Eläimen koskettaminen rauhoittaa ja opettaa kosketusta.

Jutustelua ajaessa – Ajaessa ohjaaja voi istua opiskelijan viereen esimerkiksi kärkiponin kyytiin. Ajaessa voi jutella opiskelijan kanssa esimerkiksi fiiliksistä tallijaksosta ja jaksamisesta, ja samalla ohjaaja pääsee tutustumaan paremmin opiskelijaan. Tallijakson liikutusvuoroissa voi vaihdella sitä, että jokainen opiskelija pääsee ajaessa ohjaajan viereen.



Liite 1 7(20)

Kuraattori ja erityisopettaja mukaan tallille – Kuraattori ja erityisopettaja mukaan tutustumaan tallin askareisiin esimerkiksi liikutusaamuna voivat opiskelijat vastailta valjastukseen liittyviin kysymyksiin tai ihan hevosiin liittyviin kysymyksiin. Samalla saataisiin opiskelijat tutustumaan myös kuraattoriin tai erityisopettajaan, jolloin avun pyytäminen heiltä voi olla helpompaa tulevaisuudessa.

Hepat mukaan keskusteluihin – Ponin voisi ottaa mukaan esimerkiksi hopskeskusteluun, jolloin opiskelija voi puhua enemmän, kun on eläin mukana eikä tarvitse vaan huoneessa muun muassa kattovaloja tai seiniä tuijottaa. Eläimet auttavat arempia ihmisiä rentoutumaan ja samalla myös keskustelemaan. Ponia voisi lähteä taluttamaan esimerkiksi ajoradalle tai sitten ottaa vaikka poni pesupaikalle ja siinä jutella.



Tapaamiset talliaamujen jälkeen – Hevosten ja eläinten läsnäolo rauhoittaa ja rentouttaa, joten erilaiset tapaamiset kuraattorin, opinto-ohjaajan tai erityisopettajan kanssa voisi ajoittaa talliaamun jälkeen, jolloin opiskelija on positiivisemalla fiiliksellä kuin vaikka heti herättyä mennessä tapaamiseen.

Opiskelijoiden ryhmäytyminen – Opiskelijoiden ryhmäytymisessä voidaan hyödyntää esimerkiksi erilaisia korjaustöitä tai laidunten suunnittelua. Opiskelijat suunnittelevat ryhmässä, miten esimerkiksi sijoittaisivat laitumien tolpat tai korjaisivat aitoja, jolloin he pääsevät yhdessä tekemään asioita konkreettisesti jo suunnitelmasta asti ja koko prosessi olisi heille yhteinen askare. Luonnossa ollessa ja tehdessä uskallus puhua ja tehdä on suurempi, koska luonnossa olo ja tekeminen vähentää stressiä ja jännittyneisyyttä.

Liite 1 8(20)

Luontoon erityisopettajan tai kuraattorin kanssa ennen tapaamista – Ennen tapaamisia voisi kuraattori tai erityisopettaja ulkoilla yhdessä opiskelijan kanssa oppimisympäristöissä ennen luokkatilaan menoa. Luonnossa käyminen parantaa keskittymiskykyä ja auttaa rentoutumaan ennen yhdessä tehtäviä askareita tai juttelua.

Jutustelua hevosten äärellä – Kuraattori, opinto-ohjaaja tai erityisopettaja voisi esimerkiksi tarhoilla tai laitumella katsella yhdessä opiskelijan kanssa hevosia ja keskustella esimerkiksi jatko-opinnoista opiskelijan kanssa. Samalla kun ollaan eläinten kanssa, on opiskelijan helpompi puhua ja rentoutua.

Kissa mukaan – Kissan voi myös ottaa toimintaan mukaan, mikäli kissa on paikalla ja haluaa osallistua. Erilaisissa viikkoringeissä tai muissa yhteisissä hetkissä voi tehdä niin, että keskusteluvuoro on sillä, jolla on kissa sylissä. Eläimen eli tässä tapauksessa kissan läsnäolo auttaa keskittymään ja auttaa sitouttamaan.



Kuraattorin tai kolmannen sektorin palvelut päivystämään oppimisympäristöihin – Kuraattori voisi päivystää esimerkiksi oppimisympäristön toimistossa, josta opiskelijat voisivat löytää hänet helpommin ja olisi matalampi kynnyks mennä juttelemaan. Kolmannen sektorin palveluista esimerkiksi Palveluoperaatio Saappaan koulupäivystys voisi tapahtua oppimisympäristöissä.

Hevosista voimaa henkilökunnalle – harjoite – *Edistä omaa jaksamistasi työympäristössäsi. Lisää 1-3 hevosaiheista kuvaa työhuoneeseesi. Pidä pieniä taukoja työskentelyn aikana ja katsele hevoskuva.* Eläimiin liittyvien kuvien katselu työpäivän aikana synnyttää positiivisia fysiologisia reaktioita kehossasi. Ne myös lievittävät työn aiheuttamaa kuormitusta. Myös jännittyneisyytesi, verenpaineesi ja sykkeesesi laskevat.

Liite 1 9(20)

Ulkopuolisille ryhmille/vieraille

Some käyttöön – Sosiaaliseen mediaan videoiden ja myös kuvien jakaminen tukee ulkopuolisten ihmisten hyvinvointia. Esimerkiksi videot laiduntavista hevosista voi rauhoittaa ihmistä. Hevosista voi myös pitää liveä kyyttölivejen tapaan. Jo pelkästään kuvien tai videoiden katselun on todettu vähentävän stressin määrää.

Jouhet kauniiksi – Hevosien letittäminen ja hoitaminen voi olla yksi vierailijoiden aktiviteetti. Hevosten hoitaminen on konkreettista tekemistä, joka rauhoittaa. Omia kädentaitoja ja osaamista voi harjoittaa tekemällä erilaisia kampauksia hevosten harjoihin ja samalla vieras kokee onnistumisen tunteita, jotka vahvistavat hänen pystyvyytensä tunnetta.

Talliaskareet tutuksi – Helppoja tallitöitä kuten esimerkiksi karsinoiden putoamista tai käytävän lakaisua voi antaa tehtäväksi erilaisille ulkopuoliselle vierailijoille. Askareen suoritettua vieras voi kokea onnistumisen tunnetta, kun saa tehtävän tehtyä. Tehtävällä on myös tarkoitus, koska sillä pidetään eläimen hyvinvoinnista huolta. Lisäksi tallihommia tehdessä näkee oman kädenjäljen.

Tunnetaitokortit – Hevosten eri tunnetiloista otetuista kuvista voi tehdä ja laminoida tunnetaitokortteja, joiden avulla voidaan erilaisten ryhmien tai vieraiden kanssa sanoittaa omia tunteita. Kun näkee, että hevosellakin on erilaisia tunteita niin niitä voi peilata ihmisten tunteisiin ja keskustelu voi olla kuvien kautta helpompaa aloittaa sekä tunnistaa myös tunteita.



Keskity heppaan – harjoite – *Katselkaa vieraiden kanssa ulkona olevia hevosia. Valitkaa jokainen yksi hevonen. Keskittäkää huomionne valitsemaanne hevoseen ja hengittäkää suoraan siihen. Katsokaa tarkkaan jokaisella henkäyksellä omaa hevosta ja huomatkkaa jos se liikkuu tai tekee jotain. Jos mielenne lähtee vaeltamaan muualle, huomatkkaa se ja palauttakaa se ja hengityksenne takaisin hevoseen. Pitäkää huomionne kiinnitettynä hevoseen, katselkaa sitä ja hengittäkää syvään.*

Liite 1 10(20)

NAVETTA

NAVETAN NYKYTILA 2022 GREEN CARE -TOIMINNASSA

Navetalla ei ole järjestetty säännömukaista tai toimivaa Green Care -toimintaa. Vieraita käy navetalla välillä tutustumassa. Henkilökunta on osallistunut Lupeos eli luontoperusteisen osaamisen kehittämisen -hankkeeseen. Green Care -toimintaa ei koeta ammatillisen oppilaitoksen ja henkilökunnan ydintehtäväksi, joten sitä ei ole kehitetty ja ei ole ollut aikaa ohjata ryhmiä. Toiminta koetaan kuitenkin hyödylliseksi ja mukavaksi, mutta navetalla ei ole siihen nyt resursseja. Navetaan otettaisiin mielellään ulkopuolinen yrittäjä liittyen Green Care -toimintaan, jos sellainen olisi ja löytyisi. Ulkopuolinen yrittäjä voisi toimia itsenäisenä toimijana tai olla töissä mukana tiettyinä aikoina asiakkaiden kanssa niin, että ohjaaja ja asiakas olisi oikeiden töiden aikana ilta- tai aamunavetassa, mutta ohjaus tulisi yrittäjältä.

Tilat ovat kohtuullisen turvalliset, mutta kuitenkin vähän sokkeloiset. Eläinten lähelle pääsee, mutta eläinten kiinnipito karsinoissa on vähän haastavaa, mikä aiheuttaa turvallisuusriskin. Pesupisteet ovat kaukana eläimistä, esimerkiksi käsienspesu tai sankojen pesupaikat. Navetassa ei ole rauhallista kokoontumispaikkaa ja nykyään kokoontumispaikkana toimii karjakeittiö. Liikuntarajoitteisten on hankala päästä navettaan.



Liite 1 11(20)

MAHDOLLISUUKSIA

Oppilaitoksen opetuksessa

Kissat mukaan toimintaan – Navetan aloitusringeissä ja muissa yhteisissä koontumisissa voidaan hyödyntää kissoja, jos ne ovat paikalla ja haluavat osallistua toimintaan. Kissan voi ottaa esimerkiksi syliin se, jolla on puheenvuoro, koska eläimet sitouttavat ja auttaa keskittymään.

Nimikkovasikka – Opiskelijalla oleva nimikkovasikka voi luoda hyvinvointia opiskelijalle ja sitouttaisi opiskelijaa. Vasikan tai miksi ei vaikka ihan lehmä luo iloa ja parantaa hyvinvointia, kun sitä saa käydä hoitamassa ja harjailemassa.



Luontoyhteyden tukeminen – Opiskelijoiden luontoyhteyttä on hyvä tukea, koska sen avulla opiskelijat pääsevät palautumaan ja se tukee myös jaksamista. Luontoyhteyttä voidaan tukea esimerkiksi menemällä opiskelijan kanssa hetkeksi laitumelle katsomaan lehmiä, koska se lievittää jo stressiä.

Sosiaalipedagoginen orientaatio – Sosiaalipedagogiikka on ammatillinen orientaatio, jota voidaan hyödyntää toimenpidekeskeisen lähestymistavan rinnalla. Oleellista tässä on luoda toimiva vuorovaikutussuhde ja lisätä asiakkaan itsenäistä toimijuutta. Maatilaympäristö ja sen yhteisö kannustaa ja kasvattaa itseohjautuvuuteen. Toiminnallisuus antaa opiskelijalle itsearvostuksen tunteen, kun hän voi toimia osana yhteisöä, jossa jokaisella on tärkeä rooli eläinten hyvinvoinnin kannalta.

Mikrobitkin vaikuttavat– Monipuolinen ja vaihteleva mikrobialttius on hyödyllistä terveydelle. Maaseudulla ja kaupungissa on erilaisia mikrobeja niin eläimillä kuin ihmisillä. Ihmisillä on vähäisempi riski sairastua esimerkiksi allergiseen sairauteen, kun ihon mikrobiomi on maaseutumaisesta ympäristöstä. On siis hyvä, että opiskelijat pääsevät tekemään töitä maatilalla, koska se voi vaikuttaa positiivisesti esimerkiksi juuri sairauksien puhkeamiseen.

Liite 1 12(20)

Lehmän koulutusta ryhmäytystehtävänä – Ryhmäytymistehtävänä voitaisiin opettaa ja suunnitella lehmälle joku koulutustilanne esimerkiksi kauhan kanssa sorkanhoitolaiteeseen meno. Pääpointtina on ryhmäytyminen, ei kaikkien lehmien opetus. Eläinten läsnäolo myös parantaa ilmapiiriä, joten niiden käyttö ryhmäytymisessä on hyvä asia.

Lypsyllä rauhoittuminen – Esimerkiksi lypsyllä ohjaaja voi ohjastaa opiskelijaa koskemaan tai silittämään lehmää rauhallisesti. Samalla myös ohjaaja voi sanoittaa opiskelijalle tunteista mitä hän havaitsee tilanteessa olevan. Lypsyllä myös voi vaihtaa ajatuksia opiskelijan kanssa esimerkiksi nuoren koulunkäynnistä tai jos on näyttänyt siltä, että opiskelija on esimerkiksi ollut allapäin. Lehmän rauhallinen olemus rauhoittaa myös ihmistä.

Voimaannuttavat valokuvat – Lehmien ja vasikoiden kanssa voi ottaa kuvia tai järjestää pienen kuvausession, jossa otettaisiin, esimerkiksi opiskelijoille puku-kaappien oviin kuvat lehmien kanssa tai opiskelijan omaa käyttöön. Tämä voisi olla myös hauskaa ryhmäytymistä opiskelijoille, kun suunniteltaisiin, millaisia valokuvia haluttaisiin ottaa. Jo pelkästään valokuvien katselun on todettu vähentävän stressiä.



Opiskelijoiden ryhmäytyminen – Opiskelijoiden ryhmäytymisessä voidaan hyödyntää esimerkiksi erilaisia korjaustöitä tai laidunten suunnittelua. Opiskelijat

Liite 1 13(20)

suunnittelevat ryhmässä, miten esimerkiksi sijoittaisivat laiturien tolpat tai korjaisivat aitoja, jolloin he pääsevät yhdessä tekemään asioita konkreettisesti jo suunnitelmasta asti ja koko prosessi olisi heille yhteinen askare. Luonnossa ollessa ja tehdessä uskallus puhua ja tehdä on suurempi, koska luonnossa olo ja tekeminen vähentää stressiä ja jännittyneisyyttä.

Luontoon erityisopettajan tai kuraattorin kanssa ennen tapaamista – Ennen tapaamisia voisi kuraattori tai erityisopettaja ulkoilla yhdessä opiskelijan kanssa oppimisympäristöissä ennen luokkatilaan menoa. Luonnossa käyminen parantaa keskittymiskykyä ja auttaa myös rentoutumaan ennen yhdessä tehtäviä askareita tai juttelua.

Kuraattorin tai kolmannen sektorin palvelut päivystämään oppimisympäristöihin – Kuraattori voisi päivystää esimerkiksi oppimisympäristön toimistossa, josta opiskelijat voisivat löytää hänet helpommin ja olisi matalampi kynnyks mennä juttelemaan. Kolmannen sektorin palveluista esimerkiksi Palveluoperaatio Saappaan koulupäivystys voisi tapahtua oppimisympäristöissä.

Kyytöistä voimaa henkilökunnalle – harjoite – *Edistä omaa jaksamistasi työympäristössäsi. Lisää 1-3 lehmäaiheista kuvaa työhuoneeseesi. Pidä pieniä taukoja työskentelyn aikana ja katsele lehmäkuvaa.* Eläimiin liittyvien kuvien katselu työpäivän aikana synnyttää positiivisia fysiologisia reaktioita kehossasi. Ne myös lievittävät työn aiheuttamaa kuormitusta. Myös jännittyneisyytesi, verenpaineesi ja sykkeesi laskevat.

Ulkopuolisille ryhmille/vieraille

Somen voimaa – Kyyttölivet ja muutenkin navetalta laitetut videot ja kuvat piristävät ulkopuolisten päivää, mutta myös esimerkiksi kipeänä olevat opiskelijat pääsevät livejen kautta seuraamaan navetan askareita. Videot ja livet tuottaa laajalle yleisölle iloa ja myös Kaon sekä koulun henkilökunta pääsee seuramaan mitä navetalla oikein tapahtuu.

Liite 1 14(20)



Kummikyyttö – Erilaiset navetassa säännöllisemmin käyvät ryhmät voisi ottaa itselleen kummikyytön eli he voisivat aina navetalla itse käydä seuraamassa mitä lehmälle kuuluu. Tässä ei vaadittaisi navetan henkilökunnalta mitään ”ylimääräistä” vaan ryhmä aina itse tulisi paikalle katsomaan. Kummikyytön elämän seuraaminen luo intoa, kun eläimen eloa pääsee konkreettisesti seuraamaan ja havainnoimaan lehmän elämää.

Lukulehmä – Alakoululaiset voisivat tulla lukemaan esimerkiksi aapista tai runoja lehmille ja vasikoille rauhallisessa tilassa. Lehmä ei naura takertelulle tai korjaa väärin luettuja sanoja vaan se rauhoittaa lasta. Lapset voivat lukea esimerkiksi laitumella oleville lehmille tai sitten istua karsinan edessä ja lukea. Tärkeää on kuitenkin, että tilanne on lehmille vapaaehtoista ja ne saavat liikkua vapaasti.

Navettatyöt tutuksi – Erilaiset ryhmät voi ottaa tutustumaan navetan päivittäisiin askareisiin. Vierailijoita voi ottaa pienissä ryhmissä tai pareittain mukaan lypsylle ja antaa lypsää jonkun rauhallisen lehmän. Lisäksi vasikoiden juottaminen ja sen katsominen voi olla yksi vierailijoiden tehtävä. Navetan töitä tekemällä vierailijat saa mielekästä tekemistä ja näkevät onnistumisia sekä saavat onnistumisen kokemuksia.

Lajinmukainen tarkkailu – Lehmiä voidaan tarkkailla ryhmässä tai vierailuryhmän ohjaajan kanssa kaksistaan. Esimerkiksi voidaan laitumen reunalla tutkia lehmien lajinmukaista käytöstä. Eri ikätasojen mukaan voidaan painottaa tarkkailussa eri asioita. Tässä huomataan, että lehmillä on samanlaisia tarpeita kuin meillä ihmisillä ja on tärkeä huolehtia omista tarpeista.



Liite 1 15(20)

Kyyttökampaamo – Lehmien karvatupsuja voidaan kampaamossa harjailla ja stailailla. Esimerkiksi opiskelijat voivat ohjata sitä jollekin vierasryhmälle. Samalla pääsee tutustumaan lähemmin lehmään tai vasikkaan ja saadaan itselle hyvää oloa ja iloista mieltä tekemällä kampauksia.

Vasikoiden tai lehmien paijausta – Vasikoita tai jotain kilttiä lehmää esimerkiksi ummikkoa voisi vierailijat harjailla. Harjattavan lehmän voisi ottaa esimerkiksi erilliseen karsinaan hoidettavaksi. Tässä on otettava huomioon, että otetaan lehmiä, jotka ovat kilttejä. Eläimen läsnäolo rauhoittaa ja parantaa ihmisten hyvinvointia.

Tunnetaitokortit – Lehmien eri tunnetiloista otetuista kuvista voi tehdä ja lamioida tunnetaitokortteja, joiden avulla voidaan erilaisten ryhmien tai vieraiden kanssa sanoittaa omia tunteita. Kun näkee, että lehmälläkin on erilaisia tunteita niin niitä voi peilata ihmisten tunteisiin ja keskustelu voi olla kuvien kautta helpompaa aloittaa sekä tunnistaa myös tunteita.

Keskity kyyttöön – harjoite – *Katselkaa vieraiden kanssa ulkona laiduntavia kyyttöjä. Valitkaa jokainen yksi kyyttö. Keskittäkää huomionne valitsemaanne kyyttöön ja hengittäkää suoraan siihen. Katsokaa tarkkaan jokaisella henkäyksellä omaa kyyttöä ja huomatkkaa jos se liikkuu tai tekee jotain. Jos mielenne lähtee vaeltamaan muualle, huomatkkaa se ja palauttakaa se ja hengityksenne takaisin kyyttöön. Pitäkää huomionne kiinnitettynä kyyttöön, katselkaa sitä ja hengittäkää syvään.*



Liite 1 16(20)

PUUTARHA

PUUTARHAN NYKYTILA 2022 GREEN CARE -TOIMINNASSA

Puutarhalla ei ole Green Care -toimintaa eikä koulutuksia ole käyty aiheeseen liittyen. Vierailijoita ei ole nyt koronan aikana paljoa käynyt, mutta yleensä vieraille esitetään puutarhan oppimisympäristöt. Lisäksi puutarhalla on järjestetty erilaisia työpajoja vierailijoille esimerkiksi kranssityöpaja. Green Care -toiminnasta tiedottamista ja kouluttamista voisi puutarhapuolella lisätä. Puutarhalla kuitenkin koetaan, että mahdollisuuksia olisi toteuttaa erilaisia Green Care -toimintoja. Aiheeseen tulisi kuitenkin perehtyä lisää ja puutarhassa tulisi ottaa huomioon esimerkiksi esteettömyys, joka ei tällä hetkellä toteudu, koska tilat ovat kohtuullisen vanhat, vaikka ovatkin toimivat.

Turvallisuuteen puutarhalla pyritään kiinnittämään huomiota ja vaaratekijöistä muistutetaan. Puutarhassa vaaratekijöitä voivat olla, esimerkiksi tikkailta putoaminen, kemikaalien ja lannoitteiden käsittely, painavien asioiden nostaminen, liukastuminen ja kasviallergiat. Vaaratekijät on myös otettava huomioon tulevaisuudessa mahdollisessa Green Care -toiminnassa.



Liite 1 17(20)

MAHDOLLISUUKSIA

Oppilaitoksen opetuksessa

Oma kukka huolehdittavaksi – Eri aloja opiskeleville voisi esimerkiksi asuntoon antaa opiskelijalle oma kasvi hoidettavaksi. Kukan voisi myös itse opiskelija istuttaa, jolloin pääsee seuraamaan kasvin kasvua ihan alusta alkaen. Kasvista huolehtiminen vaatii opiskelijalta sitoutumista. Samalla kun huolehtii kasvista niin voi omasta itsestä huolehtiminen parantua, koska ihmisen perustarpeet ovat aika samanlaiset. Lisäksi kasvun seuraaminen antaa aina oman elämyksen.

Kasvien huonovointisuus – Jos esimerkiksi puutarhassa ohjaaja huomaa opiskelijan kanssa askareita tehdessä huonovointisia kasveja niin niiden kautta voi opiskelijalle puhua ihmisten hyvinvoinnista. Kasvien perustarpeet kuitenkin ovat samankaltaisia mitä ihmisillä, joten kasvien kautta pystyy puhumaan ihmisten hyvinvoinnista. Tätä voi myös käyttää esimerkiksi kuraattori.



Kuraattori puutarhalle – Kuraattoria voisi tavata myös kuraattorin omantilan lisäksi puutarhalla. Kuraattori pystyisi keskustelussa hyödyntämään kasvien kausikiertoa ja kasvien eri vaiheita. Esimerkiksi kasvien eri kasvuvaiheiden avulla voidaan sanoittaa nuoren omaa kasvutarinaa.

Luontoon erityisopettajan tai kuraattorin kanssa ennen tapaamista – Ennen tapaamisia voisi kuraattori tai erityisopettaja ulkoilla yhdessä opiskelijan kanssa oppimisympäristöissä ennen luokkatilaan menoa. Luonnossa käyminen parantaa keskittymiskykyä ja auttaa myös rentoutumaan ennen yhdessä tehtäviä askareita tai juttelua.

Kasveista iloa – Piha-alueita voidaan koristella ja kaunistaa erilaisilla kasveilla ja kukilla. Erilaisia esimerkiksi kukkapenkki ja istutussuunnitelmia voidaan tehdä

Liite 1 18(20)

ryhmässä ja toteuttaa se. Kukkapenkkiä ja muutenkin puutarhassa toimiminen vahvistaa motoriikkaa ja mahdollistaa sosiaalisia suhteita. Kauniit kasvit ja istutukset luo myös viihtyvyyttä vierailijoille.

Aistit tutuiksi – harjoite – Jotta puutarhaa voi käyttää voimavarana, on hyvä tiedostaa omat aistit. Tehkää yhdessä opiskelijan kanssa harjoitus, jossa keskitytään aina yhteen aistiin kerrallaan:

Etsi puutarhalta ääni, joka saa sinut rauhoittumaan

Etsi tuoksu, joka tuottaa sinulle hyvää mieltä

Etsi maisema, joka antaa sinulle voimaa

Etsi pinta, jonka koskettaminen tuntuu hyvältä

Etsi maku, joka tekee sinut iloiseksi

Kasveista voimaa henkilökunnalle – harjoite – Edistä omaa jaksamistasi työympäristössäsi. Lisää 1-3 kasviaiheista kuvaa työhuoneeseesi. Pidä pieniä taukoja työskentelyn aikana ja katsele kasvikuva. Kasveihin liittyvien kuvien katselu työpäivän aikana synnyttää positiivisia fysiologisia reaktioita kehossasi. Ne myös lievittävät työn aiheuttamaa kuormitusta. Myös jännittyneisyytesi, verenpaineesi ja sykkeesi laskevat.

Kuraattorin tai kolmannen sektorin palvelut päivystämään oppimisympäristöihin – Kuraattori voisi päivystää esimerkiksi oppimisympäristön toimistossa, josta opiskelijat voisivat löytää hänet helpommin ja olisi matalampi kynnyks mennä juttelemaan. Kolmannen sektorin palveluista esimerkiksi Palveluoperaatio Saappaan koulupäivystys voisi tapahtua oppimisympäristöissä.

Ulkopuolisille ryhmille/vieraille

Aistipolku tai -puutarha – Vieraille voisi tehdä aistipolun, jossa on erilaisia pisteitä liittyen haju-, maku- ja tuntoaistiin. Aistipolkuja voisi tehdä niin sisälle kuin myös ulos. Aistipolut avaavat aisteja ja antaa viireyttä. Aistipolulla voidaan haistella eri kasveja, maistella esimerkiksi yrttejä ja käsillä tunnustella multaa. Haistelussa ja maistelussa kuitenkin tulee ottaa huomioon mahdolliset allergiaa aiheuttavat kasvit.

Liite 1 19(20)

Kasvien istutus itselle – Puutarhalta voitaisiin viedä johonkin luokkatilaan esimerkiksi multaa, kasvinsiemeniä, ruukkuja yms., jossa vierailijat pääsisivät istuttamaan oman kasvin. Toiminnan ei siis ole pakko tapahtua puutarhassa vaan sitä kasvien tuomaa iloa voidaan myös saada toisaalla istuttamalla. Tärkeää on se, että kasvit tarvitsevat hoitoa ja eivät pärjää ilman sinun hoitoasi, se vois myös auttaa paneutumaan omiin perustarpeisiin.

Ilon tuottamista kasveilla – Pitempiaikaiset ulkopuoliset ryhmät esimerkiksi, jos on työttömiä, voisivat istuttaa kasveja ja viedä niitä sitten muun muassa vanhainkoteihin tai palvelutaloihin. Kun huomaa, että itsellä onkin jokin erityinen taito kuten vaikka osaa istuttaa kasveja tai tehdä hienoja kimppuja voi siitä esimerkiksi työtön saada onnistumisen tunteen ja samalla myös tuottaa iloa muille viemällä kasveja.

Kransseja ja kimppuja – Omia kädentaitoja voidaan harjoittaa tekemällä erilaisia kransseja ja kimppuja. Tämä sopisi sellaisille vierailuryhmille, jotka ovat pidempiaikaisia. Kun onnistuu tekemään esimerkiksi havukranssin tai kauniin kukkakimppun se lisää onnistumisen tunnetta. Kimppuja ja kransseja voidaan korisella luonnosta löytyvillä materiaaleilla. Ja jos tuotoksen vie, vaikka läheiselle niin samalla tuottaa iloa myös muille.



Luonnon ja kasvien valokuvaus – Kasvien, kukkien ja luonnon valokuvaaminen on stressiä lievittävää. Jonkin vierailuryhmän kanssa voisi mennä kuvaamaan kasveja ja kuvat säilyisivät sitten muistona ja ilontuottajina vieraille.

Liite 1 20(20)

LOPPUSANAT

Green Care -toiminta ei ole niin vaikeaa kuin ehkä voisi kuvitella. Jo ihan pienetkin jutut riittävät aluksi ja Green Care -toiminnan voi ottaa osaksi työtettä luontevasti pienin askelin. Osaatte ja teette jo Green Care -toimintaa ja tämän oppaan kautta voitte saada lisää oivalluksia, kuinka esimerkiksi luonto ja eläimet hoitavat.



Tekijä & vuosiluku: Taru Pikkarainen 2022
Tämä opasvihko on osa opinnäytetyötäni
Lapin ammattikorkeakoulu, maaseutuelinkeinot, agrologi