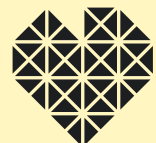




# **Green Care – Värt att pröva på**

Naturligt stöd för livet (LuoNa) -projektets erfarenheter  
och centrala resultat

MARTTA YLILAURI (RED.)



*Projektet finansierades av Leader-grupperna Aktion Österbotten,  
YHYRES utvecklingsföreningen och Pirityiset (EU 55 860 euro)  
samt Keskitien Säätiö.*



Vaasan yliopisto  
LEVÖN-INSTITUUTTI



KESKI-POHJANMAAN  
KOULUTUSYHTYMÄ  
Mellersta Österbottens utbildningskoncern



Euroopan maaseudun  
kehittämisen maatalousrahasto:  
Eurooppa investoi maaseutualueisiin

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                                                         |                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Utgivare</b><br>Vasa universitet                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  | <b>Utgivningstid</b><br>Oktober 2021                                    |                         |
| <b>Redaktör</b><br>Martta Ylilauri (red.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | <b>Typ av publikation</b><br>Projektrapport                             |                         |
| <b>ORCID</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  | <b>Publikationsserie, -nummer</b><br>University of Vaasa Reports, 26    |                         |
| <b>Kontaktuppgifter</b><br>Vasa universitet<br>InnoLab<br>PB 700<br>FI-65101 VASA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  | <b>ISBN</b><br>978-952-476-973-0 (tryckt)<br>978-952-476-971-6 (online) |                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  | URN:ISBN:978-952-476-971-6                                              |                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  | <b>ISSN</b><br>2489-2580 (University of Vaasa Reports 26)               |                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  | <b>Sidoantal</b><br>101                                                 | <b>Språk</b><br>Svenska |
| <b>Publikationens titel</b><br>Green Care – Värt att pröva på. Naturligt stöd för livet (LuoNa) -projektets erfarenheter och centrala resultat                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |                                                                         |                         |
| <p><b>Abstrakt</b></p> <p>Den här projektrapporten sammanfattar centrala resultat av Luonnollista tukea elämään - Naturligt stöd för livet-projektet (LuoNa), som genomfördes i Österbotten och Mellersta Österbotten under tiden 12/2017 – 8/2021. Vasa universitet tillsammans med Yrkeshögskolan Centria, Mellersta Österbottens utbildningskoncern (Kpedu) och Naturresursinstitutet (Luke) fungerade som huvudaktörer i projektet. Syftet med LuoNa projektet var att utveckla nya servicemodeller som baserar sig på hälsoeffekter av naturen i synnerhet för klientgrupper i behov av särskilt stöd tillsammans med Green Care-företagarna i Österbottens och Mellersta Österbottens områden. Rapporten beskriver de erfarenheter och centrala resultat som uppnått under projektet genom goda regionala exempel om olika verksamhetsformer. Servicemodeller har testats i många olika miljöer som i skogs- och skärgårdsnatur, på häststall och lantgårdar. För handledningen i workshopparna ansvarade 23 Green Care-företagare mest med bakgrund som handledare inom socialpedagogisk hästverksamhet, vildmarksguider samt företagare inom turism och lantbruk. Man har strävat efter att ordna försök med tjänster i workshoppen i synnerhet för människor som behöver stöd av utomstående för att delta i natur- och djurunderstödd verksamhet. I workshopparna deltog klienter och deras handledare från sammanlagt 21 olika bakgrundsorganisationer och tjänsteförsöken hängde samman med bland annat barnskydd, missbrukarrehabilitering och psykisk rehabilitering, handikapp- och äldreomsorg, specialpedagogik och småbarnspedagogik. Klientgrupper från alla sektorer deltog med tyngdpunkten på kommuner och samkommuner i projektområdet. Även två församlingar deltog i anordnandet av workshopen. Rapporten beskriver erfarenheterna från projektets verksamhet, feedback från klienter samt expertbedömningar som gör det möjligt att vidareutveckla Green Care-verksamhet. I slutet diskuteras framtidsutsikterna för Green Care samt representeras rekommendationerna för att utveckla branschen, som utarbetats av en nationell forskargrupp på initiativ av projektet.</p> |  |                                                                         |                         |
| <p><b>Nyckelord</b></p> <p>Green Care, välbefinnande, hälsofrämjande, naturbaserade tjänster för välbefinnande, socialpedagogisk hästverksamhet, djurassisterad verksamhet, vårdfarm verksamhet, naturunderstödd rehabilitering</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |                                                                         |                         |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                           |                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Publisher</b><br>University of Vaasa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Date of publication</b><br>October 2021                                                                                                                                |                            |
| <b>Author(s)</b><br>Martta Ylilauri (red.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Type of publication</b><br>Project report                                                                                                                              |                            |
| <b>ORCID identifier</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Name and number of series</b><br>University of Vaasa Reports, 26                                                                                                       |                            |
| <b>Contact information</b><br>University of Vaasa<br>InnoLab<br>P.O. Box 700<br>FI-65101 Vaasa<br>Finland                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>ISBN</b><br>978-952-476-973-0 (print)<br>978-952-476-971-6 (online)<br><a href="http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-476-971-6">http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-476-971-6</a> |                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>ISSN</b><br>2489-2580 (University of Vaasa Reports 26)                                                                                                                 |                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Number of pages</b><br>101                                                                                                                                             | <b>Language</b><br>Swedish |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                           |                            |
| <b>Title of publication</b><br>Green Care – A thing worth trying. The experiences and key outcomes of the Natural Support for Life (LuoNa)-project                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                           |                            |
| <b>Abstract</b><br>This project report presents the key results of the Natural Support for Life (LuoNa) - project, which took place between 12/2017 and 8/2021 in Ostrobothnia and Central Ostrobothnia. The project was coordinated by the University of Vaasa and implemented in cooperation with Centria University of Applied Sciences, Central Ostrobothnia Education Group (Kpedu) and Natural Resources institute (Luke). The objective of the LuoNa-project was to develop new nature-based service models promoting well-being for customer groups in need of special support, in cooperation with Green Care entrepreneurs in the Ostrobothnia and Central Ostrobothnia regions. The report describes the experiences and key results gained during the project through regionally and operationally representative examples. Service models have been tested in different environments, including forest and archipelago, horse stables, farms, and other rural environments. 23 Green Care entrepreneurs, who were mainly social pedagogical equestrian instructors, wilderness guides as well as tourism and farm entrepreneurs, were responsible for guiding the workshops. Service experiments conducted as workshops were aimed specifically for those people who need outside support to participate in nature-based or animal-assisted activities. The workshops included clients and their counsellors from a total of 21 different client organizations as service experiments connected with areas such as child protection, substance abuse and mental health rehabilitation, disability and elderly services, special pedagogy and early childhood education. Client groups came from all sectors with a focus on municipalities and municipal federations in the project area. Also, two parishes participated in the execution of the workshops. The report describes the experiences from the activities, client feedback and expert assessments that make it possible to further develop Green Care -services. Finally, the future prospects for Green Care are discussed and the recommendations for a broader development of the field are presented by a national team of researchers gathered on the initiative of the project. |                                                                                                                                                                           |                            |
| <b>Keywords</b><br>Green Care, well-being, health promotion, Nature-based services for health and well-being, Equine assisted pedagogics, Care farming, animal assisted activities, nature-based health promotion, nature-based rehabilitation                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                           |                            |



## FÖRORD

Den här projektrapporten sammanfattar centrala resultat av Luonnollista tukea elämään - Naturligt stöd för livet-projektet (LuoNa), som genomfördes i Österbotten och Mellersta Österbotten under tiden 12/2017 – 8/2021. Vasa universitet fungerade som huvudaktör tillsammans med Yrkehögskolan Centria, Mellersta Österbottens utbildningskoncern (Kpedu) och Naturresursinstitutet (Luke) i projektet. Projektet finansierades av Leader-grupperna Aktion Österbotten, YHYRES utvecklingsföreningen och Pirityiset samt Keskitien säätiö. Under det över tre år långa projektet utvecklades servicemodeller som utnyttjar metoder och verksamhetsformer inom Green Care. Ett intensivt samarbete mellan tjänsteproducenter, företag och klienter genomfördes för att tjänsterna skulle motsvara klienters individuella och gemensamma behov så bra som möjligt. Avsikten har varit att ordna tjänsteförsök i workshopparna för människor som behöver ett särskilt stöd av utomstående för att kunna delta i natur- och djurunderstödd verksamhet. I workshopparna deltog klienter och deras handledare från sammanlagt 21 olika bakgrundsorganisationer och tjänsteförsöken hängde samman med bland annat barnskydd, missbrukarrehabilitering och psykisk rehabilitering, handikapp- och äldreomsorg, specialpedagogik och småbarnspedagogik. Klientgrupper från alla sektorer deltog med tyngdpunkten på kommuner och samkommuner i projektområdet. Även två församlingar deltog i anordnandet av workshopen.

Servicemodeller har testats i många olika miljöer som i skogs- och skärgårdsnatur, på häststall och lantgårdar. För handledningen i workshopparna ansvarade 23 Green Care-företagare mest med bakgrund som handledare inom socialpedagogisk hästverksamhet, vildmarksguider samt företagare inom turism och lantbruk. Erfarenheter från workshopparna, klientresponser och expertbedömningar har hjälpt företagarna att vidareutveckla sina servicemodeller.

Arbetet med att utveckla Green Care-verksamheten kräver ofta tid och ihärdighet. De första idéerna om LuoNa-projektet utformades redan på våren 2014 då vi också aktivt började kontakta klientgrupper om eventuellt samarbete i ett Green Care-projekt. På våren 2018 startade projektverksamheten slutligen och vi började med stor iver främja och utveckla Green Care-verksamheten i området tillsammans med klientgrupper och projektkompanjoner. Jag vill varmt tacka mina fina kollegor Lena Enlund och Satu Sundell för bra samarbete under det här berikande projektarbetet som hann ge många nya kunskaper och fina naturupplevelser, möten med olika människor och kraft av gemensamma ansträngningar. Ett varmt tack också till Anja Yli-Viikari, hennes breda sakkunskap och värdefulla kommentarer har stött utvecklingsarbetet alltsedan idén om projektet utformades och hennes

insats när den här projektpublikationen skrevs är också betydande. Ett särskilt tack till Olli Voutilainen som arbetade som projektets administrativa ledare ända till hösten 2020. Efter det har han som Lukes representant stött projektets avancemang i projektets styrgrupp. Tack också till socialsektorns studerande Mare Marjakangas, Tiia Luukkainen och Monika Heinonen från Vasa yrkeshögskola för att de deltog i insamlandet av klientresponserna. Jag tackar varmt också Heli Siirilä för att hon sammanfattade uppgifterna i klientresponserna för den här publikationen samt Merja Kallio för att hon finslipade publikationen.

Slutligen ett stort tack till alla som deltog i projektets workshopverksamhet med öppna och fördomsfria sinnen antingen som företagare, experter inom social- och hälsovården eller undervisningsbranschen eller som klienter som kommit för att få njuta av naturens välgörande inverkan. Naturen gör oss alla gott.

I Vasa 14.6.2021

Martta Ylilauri



*Bild: Martta Ylilauri*

# Innehåll

|                                                                                                              |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| FÖRORD .....                                                                                                 | VII |
| 1 INLEDNING .....                                                                                            | 1   |
| 2 NATURENS INVERKAN PÅ VÄLBEFINNANDE.....                                                                    | 3   |
| 2.1 Naturrelation leder till aktivt levnadssätt.....                                                         | 3   |
| 2.2 Natur stöder barns tillväxt och utveckling.....                                                          | 6   |
| 2.3 Naturunderstödda metoder som en del av social- och<br>hälsovårdstjänsterna .....                         | 7   |
| 2.4 Effekten av natur- och djurunderstödda metoder .....                                                     | 10  |
| 2.4.1 Stärka nedlugnandet och psykiska säkerheten .....                                                      | 11  |
| 2.4.2 Inlärningskraftvägar: genom delaktighet och<br>aktivitet bildas kontakter till omgivande världen ..... | 12  |
| 3 SYFTET MED SERVICEFÖRSÖK SOM KÄLLA TILL FÖRNYELSE AV SOCIAL-,<br>HÄLSO- OCH PEDAGOGISKA OMRÅDET .....      | 15  |
| 4 GREEN CARE -VERKSAMHETSMODELLER SOM UTVECKLATS I<br>WORKSHOPPAR.....                                       | 19  |
| 4.1 Socialpedagogisk hästverksamhet som stöd i<br>barnskyddsarbete.....                                      | 23  |
| 4.2 Glädje och erfarenheter av att lyckas med studeranden från<br>specialundervisning .....                  | 29  |
| 4.3 Green Care som stöd i flexibel grundundervisning.....                                                    | 31  |
| 4.4 Naturen som stöd i integrering av nyanlända kvinnor .....                                                | 34  |
| 4.5 Skärgårdens natur väckte många känslor och minnen hos<br>seniorerna från Jakobstads serviceboenden ..... | 37  |
| 4.6 Församlingsbor tog del av välbefinnande från naturretreat ....                                           | 41  |
| 4.7 Socialpsykiatriska föreningens klienter tog del av<br>välbefinnande från hästverksamhet .....            | 43  |
| 4.8 Lantgårdsupplevelser som stöd i seniorers hemvård .....                                                  | 49  |
| 4.9 Naturretreater som stöd i psykisk rehabilitering .....                                                   | 51  |
| 4.10 Stöd och ny inspiration av lantgårdsbesöken till förskole-<br>verksamheten.....                         | 53  |
| 4.11 Livskraft från naturen till gruppverksamheten för psykiatrins<br>klienter.....                          | 56  |
| 4.12 Projektets resultat och erfarenheter i ett nötskal.....                                                 | 63  |
| 5 GREEN CARES FRAMTIDSUTSIKTER .....                                                                         | 67  |
| 5.1 Rekommendationer om utvecklandet av sektorn av nationell<br>forskargrupp .....                           | 69  |
| 5.2 Till sist .....                                                                                          | 73  |
| FÖRFATTARNA.....                                                                                             | 76  |
| KÄLLOR OCH LITTERATUR.....                                                                                   | 77  |

|                                                                                                                                             |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| BILAGOR .....                                                                                                                               | 82 |
| Bilaga 1. Klientorganisationer som deltog i LuoNa-projektet, företagare/företag och verksamhetsformer (antal workshops inom parentes) ..... | 82 |
| Bilaga 2. Exempel på kartläggning av klienternas önskemål och behov .....                                                                   | 84 |
| Bilaga 3. Exempel på responsblanketter som använts i projektet. ....                                                                        | 85 |
| Bilaga 4. Hästverksamhet Meri Mattus responsblankett. ....                                                                                  | 88 |
| Bilaga 5. Ghita Bodmans <i>Fågel-myra-björn</i> -närvaroövning. ....                                                                        | 89 |

## Figurer

|                  |                                                                                                                                                      |    |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Figur 1.</b>  | Mekanismer bakom naturens inverkan på välbefinnande ..                                                                                               | 4  |
| <b>Figur 2.</b>  | Naturmiljöers betydelse i det tredje momentet i rehabiliteringsprocessen. ....                                                                       | 11 |
| <b>Figur 3.</b>  | Sociala stadier av innovation och reformer i enlighet med MLP-teorin.....                                                                            | 17 |
| <b>Figur 4.</b>  | Exempel på bekvämlighetszon inom hästverksamhet ....                                                                                                 | 26 |
| <b>Figur 5.</b>  | Närpes församlingens och Vasa svenska församlingens deltagarrespons från naturretreaterna (n=40).....                                                | 43 |
| <b>Figur 6.</b>  | Österbottens socialpsykiatriska föreningens deltagarrespons från socialpedagogisk hästverksamhet (n=27).....                                         | 47 |
| <b>Figur 7.</b>  | Deltagarrespons från lantgårdsbesöken med Soites hemvårdsklienter (n=14). ....                                                                       | 51 |
| <b>Figur 8.</b>  | Mellersta Österbottens socialpsykiatriska föreningens deltagarrespons från naturretreaterna (n=11).....                                              | 53 |
| <b>Figur 9.</b>  | Loikka daghemsbarnens deltagarrespons från lantgårdsbesöken (n=42).....                                                                              | 55 |
| <b>Figur 10.</b> | Vasa Centralsjukhusets psykiatriska poliklinikens klientrespons från natur-, häst-, och lantgårdsverksamhet (n=19).....                              | 60 |
| <b>Figur 11.</b> | Sammanställning av responsen från flera grupper (n=126-146). ....                                                                                    | 63 |
| <b>Figur 12.</b> | De använda Green Care -verksamhetsformer i projektet.                                                                                                | 64 |
| <b>Figur 13.</b> | Mål och betydelse av naturbaserade tjänster enligt experter inom sohä-sektorn och pedagogiska sektorn....                                            | 68 |
| <b>Figur 14.</b> | Synviklar på klient- och problemorientering i sohä-tjänster. I alla sohä-yrken finns båda betraktelsesätten med men betoningarna kan vara olika..... | 71 |

## Tabeller

|                   |                                                                                                   |    |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Tabell 1.</b>  | Klientorganisationer som deltog i LuoNa-projektet (antal workshops inom parentes).....            | 20 |
| <b>Tabell 2.</b>  | Företag och företagare som deltog i projektets workshopsverksamhet. ....                          | 21 |
| <b>Tabell 3.</b>  | Ett exempel på program under en workshop med hästverksamhet .....                                 | 25 |
| <b>Tabell 4.</b>  | Hästassisterade verksamhetens olika betydelser .....                                              | 31 |
| <b>Tabell 5.</b>  | Beforskade effekter av naturbaserad integration och integrationsprocessens fyra dimensioner. .... | 37 |
| <b>Tabell 6.</b>  | Naturens positiva inverkan på äldre .....                                                         | 40 |
| <b>Tabell 7.</b>  | De centrala principerna vid Hästverksamhet Laukki.....                                            | 45 |
| <b>Tabell 8.</b>  | Nycklarna till ett gott företagssamarbete. ....                                                   | 48 |
| <b>Tabell 9.</b>  | LuoNa-projektets evenemang och kommunikation. ....                                                | 65 |
| <b>Tabell 10.</b> | Forskargruppens rekommendationer om utvecklandet av naturbaserad verksamhet.....                  | 73 |

## Förkortningar

|       |                                                        |
|-------|--------------------------------------------------------|
| Soite | Mellersta Österbottens social- och hälsovårdssamkommun |
| THL   | Institutet för hälsa och välfärd                       |



# 1 INLEDNING

Syftet med Luonnollista tukea elämään - Naturligt stöd för livet (LuoNa) -projektet var att utveckla nya servicemodeller som baserar sig på hälsoeffekter av naturen i synnerhet för klientgrupper i behov av särskilt stöd tillsammans med Green Care-företagarna i Österbottens och Mellersta Österbottens områden. I projektet riktade vi oss in på i synnerhet lokala exempel, erfarenhetsbaserat kunnande och på att öka delaktigheten inom projektområdet så att naturbaserade servicemodeller skulle få plats i servicestrukturerna inom social- och hälsovården, i skolors och daghems undervisnings- och verksamhetsplaner samt i kommuners tjänster som främjar välmående och hälsa.

Denna rapport beskriver de erfarenheter och de centrala resultaten som uppnåtts under projektet. I början av rapporten granskas forskning om naturens välfärds-effekter, både när det gäller hälsofrämjandet och de naturbaserade- och djurassisterade metoder som används inom social- och hälsovården. I kapitel 3 diskuteras rollen av tjänsteförsök vid reformering av strukturer inom social- och hälsovården samt utbildningssektorn på en allmän nivå, varefter kapitel 4 presenterar pilot-verksamheten i LuoNa-projektet genom goda regionala exempel om olika verksamhetsformer.

Under det över tre år långa projektet har servicemodeller som utnyttjar metoder och verksamhetsformer inom Green Care utvecklats genom intensivt samarbete med tjänsteproducenter, företag och klienter så att tjänsterna skulle motsvara klienters individuella och gemensamma behov så bra som möjligt.

Servicemodeller har testats i många olika miljöer som i skogs- och skärgårdsnatur, på häststall och lantgårdar. För handledningen i workshopparna ansvarade 23 Green Care-företagare mest med bakgrund som handledare inom socialpedagogisk hästverksamhet, vildmarksguider samt företagare inom turism och lantbruk. Man har strävat efter att ordna försök med tjänster i workshopen i synnerhet för människor som behöver stöd av utomstående för att delta i natur- och djurunderstödd verksamhet. I workshopparna deltog klienter och deras handledare från sammanlagt 21 olika bakgrundsorganisationer och tjänsteförsöken hängde samman med bland annat barnskydd, missbrukarrehabilitering och psykisk rehabilitering, handikapp- och äldreomsorg, specialpedagogik och småbarnspedagogik. Klientgrupper från alla sektorer deltog med tyngdpunkten på kommuner och samkommuner i projektområdet. Även två församlingar deltog i anordnandet av workshopen.

Rapporten beskriver lämpligheten och potentialen för vidareutveckling av den verksamhetsmodell som testats i workshoparna baserat på feedback från klienter, erfarenheter samt bedömningar av handledarna. I slutet av rapporten diskuteras framtidsutsikterna för Green Care samt representeras rekommendationerna för att utveckla branschen, som utarbetats av en nationell forskargrupp på initiativ av projektet.



*Bild: Martta Ylilauri*

## 2 NATURENS INVERKAN PÅ VÄLBEFINNANDE

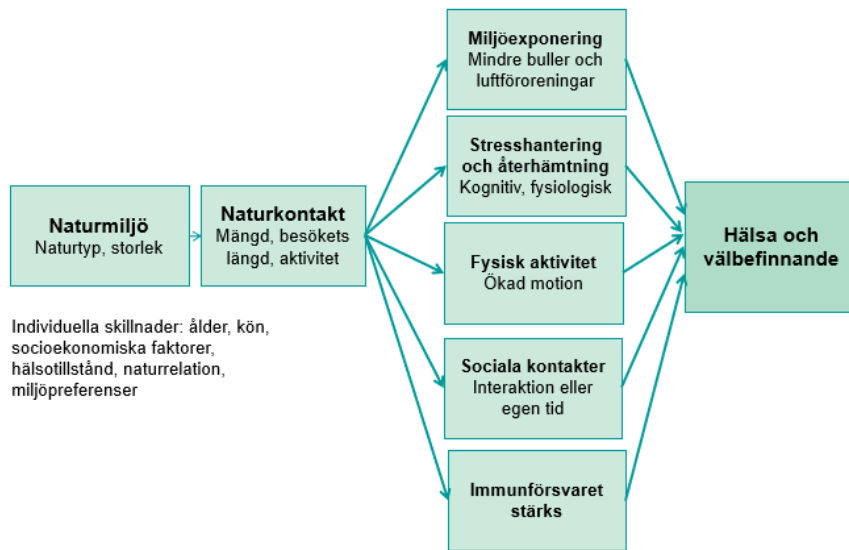
Anja Yli-Viikari

### 2.1 Naturrelation leder till aktivt levnadssätt

Under de senaste tiderna har samhället börjat fästa större uppmärksamhet vid hälsofrämjande teman. Uppmärksamheten har riktats på bland annat fullvärdig näring, tillräcklig motion samt kvalitet på nattsömn. Att upprätthålla naturrelationen ger annorlunda sätt att närma sig främjandet av hälsan. (Pajunen & Leppänen 2017). Genom naturintressen blir människan intresserad av aktiviteter i naturen varvid effekter som upprätthåller hälsan uppstår som en biprodukt av aktiviteterna. Människan söker sig ut i naturen och dess goda effekter också genom psykiska självregleringsmekanismer då hen har behov att stärka eget välbefinnande till exempel genom att ta det lugnt och vila eller genom aktiviteter som ger omväxling i vardagen.

Nära naturrelationer och mångsidiga aktiviteter som uppstår i och med det kan ses som finländsk styrka som har haft stor betydelse för upprätthållandet av människors fysiska och psykiska välmående (Bodman 2019). Att gå ut i naturen i dagens samhälle hör emellertid inte till de absolut nödvändiga sakerna i vardagen utan kräver ofta val som människan själv gör. Att satsa på framför allt barns och ungdomars naturrelationer kan ses som ett centralt syfte för folkhälsan.

I ljuset av aktuella forskningsrön anser man att naturen inverkar på välbefinnandet genom processerna på bilden här under. Viktigt är i synnerhet att naturen lugnar ner oss och ger färre stressreaktioner, den ökar fysiska aktiviteter och stärker social interaktion samt immunsystemets funktion (Tyrväinen m.fl. 2018). Även buller och luftföroreningar är mindre i naturen vilket ses som delfaktorer som stöder hälsan. Luftföroreningar och buller har skadlig inverkan i synnerhet på hjärtats funktion och blodtrycket (Lanki & Pekkanen 2008).



**Figur 1.** Mekanismer bakom naturens inverkan på välbefinnande (Tyrväinen m.fl. 2018).

När människor kopplar av i naturen kan de återfå sina psykiska och fysiska krafter. Naturen och djurs närvaro har konstaterats ha likartade effekter som lugnar ner och ökar människans närvaro (Ulrich m.fl. 1991; Crossman m.fl. 2015). Förklaringen till det här är autonoma nervsystemets funktion. Nervsystemets uppgift är att reglera kroppens och sinnets funktionella beredskapstillstånd enligt de krav som uppstår i vissa situationer i miljön. Regleringen grundar sig på miljöobservationer som våra sinnen förmedlar och som genom hjärnverksamheten klassificeras antingen som sådana som kräver att beredskapstillståndet höjs (sympatiska nervsystemet aktiveras) eller sådana som tillåter kroppen lugna ner sig (parasymptiska nervsystemet aktiveras). Samtidigt med nervsystemet deltar också kroppens hormonsystem i regleringen genom vilken kroppens funktionsförmåga kan styras bland annat med blodtryck, hjärtslag, spänning i musklerna och matsmältningssystemets aktivitet. Alla reaktioner sker autonomiskt utan att människan genom medvetna val behöver reglera livsfunktionerna.

Alla naturupplevelser är nödvändigtvis inte alltid enbart lugnande, och naturliga miljöer är inte lika viktiga miljöer för lugnande och återhämtning för alla människor. Även i naturen möter man situationer där kroppen behöver höja beredskapen genom stressreaktioner. Situationerna är ändå av snabbt övergående natur varefter människan kan återgå till en lugn och rofylld sinnesstämning. I byggda miljöer som människor skapat kan problemet vara att prestationskrav som hänger ihop med livsstil och värderingar betonas varvid kroppen hela tiden måste hålla beredskapen på förhöjd nivå. Stressens inverkan på hälsa och välmående förstås och beaktas ännu otillräckligt i många avseenden. Stresssymptom som belastar

kroppen finns ändå bakom många sjukdomar. Klara samband bland annat med hjärt- och kärlsjukdomar samt mentala problem har konstaterats (Penttinpuro 2017).

Sympatiska nervsystemets förmåga att lugna ner sig tillräckligt är viktig även för människans dagliga funktionsförmåga. En individ i överaktivt tillstånd är i första hand inriktad på funktionell aktivitet (Leikola m.fl. 2016, Sarvela & Auvinen 2020). Hjärnans funktion grundar sig då i hög grad på reaktioner enligt handlingsmönster man tidigare tillägnat sig där man reagerar på en retning i omgivningen enligt visst beteendemönster. I takt med att stressreaktionerna lägger sig kan människan börja utnyttja möjligheterna till helhetstänk och till att lära sig nytt. Det här sker i storhjärnan. Genom experimentella undersökningar har man konstaterat att i synnerhet hjärnan återfår sin koncentrationsförmåga och positiva sinnesstämningar stärks (se t.ex. de Keijzer m.fl. 2016; Ochiai 2019).

Naturen tar hand om kognitiv utmattning eftersom hjärnan får vila i naturmiljö och behöver inte arbete så mycket för att filtrera bort omringande stimulans. Stresshormoners kvantitet minskar i kroppen då man befinner sig i naturen och man återhämtar sig snabbare från stress. Känslan av gemenskap ökar av att man fascinerar av naturen, vilket i sin tur hjälper hjärnan att vila. (Sandberg & Hammarkrantz 2020.)

Naturen erbjuder alltså övergripande återhämtning från belastande situationer som individen möter. Vid sökandet efter balans mellan arbete och vila är också så kallade mikropauser viktiga. De erbjuder korta stunder av återhämtning i det dagliga arbetet. Mikropauserna kan bestå till exempel av att man vilar blicken genom att titta ut genom fönstret eller lugnar ner sig genom att betrakta grönväxter. Tillräckligt antal mikropauser under dagen har konstaterats stå i samband med kvaliteten på nattsömnen och återhämtningen (Bosch m.fl. 2018).

Ökad fysisk aktivitet är en av de centrala verkningsmekanismerna bakom naturens inverkan på välmående. Naturmiljöerna är mångsidiga samt lätta att nå och populära motionsmiljöer för både vuxna och barn. Vid inventering av användning för rekreatiönsändamål har man identifierat över 90 olika former av fritidsaktiviteter genom vilka finländare utnyttjar miljöer i den närliggande naturen (Metla 2014). Ofta innefattar motion i naturen något vardagligt sysslande, till exempel trädgårdsskötsel eller bärplockning. Då begränsar inte människors tillgångar eller socioekonomiska ställning aktiviteterna och hälsoeffekterna är inom räckhåll för alla befolkningsgrupper.

För lite motion anses nuförtiden vara en betydande faktor som försämrar folkhälsan (Vasankari & Kolu 2018). Motionsformer i naturen kan erbjuda kroppen

mångsidig ansträngning. De hjälper upprätthålla allmänkonditionen och muskelstyrkan och stöder rörlighet, balans och koordination. För barn som behöver mycket träning för att utveckla de egna fysiska och motoriska färdigheterna är mångsidig daglig motion särskilt viktigt.

I ljuset av de senaste forskningsrönen har man konstaterat att motion i naturen är nödvändigt också för funktionen av kroppens immunsystem. Att utsätta sig för tillräcklig mängd mikrober i miljön ser ut att hjälpa immunsystemet och motverka allergier och autoimmunsjukdomar (Vatanen mm. 2016). Enligt hygienhypotesen ökar risken för att immunomedierade sjukdomar blir allmänna i västvärlden på grund av otillräckliga mikrobkontakter och följden är att immuniteten utvecklas på avvikande sätt. Samband har också konstaterats mellan kroppens interna mikrobstammar och naturens mångfald i livsmiljön (Hanski mm. 2012). I de senaste undersökningarna lade man märke till att daghemsbarnens immunitet förbättrades då skogsmark kördes till daghemmens gårdsplaner (Puhakka mm. 2019; Roslund mm. 2020).

## 2.2 Natur stöder barns tillväxt och utveckling

Att upprätthålla naturrelationen är viktigt också för barnens balanserade tillväxt och utveckling. Under de senaste årtiondena har utevistelserna minskat i barnens liv samtidigt som intressen inomhus och vistelse framför elektriska skärmar tar allt större del av deras tid. Att gå ut sker inte längre genom vardagens nödvändigheter, till exempel skolvägen, utan förutsätter ofta medvetna beslut av vuxna i barnets närhet (föräldrar, far-/morföräldrar, lärare mm.) att använda tid till att gå ut och lära känna naturen.

Aktiviteter i naturen stöder på mångsidigt sätt barnens fysiska och psykiska utveckling. Det här har man lagt märke till bland annat i småbarnspedagogik som ordnas i naturen och i skogsförskolor (Palpatzis 2019). Både känsliga barn som blivit modigare och livliga barn som lugnat ner sig och fått bättre koncentrationsförmåga i naturen har haft nytta av mycket friluftsliv. Fri lek utomhus har stärkt barnens hanterande av känslolägen och sociala interaktion. Samtidigt har barnens färdigheter att reglera sin aktivitet ökat.

Ur inlärningsperspektiv är det å sin sida viktigt att barnen redan i tidigt skede vänjer sig vid att undersöka och iaktta samt vara i interaktion med egna omgivningen (Käll-Fröjdö & Smeds 2020). När inläringen börjar med enkla saker och småningom fördjupas uppnår barnen känsla av säkerhet och i och med det lust att lära sig mera. Barnen växer upp till aktiva och självständiga aktörer som kan ansvara för egen verksamhet.

Även inom skolundervisningens ramar har man fått många värdefulla fördelar av undervisning utomhus (Kåll-Fröjdö & Smeds 2020). Undervisningen utomhus blir omväxling i skolvardagen och utomhus kan man ta i bruk annorlunda inlärningssätt och -metoder. Ofta har eleverna upplevt utomhusmiljön som lugnare och roligare. De har tagit uppgifterna allvarigare och koncentrerat sig mera på arbetet. I ny miljö ändras gruppens sociala mönster och nya drag kommer fram hos barnen. Eleverna – även de med negativ inställning till gymnastik och idrott – rör på sig utan att lägga märke till det.

Naturmiljön har visat sig lämplig även för att stöda tillväxten och utvecklingen hos barn med särskilda behov. Bland annat ADHD- symtom har konstaterats vara färre i naturen än inomhus (Kuo & Taylor 2004). I många länder har man inkluderat naturbaserade miljöer i undervisningen för barn med särskilda behov, till exempel i Norge kan en dag i skolveckan enligt lag förläggas i lantgårdsmiljö där inlärningen sker genom aktiviteter och upplevelser (Evans 2020). När inlärningsmiljön bättre motsvarar barnets behov och sätt att lära sig har störande beteende i skolmiljöer kunnat försvinna helt.

## 2.3 Naturunderstödda metoder som en del av social- och hälsovårdstjänsterna

Vi har länge varit vana vid att social- och hälsovårdstjänster i första hand förläggs inomhus. I och med natur- och djurassisterad verksamhet är det emellertid möjligt att erbjuda klienterna annorlunda rehabiliterande miljöer där vi kan stöda uppfyllandet av vårdmålen genom många slags aktiviteter och upplevelser av delaktighet.

Alnarps rehabiliteringsträdgård vid Sveriges lantbruksuniversitet (SLU) i Alnarp, i Sverige har utvecklad naturbaserade interventioner för olika målgrupper i behov av rehabilitering. Forskningsbaserad intervention för individer med stressrelaterad mental ohälsa och utmattning har implementerats i hälso- och sjukvård i Skåne. Detta erbjuder ett fint exempel på hur naturassisterade metoder kan tas med som en del av vården av patienter med stressrelaterad utbrändhet.

*Alnarps rehabiliteringsträdgård öppnades 2002 och fram till 2019 drevs det forskning på naturbaserade interventioner med syftet att undersöka hur naturmiljöer som stärker hälsan och meningsfulla aktiviteter inverkar på deltagarna.*

<https://www.slu.se/institutioner/arbetsvetenskap-ekonomi-miljopsykologi/alnarps-rehabiliteringstradgard1/>



*Ingången till Alnarps terapiträdgård. Bild: Anna María Pálsdóttir.*

*Alnarps viktigaste klientgrupp har varit klienter med stressrelaterad mental ohälsa och utmattning. I naturunderstödd rehabilitering har deltagit även patienter som återhämtar sig efter stroke samt nyanlända i behov av arbetslivsinriktad rehabilitering. På basis av forskningsresultaten har man utvecklat en modell för naturunderstödd rehabilitering, NUR, genom vilken man stöder rehabiliteringen av klienterna genom naturbaserad dagverksamhet.*

*Modellen är implementerad i hälso- och sjukvård i Skåne län och erbjuds individer som komplement till pågående behandling som vården ansvarar för. I Skåne finns det 8 gårdar som är upphandlade utifrån kvalitetskriterier baserad på forskningen vid SLU i Alnarps rehabiliteringsträdgård.*

*Alnarps arbetstagarteam är multiprofessionella och i dem arbetar experter inom både vård samt rehabilitering och trädgårdsskötsel. Klar arbetsfördelning har upplevts som fungerande. Tack vare den kan alla experter koncentrera sig på uppgifter enligt egna kunskaper. Trädgårdsmästarens närvaro tillför normalitet till miljön varvid verksamhetens terapeutiska mål inte betonas för mycket.*

*I Alnarp är funktionerna i trädgårdsmiljöerna omsorgsfullt planerade. På området finns många olika platser där varje individ eller grupp alltid kan välja den som är bäst lämpad för aktuella behovet. Utöver att miljön ska*

vara lättskött söker man platser som betjänar klienternas olika behov att uppleva miljön.

Grupper med klienter har omfattat åtta deltagare. Alla av dem har själv valt att delta i en naturbaserad rehabilitering. Klienterna övar på att våga leva livet efter egen vilja. I inledande skedet av perioden vill deltagarna i allmänhet vara aktiva och företagsamma. Terapeuternas uppgift är att stödja deltagarnas rehabiliteringsprocess. Här behöver människorna inte vara produktiva, deras uppgift är endast att delta och vara på plats. Tillsammans kan de till exempel stanna för att titta på blommor. Småningom börjar deltagarna berätta hur fint det är att bara stanna, känna dofter, smaka på bär eller plocka blommor. De lär sig att lunga ner sig själv. Typisk för många som insjuknat i utbrändhet är att de har försökt behaga andra varvid identifierandet av de egna behoven har kunnat skjutas undan. Man strävar efter avkopplande och naturliga verksamhetsmiljöer. Trädgårdsarbetet hålls inom rimliga gränser. Många behöver också få vara ensamma. Människan kan vara i ett så trött tillstånd att hen inte orkar interagera med andra.

Enligt undersökningar har naturunderstödd rehabilitering varit effektivt. Av deltagarna har 68 % kunnat återvända till arbetet under samma år. Även behovet av hälso- och sjukvårdstjänster minskade 28 % med rehabiliteringen då användandet av tjänsterna i kontrollgruppen statistiskt räknat minskade bara 8 %. Även behovet av sjukhusvård minskade 65 % då minskningen i kontrollgruppen var 23 %. (Grahns 2017.)

Terapeuterna som deltog den trädgårdsunderstödda terapin upplevde å sin sida att arbetet utomhus var mer utmanande eftersom terapeuterna ofta är vanare att arbeta inomhus. Utomhus behöver terapeuterna större situationsbunden flexibilitet och förmåga att anpassa sig till olika händelser. Arbetstagarna upplevde emellertid att de fick mera ut av samtalen i naturen. Trots att terapins grundläggande processer i grund och botten är desamma inom- och utomhus upplevdes interaktionen utomhus vara friare. Iakttagelser och händelser i utomhusmiljön har varit ett stort stöd vid bearbetandet av saker. Man har upplevt att terapiprocessen har blivit snabbare.

Klienterna har å sin sida berättat hur det har varit viktigt för dem att stanna kvar efter terapisessionerna för att koppla av på trädgårdsområdet och att fortsätta gå igenom tankar som satts igång med terapin. När en klient går från en normal terapisession ska tårarna alltid torkas och med ett slag ska man gå över till vardagliga aktiviteter.

*Källor: Intervju med forskaren Anna María Pálsdóttir 1.11.2017, intervjuare Martta Ylilauri samt en video som presenterar verksamheten vid Alnarp: SLU Urban Futures - Lab Stories - Alnarp Rehabilitation Garden. 12.12.2018. <https://youtu.be/xC8cCi-T8QE>*

Ofta används natur- och djurunderstödda metoder i situationer där man vill stöda klientens egenmakt. För hanterandet av en problematisk situation vill man lyfta fram individens resurser och sätt att klara sig. Perspektivet breddas från att hantera ett enskilt problematiskt område till människan och hens livssituation som en bredare helhet.

Många olika klientgrupper behöver arbetssätt där man utgår från resurser. I psykisk hälsovård söker man just nu resurser genom *återhämtningsorientering* som stöder rehabiliteringen av klienten och hens återgång till normalt liv. (Nordling 2018). Likaså har man börjat tänka på att stärka *resiliensen* genom att för mänsklig verksamhet söka resurser och styrkor som hjälper klienten att klara sig över svåra livssituationer (Joutsenniemi 2015). Inom pedagogiska området synvinklar inom *positiva psykologi* lyfts fram (se t.ex. Joutsenoja 2019). Genom positivitet vill man stöda barnets naturliga utveckling som aktiv aktör och skapare av individuella betydelser. Inom barnskydd och rehabilitering har man å sin sida börjat betona *systematiskt arbetsgrepp* där man vill möta klienterna genom att beakta individualiteten och betona helheten (Lahtinen m.fl. 2017). Djur- och naturunderstödda metoder erbjuder verktyg och miljöer för att nå dessa mål.

## 2.4 Effekten av natur- och djurunderstödda metoder

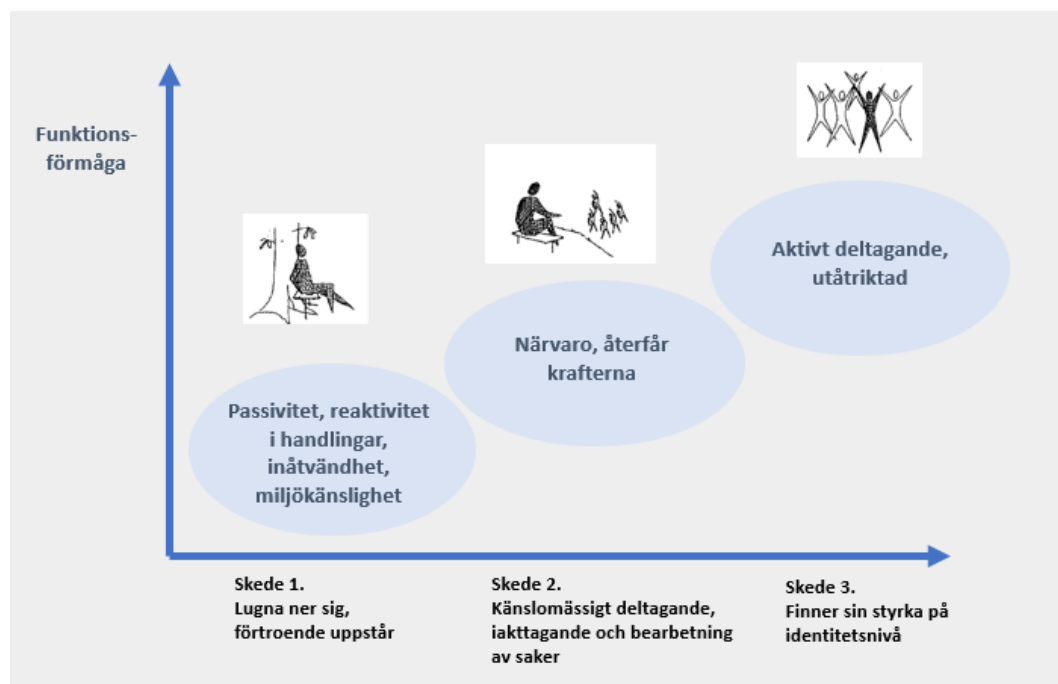
Effekten av natur- och djurunderstödda metoder har varit föremål för aktiv internationell undersökning redan i flera årtionden. Positiva effekter på välbefinnande har kunnat påvisas hos många klientgrupper men ofta baserar sig resultaten på case-undersökningar som kan sakna perspektiv med experimentell och jämförande utformning som ger statistiskt bevis (Annerstedt & Währborg 2011; Anestis m.fl. 2014; Kendalla m.fl. 2015).

Fördelarna med naturbaserad verksamhet syns framför allt i att klienternas hälsa och egenmakt som aktörer i eget liv förstärks. Naturen och djuren ger möjligheter att lugna ner och återhämta sig. I och med fysisk aktivitet höjs klienternas kondition och kvaliteten på näringen och sömnen blir bättre. Den socialt uppmuntrande miljön möjliggör tillväxt och inläring genom egna upplevelser. Istället för problemen står människan med sina många styrkor i centrum. Då avtar också sjukdomens stigma. I följande kapitel klarlägger vi noggrannare vilken betydelse å

ena sidan stärkandet av återhämtningen och psykiska tryggheten och å andra sidan aktiviteter och delaktighet har som delar i rehabiliteringen.

#### 2.4.1 Stärka nedlugnandet och psykiska säkerheten

I och med närheten till naturmiljöer och djur kan vi tillföra element som lugnar ner klienten och stärker den psykiska säkerheten i rehabiliteringen. I samband med Alnarps naturbaserade terapi betonas betydelsen av att lugna ner sig i synnerhet i början av rehabiliteringsprocesserna. Rehabiliteringen planeras som en process med tre moment (Pálsdóttir 2014, Figur 2).



**Figur 2.** Naturmiljöers betydelse i det tredje momentet i rehabiliteringsprocessen. Redigerats enligt Pálsdóttir (2014).

När processen startar anser man att det centrala är att klienten ges tid och utrymme att lugna ner sig. Först i och med det här kan människan bättre ta emot information och nya iakttagelser i sin omgivning och samtidigt observera även egna känsloupplevelser. Samtidigt stärks klientens beredskap att ställas inför och hantera saker på egna tänkandets nivå. Under rehabiliteringsprocessens tredje och sista moment börjar även människans krafter att delta i verksamheten komma tillbaka och hen kan dra nytta av upplevelserna att lyckas som verksamheten gett.

Centrala betydelsen av känslan av avslappning och trygghet har behandlats också genom den sk. Polyvagala teorin (Porges 2009; Leikola mm. 2016). Teorin förklarar autonomiska nervsystemets funktionsprocesser. Enligt den fördelas det parasympatiska nervsystemet i två funktionella delar: ventrala och dorsala kranial- eller vagusnerven. Den ventrala delen har bildats i takt med artutvecklingen i synnerhet hos däggdjur och tjänar kroppens sociala funktion. Den aktiveras i situationer som upplevs som tillräckligt trygga. Däggdjuren ska till skillnad från reptiler klara av långvarig närhet både i valpskedet och senare i vuxenlivet. Människan är ett exempel på ett hypersocialt djur vars hjärnutveckling har möjliggjorts genom lång barndom och förankring till gruppen. (Leikola m.fl. 2016.)

Polyvagala teorin betonar alltså den stora betydelsen av känslan av socialt åtagande och trygghet i alla situationer som kräver övervägande, tankeförmåga och inläring. Först med psykisk och fysisk trygghet kan individen tänka ut lösningar på utmanande situationer. I för hotfulla situationer styr nervsystemet mot aktivitet och reaktivt beteende som uppstår utgående från rådande känslolägen (Leikola m.fl. 2016).

I natur- och djurunderstödd miljö kan vi stärka känslan av säkerhet på många olika sätt. Genom trygga människorelationer kan människan bli sedd och godkänd som hen är. Grupperna på lantgårdarna och i stallen är små varvid det är lätt att ansluta sig till gruppen. Närheten till naturen och kontinuiteten i naturens kretslopp stärker känslan av trygghet. Även djuren har ofta en central roll. I djurunderstödd verksamhet kan vi upprepade gånger se hur klient som kommer på rehabilitering först kan söka kontakt just med djuren. Djurets närvaro lugnar ner och ger trygghet också när rehabiliteringsprocessen framskrider.

#### 2.4.2 Inläringens kraftvägar: genom delaktighet och aktivitet bildas kontakter till omgivande världen

Processer för individuell tillväxt och inläring har central ställning i all terapi, rehabilitering, och allt stöd. I och med dem lär sig individen både om sig själv och möjligheterna som den omgivande miljön erbjuder och kan genom dessa inrikta sig på eget liv.

I naturen och tillsammans med djur har aktiviteter, delaktighet och en lösningsinriktad inställning en viktig funktion redan från början. I centrum står inte enbart individen och hens problem utan också dagsaktiviteterna med djuren och i naturen. Alla får delta i de gemensamma aktiviteterna i lämplig egen takt och efter egna krafter. Under aktiviteterna behandlas även svåra ämnen, men klientens

problem får proportioner och individens styrkor kan göras synliga även när människan själv har glömt dem.

Experter som utför djurunderstött arbete ser att djurs medverkan får klienter att våga göra övningarna och orka bättre genom terapiprocessen (Hautamäki m.fl. 2018). Lämplig nivå på utmaningarna väcker människans intresse och en sinnesstämning som är fördelaktig för inläring. Genom äkta miljöer ändras även interaktionssituationen mellan klienten och den handledande vuxna personen. Klientens roll är inte längre att vara patient och någon som ska hjälpas utan hen deltar i situationen som en jämlik och kunnig aktör. Interaktionen är både muntlig och kroppslig. I och med tysta nyanser i kommunikationen kan man söka lämpliga uttrycks- och hanteringssätt som passar bäst för varje situation.

I intervjuer med experter på djurunderstödda aktiviteter ansågs upplevelserna av att lyckas med aktiviteter på konkret nivå vara viktiga (Hambidge 2017; Hautamäki m.fl. 2018; Fagerström 2019). Genom dessa började klienten tro och lita på att hen kommer att klara sig. I bästa fall blir resultaten en del i klientens vardag och även en del av klientens självbild och identitet, vilket ytterligare stärker möjligheterna till att åstadkomna förändringarna blir bestående.

Till erfarenhetsbaserad inläring hör även mångsinnlighet och lekfullhet. Sinnesupplevelser (syn, hörsel, lukt, smak, känsel) uppmuntrar till aktiviteter, fördjupar inlärningsupplevelsen och stärker inläringen. I och med lekfullheten stimuleras hjärnan till kreativitet och sinnet kan bättre öppna sig och prova på nya saker (Brown 2009).



*Bild: Martta Ylilauri*

### 3 SYFTET MED SERVICEFÖRSÖK SOM KÄLLA TILL FÖRNYELSE AV SOCIAL-, HÄLSO- OCH PEDAGOGISKA OMRÅDET

Anja Yli-Viikari

Att följa etablerad praxis i arbetslivet är alltid den enklaste och säkraste utgångspunkten för arbetstagare. I takt med att samhället ändras stöter vi på nya utmaningar och behov även i social- och hälso-tjänsterna, (sohä) som vi borde kunna beakta i serviceproduktionen. Förnyelserna i arbetslivet kan i princip ske genom antingen *top-down* eller *bottom-up* -typer av processer. Top-down -lösningarna baserar sig ofta på någon ny teknologi eller annan vetenskapligt baserad lösning. Bottom-up typens lösningar handlar å sin sida om experimentell och utvecklande verksamhet som sker på yrkesmässig verksamhetsnivå och där vi genom praktiskt arbete söker alternativa lösningar på utmaningar vi stöter på i arbetet.

I VTT:s utredning sågs stärkandet av försökkulturen som en central metod att möta viktiga förändringsbehov i samband med sohä-reformen. Ännu i det här skedet är det svårt att ens försöka förstå hur sohä-tjänsterna kommer att utvecklas (Harjumaa m.fl. 2017). Silomentaliteten i förvaltningsområdenas verksamhet där i synnerhet att hitta lösningar som behandlar utmaningar på ett övergripande sätt och förenar sektorer har visat sig vara särskilt utmanande i de nuvarande strukturerna.

Ett försök kan vara ett verktyg för att radera skrankor av vedertaget arbete. Försök kan bestå av en kort, praktisk och relativt enkelt genomförbar åtgärd. Samtidigt är den inriktad på att hitta nya ibland till och med radikala verksamhetsmodeller (Harjumaa m.fl. 2017). Ett visst risktagande och realism i fråga om att alla försök inte kommer att bli bestående inslag i arbetet hör som väsentliga delar till upptäckandet av nya saker. Att lära sig av försöken är en viktig del av processen. Vi är tvungna att acceptera även ”ofullständigheter”. Till exempel att alla klienter nödvändigtvis inte genast kan använda samma service i samband med förnyandet.

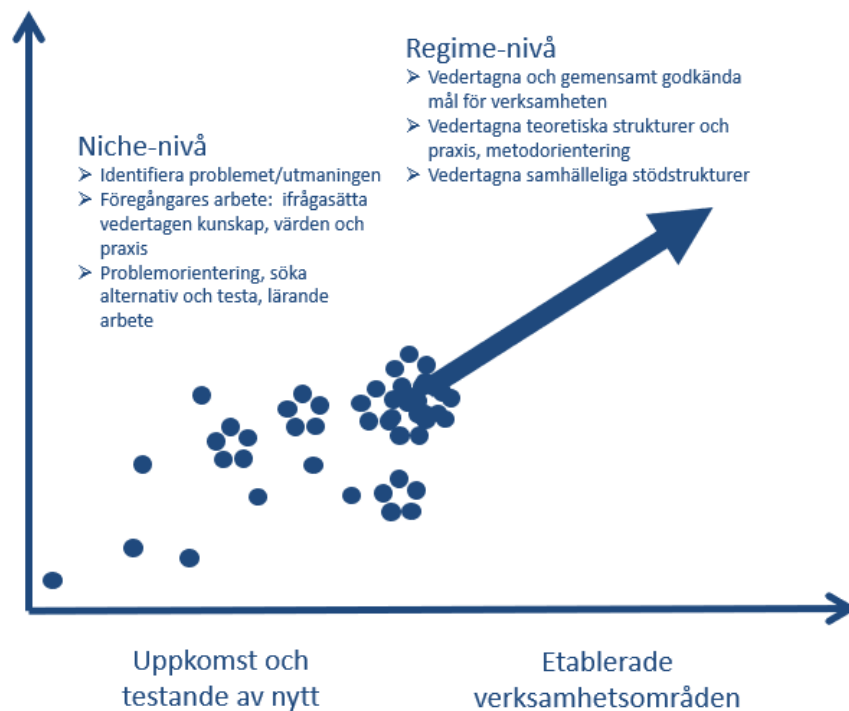
I VTT:s utredning såg man som första skede i försöket 1) att kläcka idéer som stöder målen, 2) utveckla lösningar, 3) testa med klienter, 4) utvärdera användning och effekter samt 5) ta i bruk lösningarna i större omfattning. Utvärderingens omfattning bestäms genom att utgå från om det handlar om ren utveckling av service eller om ämnet har även vetenskapliga utmaningar. Vid utvecklandet av en service räcker även lättare metoder, med vetenskapligt grepp breddas och fördjupas utvärderandet av effekterna.

Faktorer som främjar försök identifierades i synnerhet på organisationskultur- och organisationsstrukturnivå (Harjumaan m.fl. 2017). I arbetstagarnas arbetsbeskrivningar bör man kunna röja tillräckligt med plats för att prova på nya saker. Försöken ska utgå från klientbehov och inte enbart från organisationens egen synvinkel. Att personalen blir trött på ständiga förändringar kan också begränsa förnyelsen. Ledningen i organisationerna ska delta och förbinda sig till att föra försöken framåt. Upphandlande enheter kan behöva lära sig hur upphandlingar som definierats som innovativa kan genomföras. En organisationskultur som uppmuntrar till försök och samtidigt tillåter misslyckanden främjar för sin del förnyelse.

Även nuvarande modeller för projektfinansiering kan förhindra flexibel och praktisk förnyelse där mål, åtgärder och användandet av anslag fastställs i ett tidigt skede av projektplaneringen (Harjumaan m.fl. 2017). Projektarbetet borde inarbetas bättre än nu i praxis i arbetet. Utvecklandet borde ske genom intensiv interaktion mellan ledningen, personalen och klienterna så att allas uppfattning blir hörd.Handledning och resursfördelning på nationell nivå har en viktig roll som möjliggörare av en försökskultur som förenar olika förvaltningsområden.

Även ”*evidence based*”-tänkande, som i synnerhet hälsovårdsbranschen starkt har tillägnat sig, kan förhindra utveckling som baserar sig på försök och yrkesmässigt kunnande. Beslutsfattande som baserar sig på bevis är ett viktigt sätt att bilda information i arbetslivet men parallellt med den behövs även andra redskap för förnyelse och bildande av information.

Holländska forskaren Frank Geels (2011) har undersökt vilka samhällsliga utvecklingsskeden är förenade med hur innovationer och förnyelser uppstår och sprider sig. I ljuset av MLP-teorin (*Multiple Level Perspective*) börjar vid sidan om vedertagna verksamhetsmodeller på regim-nivå framträda även tidiga skeden av utvecklande av innovationer (*Niche*-nivå). Att sätt att tänka och handla ändras är viktigt likaså att identifiera när man övergår från vedertagen verksamhet i sektorn till att utveckla och skapa nytt.



**Figur 3.** Sociala stadier av innovation och reformer i enlighet med MLP-teorin. Yli-Viikari (2021), redigerad utgående från Geels (2011).

På Regime-nivå arbetar man i vedertagna förhållanden där arbetet starkt styrs genom vedertagna samhälleliga mål samt vedertagna teoretiska strukturer. Bland annat medicinskt experimentellt forskningsarbete där man genom statistisk jämförelse söker fram lösningar som ger bästa möjliga vårdresultat intar klart sin plats i en sådan här verksamhetsomgivning.

Samhället ändras emellertid kontinuerligt. Stödbehov hos individer som lever och arbetar i samhället på 2020-talet kan på många sätt vara annorlunda än klienters behov under tidigare årtionden. Förmåga att reagera på klienters behov av stöd och förmåga att rikta producerandet av tjänster enligt behov som kommer fram och som experter inom sektorn har, är mycket viktiga när experterna möter nya utmaningar och söker nya lösningar. I Finland finns långt utbildad arbetskraft vars yrkesmässiga kunnande och idéer emellertid utnyttjas i ringa grad. När man ser på skapande av innovationer och förnyelse utnyttjas dessa möjligheter alldeles för lite.

Hinder och begränsningar som identifierats vid genomförandet av försök ser ut att ofta höra till handlingsmönster på regime-nivå som är naturliga i utvecklingsmål för tillväxt och effektivitet men erbjuder få verktyg för att hantera osäkerhet i

samband med nya saker. I stället för försök strävar man inom regime hellre efter enhetligt arbete som styrs av system. Man strävar efter förnyelse och innovationer men innehållet i dessa handlar ofta om tekniskt effektiverande av nuvarande arbetssätt och praxis. I niche-verksamhet är förmågan att ifrågasätta rådande praxis, kunskapsmässiga strukturer och värden en viktig del av förnyelsen. Aktörer har både förmåga och tillräckliga resurser som arbetet kräver för att söka även nya lösningar på utmaningar de möter i arbetet.

Experimentellt och utvecklande grepp om arbetet lämpar sig bra för ibruktagandet av natur- och djurunderstödda metoder. Även att effekterna av metoderna ofta lätt kan konstateras, antingen genom iakttagelser som experter gjort eller respons som klienten eller hens närmaste krets gett, möjliggör ibruktagandet av ett experimentellt grepp om arbetet. I verksamhet som utgår från resurser, där man strävar efter att klienten själv finner sin egen styrka, är det naturligt att arbeta genom egna val som experten och klienten gjort. Metodiska metoder som genomförs enhetligt är med men är smidiga efter situationsbundna behov.

I framtiden är avsikten att öka användandet av servicesedlar och personlig budget i sohä-tjänster. I och med det här kommer val som klienten själv gjort genom att utgå från lösningar som hen upplevt vara förnuftiga fortsätta öka. Man vill att medborgarnas roll som aktiva klienter som även själv bär ansvar för eget välmående och deltar i gemensamt utvecklande fortsätter stärkas. (Valtioneuvosto 2021.)

Parallellt med experimentellt grepp om arbetet är naturligtvis även sektorns utbildningsverksamhet och forskning, som inom egna förutsättningar oavbrutet producerar mera kunskap om natur- och djurunderstödda processer, viktiga resurser för effektivt ibruktagande av natur- och djurunderstödda metoder. För verksamhet på niche-nivå är emellertid forskningsmetodernas bredd, där problemet som undersöks granskas från flera olika utgångspunkter, naturligt. Så småningom lär vi oss beskriva fenomen som vi iakttagit på praktisk nivå allt exaktare även i ljuset av teoretisk och metodisk kunskap. I och med det här öppnar sig också möjligheten att erbjuda bästa möjliga forskningsrön genom randomiserade experimenterande försök.

## 4 GREEN CARE -VERKSAMHETSMODELLER SOM UTVECKLATS I WORKSHOPPAR

Martta Ylilauri, Lena Enlund och Satu Sundell

Projektverksamheten inleddes våren 2018 med regionala möten i Vasa, Karleby och Jakobstad, där spreds information om Green Care -verksamhet och goda exempel samt de utvecklingsmöjligheter som projektet erbjuder. Vid evenemangen presenterade företagare, som använder Green Care-metoder, sin verksamhet och fick träffa aktörer från regionens söhä- och pedagogiska sektorer. I takt med att projektet fortskred började de flesta av de företag som presenterades vid regionala möten planera och genomföra gemensamma workshoppar i samarbete med klientorganisationer. Liknande försök gjordes också för att anordna vid ett par tillfällen i områdena Lillkyro, Kristinestad och Närpes, men möjligheterna måste ställas in på grund av föga intresse. Detta återspeglades också under projektet som regionala skillnader i olika aktörers aktivitet att delta i workshoppen.

Tjänsteförsöken som utförs som workshoppar riktades specifikt till personer som av en eller annan anledning har haft problem med att söka sig till naturen eller till djur. I workshops kunde företagare som var intresserade av Green Care testa och utveckla sitt servicekoncept tillsammans med klienterna och deras handledare. Klientorganisationer och företagare som engagerat sig i projektet deltog i planeringen, genomförandet, utvärderingen och vidareutvecklingen av serviceworkshoppar.

I workshopparna deltog klienter och deras handledare från sammanlagt 21 olika bakgrundsorganisationer eller enheter och tjänsteförsöken hängde samman med bland annat barnskydd, missbrukarrehabilitering och psykisk rehabilitering, handikapp- och äldreomsorg, specialpedagogik och småbarnspedagogik. Klientgrupper från alla sektorer deltog med tyngdpunkten på kommuner och samkommuner i projektområdet. Även två församlingar deltog i anordnandet av workshopparna. (Tabell 1.) Workshopparna genomfördes på finska och svenska, därutöver användes bild- och gestspråk på workshopparna som riktade sig till invandrare. Beskrivningar av alla klientorganisationer och företag som deltog samt verksamhetsformer som testades i workshopparna presenteras i Bilaga 1.

**Tabell 1.** Klientorganisationer som deltog i LuoNa-projektet (antal workshops inom parentes)

| Klientorganisationer som deltog i projektet (antal workshops inom parentes) |                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.                                                                          | Karleby mödra- och skyddshem rf., Mödrahemmet Iida och Öppenvårdsenheten Liina (6)    |
| 2.                                                                          | Fredrikakliniken, Jakobstads social- och hälsovårdsverk (4)                           |
| 3.                                                                          | Vasa stad, barn- och familjesocialarbete (4)                                          |
| 4.                                                                          | Jakobstads social- och hälsovårdsverkets äldreomsorg (5)                              |
| 5.                                                                          | Malax kommun, rehabiliterande arbetsverksamhet (5)                                    |
| 6.                                                                          | Ventuskartano boendeenhet och missbrukarvårdens anstaltsrehabilitering, Karleby (5)   |
| 7.                                                                          | Luovi-yrkesskolan, Karleby (3)                                                        |
| 8.                                                                          | Siilinpesä, Hemrehabilitering för unga vuxna mentalvårdsklienter (Soite), Karleby (5) |
| 9.                                                                          | Vörå kommun, service till barnfamiljer (4)                                            |
| 10.                                                                         | Österbottens socialpsykiatriska förening rf. (5 + 4)                                  |
| 11.                                                                         | Soites integrationsenhet, Karleby (5)                                                 |
| 12.                                                                         | Folkhälsan, Resurscentret Föregångarna, Vasa (1)                                      |
| 13.                                                                         | Kiviniitty skola, Karleby stad (6)                                                    |
| 14.                                                                         | Soite, seniorers hemvård, Lochteå/Karleby (5)                                         |
| 15.                                                                         | Närpes församling (3)                                                                 |
| 16.                                                                         | Vasa svenska församling (1)                                                           |
| 17.                                                                         | Daghemmet Loikka, Storkyro (6)                                                        |
| 18.                                                                         | Jakobstads social- och hälsovårdsverkets socialarbete, handikappomsorg (3)            |
| 19.                                                                         | Vasa centralsjukhusets psykiatriska öppenvårdskliniken (4)                            |
| 20.                                                                         | Kyrolands serviceboende, Lillkyro/ Vasa (4)                                           |
| 21.                                                                         | Mellersta Österbottens socialpsykiatriska förening rf., Vaskooli, Vetil (2 + 2)       |

Green Care -workshopparna hade totalt över 500 klientbesök över hela projektområdet och deltagarnas ålder varierade från ofödda barn till de äldre över 90 år. På grund av verksamhetens art och klienternas servicebehov önskades att storleken på klientgrupperna skulle hållas till ett minimum, och som regel testade en företagare eller en samarbetsgrupp i taget sin egen servicemodell med sina klienter. Klientgrupper av workshopparna utformades av handledarna utgående från klienternas intresse och olika inledande kartläggningar (Bilaga 1), så att workshopserien involverade alltid samma klientel eller med varierande sammansättning. För varje klientgrupp genomfördes ca 4–6 workshops med projektanställda som ansvariga för facilitering och dokumentering. Inga personuppgifter samlades in om de klienter som deltog i workshopparna. Dokumentation samt utvärderingen av responsen genomfördes anonymt.

**Tabell 2.** Företag och företagare som deltog i projektets workshopsverksamhet.

| Företag och företagare som deltog i LuoNa-projektets workshopsverksamhet |                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 1.                                                                       | Säteen Taika, Anu Huhta, Karleby                                                |
| 2.                                                                       | Hevostoiminta Meri Mattus, Kelviå/ Karleby                                      |
| 3.                                                                       | Kvikantin Hoiva/ Kvikantin Ratsutila, Mats Åström och Annika Prittinen, Karleby |
| 4.                                                                       | Gulf Stream Guiding, Trey Howard, Jakobstad                                     |
| 5.                                                                       | Tmi Hevoshommat Jonna Skomars, Vasa och Jakobstad                               |
| 6.                                                                       | Merenkurkun majatalo, Anne Jokela, Korsholm                                     |
| 7.                                                                       | In Advance 2.0, Ghita Bodman, Korsholm                                          |
| 8.                                                                       | Tmi Anita Storm, Vasa/Östebotten                                                |
| 9.                                                                       | Aava Kertun kotitila, Anna Salmi, Korsholm                                      |
| 10.                                                                      | K&T Horsemanship, Tanja ja Kenneth Puskala, Karleby                             |
| 11.                                                                      | Stall Överby, Eeva-Maija Jakobsson, Karleby                                     |
| 12.                                                                      | Tmi Per-Henrik Bergström, Korsholm                                              |
| 13.                                                                      | Silver Rose, Susanne Blomqvist, Korsholm                                        |
| 14.                                                                      | Hevostoiminta Laukki, Mira Huhta/ Stall Långvik, Solf/ Vasa                     |
| 15.                                                                      | Fredrika Sourander/ Stall Långvik, Solf/ Vasa                                   |
| 16.                                                                      | Teacher and dog, Renja Hakala/ Stall Falisa, Vörå                               |
| 17.                                                                      | Niemi-Erkkiläs fårfarm, Saija Niemi-Erkkilä, Lochteå/ Karleby                   |
| 18.                                                                      | Hakamaas mjölgård, Sari och Kati Hakamaa, Storkyro                              |
| 19.                                                                      | Emmes Retreat, Henrik Wiik och Ulla-Beth Mäki-Jussila, Nedervetil/ Kronoby      |
| 20.                                                                      | Fårfarmen Susanne Wik, Korsholm                                                 |
| 21.                                                                      | Islandshäststall Minttu & Mascot, Sirpa Leinola-Schöring, Solf/ Vasa            |
| 22.                                                                      | Storstara Gård, Marika Hemgård, Jakobstad                                       |
| 23.                                                                      | Naturskolan Villa Elba, Karleby                                                 |

Dessutom deltog från Vasa yrkeshögskola socionomstuderanden som gjorde sitt slutarbete med det forskningstillstånd som krävdes för insamling av responsen från Karleby mödra- och skyddshem rf. och Daghemmet Loikka. Workshopparna handledes av 23 företagare, som var instruktörer i socialpedagogisk hästverksamhet, vildmarksguider samt turism- och lantbruksföretagare (Tabell 2). Majoriteten av företagen hade utöver sin egen verksamhet Green Care-studier eller påbörjade studier under deltagandet i projektet. Workshopparna har genomförts som ett samarbete mellan en eller flera företagare och har varierat i varaktighet från ett par timmar till heldagsretreater. Företagare hade ansvar för riskbedömning och säkerhetsplaner för workshopparna. Under det treåriga projektet fick man testa servicemodeller i en rad olika verksamhetsmiljöer, bland annat

häststall, skogen och skärgården, mjölk- och fårgårdar samt andra kulturmiljöer på landsbygden.

Den totala offentliga finansieringen av LuoNa-projektet var 70 % och den privata finansiering som beviljades av Keskitien säätiö uppgick till 30 %. Denna finansieringsmodell gjorde det möjligt för företag att generera ny kunskap och know-how för att utveckla nya eller förbättrade produkter, processer och tjänster, så att slutresultatet av projektet inte var en färdig kommersiellt utnyttjad produkt.

Projektets ursprungliga syfte var att genomföra 40–60 serviceworkshoppar, vars utgifter bestod av expertarvoden, hyror, eventuella mellanmål och mindre inköp av tillbehör samt transport vid behov. Projektets princip var att alla företagare fick samma fasta expertavgift (60 €+moms/timme) för handledningen av Green Care-workshopparna, med ytterligare ersättning (20 €+moms/timme) för användningen av företagets utrymme. Den i förväg beräknade kostnaden per workshop uppgick till cirka 370–900 euro. Workshops organiserades dock ofta till en lägre kostnad än beräknat, så att antalet workshoppar kunde ökas till 92 workshoppar. De största enskilda kostnaderna uppstod vid transport, som ordnades för klienter vars deltagande i workshopparna annars inte skulle ha varit möjligt.

Baserat på respons och erfarenheter från workshopparna har lämpligheten av varje verksamhetsform, Green Care -metod eller individuell övning bedömts samt den potentiella inverkan på klienternas välbefinnande. Workshopserier där man kunde följa utvecklingen av individuella målsättningar och erfarenheter var de mest värdefulla insikterna då man utvärderade effekterna. Men å andra sidan, sett från klientens synvinkel kan till och med en enda Green Care -verksamhetsgång till exempel på ett lantgård eller ett kortare naturbesök vara tillräckligt då den ifrågavarande tjänsten handleds enligt målsättningarna (se Ilmarinen, Ruoho & Salonen 2017).

Flera metoder användes för att samla in klientrespons från workshopparna, inklusive responsformulär som redigerats av kundgrupper (Bilaga 2), intervjuer och utvärderingar utförda av deras egna handledare samt reflekteringsdiskussioner. Klientrespons som samlades in från workshopparna gav också värdefull information för vidareutveckling av verksamheten och samarbete mellan företag och klienter. I de påföljande kapitel presenteras konkreta och regionalt representativa exempel på de Green Care -verksamhetsmodeller som utvecklats i projektet.

#### 4.1 Socialpedagogisk hästverksamhet som stöd i barnskyddsarbete

Projektets första workshoppar förverkligades under våren 2018 med familjer från Karleby mödra- och skyddshem rf, Mödrahem Ida och öppenvårdsenheten Liina som är specialiserade på familjer med missbruksproblem. Företagssidan representerades av två samarbetande företag som erbjuder socialpedagogisk hästverksamhet. De deltagande familjerna hade utmaningar kring drog- och alkoholmissbruk, psykisk hälsa, med förmågan att orka eller med föräldraskap. I de sex olika workshopparna deltog varje gång 12–20 klienter tillsammans med sina handledare. Företagaren från Kelviä, Meri Mattus (<https://www.gcfinland.fi/palveluntuottajat/palvelut/hevostoiminta-meri-mattus/>) och Anu Huhtas företag SPHT Säteen Taika (<http://sphtsateentaika.com>) stod turvis för hästverksamheten. Båda företagen är medlemmar i Green Care Finland rf.

Avsikten med workshopparna var att stöda missbrukarnas rehabilitering och komma med nya naturassisterade verksamhetsmodeller som beaktar hela familjer genom att utnyttja socialpedagogisk hästverksamhet. Denna verksamhet planerades som ett samarbete mellan föreningens personal, projektaktörerna och företagen. I planeringen beaktades smågruppernas önskemål och klienternas individuella behov, eventuella begränsningar samt intressen.

Den egentliga avsatta tiden för workshopparna var ca två timmar så att även familjernas minsta barn orkade vara med i verksamheten och spädbarnens rutiner kunde hållas. Verksamheten varierade från att man iakttog hästar och försiktigt bekantade sig med dem till att man smekte, borstade, gav mat och red, alltid enligt klienternas egna önskemål och vad man var gång kände för. Det var viktigt att beakta gruppens specialbehov och att de båda företagen hade erfarna handledare som stod för hästverksamheten och som vid behov hade med sig assistenter från företagets sida. Även de större gruppernas verksamhet lyckades man hålla individuella då verksamheten indelades i mindre grupper t.ex. genom att man åt mellanmål olika tider vid brasan. Mödrahemmet Idas och öppenvårdsenheten Liinas egna handledare var med varje gång och kunde vid behov hjälpa med att ta hand om de mindre barnen så att mammorna i lugn och ro kunde pröva på t.ex. ridning. De båda häststallarna var belägna på natursköna områden och byggnaderna formade en estetisk landsortsmiljö, där verksamheten kunde ordnas på ett tryggt sätt även med tanke på småbarn. På gården hos Säteen Taika -stall fanns till förfogande också en eldstad som med den levande elden blev en naturlig rastplats för klienterna med barn vid sidan om de olika aktiviteterna. Det gick behändigt att sköta spädbarnens matning och blöjbyte i husvagnen på Meri Mattus samarbetsstall.



*Bilder: Martta Ylilauri*

**Tabell 3.** Ett exempel på program under en workshop med hästverksamhet (Meri Mattus 2018).

***Exempel på program under en workshop med hästverksamhet***

*10.30 Ankomst med gemensam skjuts*

*Välkomst, företagarens presentation, Molli-hundens presentation, Green Care och socialpedagogikens grundtanke, studerandens och projektpersonalens korta anföranden, allmänna spelregler och säkerhetsanvisningar.*

*10.40 Presentation av utrymmen och hästarna, wc, pausutrymmen, ställe för tobaksrökning*

*Klienterna bekantar sig med hästarna, klappar och fotar hästarna*

*11.15 En övning om bekvämlighetszon*

*Hästarnas borstning, belöning och ledande ut till hästhagen*

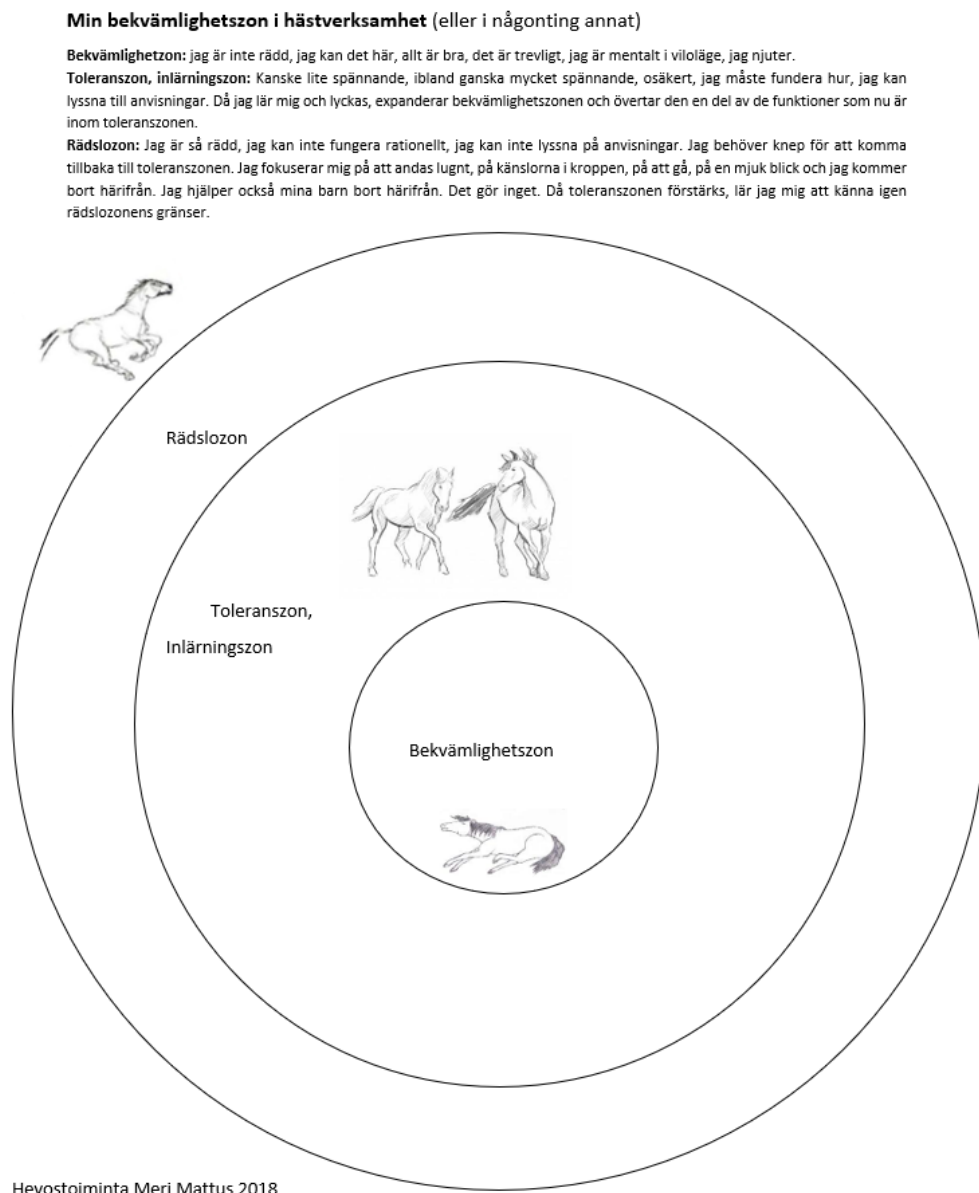
*12.00 Kaffe och matsäck ute vid stenmuren*

*Vid sidan om kaffe, studerandens frågeformulär, kopior om bekvämlighetszon, kopior om feedback, färgbilder för barn*

*12.30 Utdelning av hö i hästhagen*

*12.50 Workshoppens avslutning och tack*

*13.00 Skjuts tillbaka till Karleby*



**Figur 4.** Exempel på bekvämlighetszon inom hästverksamhet (Meri Mattus 2018).

Workshopparnas målsättning var att utveckla sådana drogfria verksamhetsmodeller för rehabiliteringsklienter inom drog- och alkoholmissbruk som främjar klienternas och deras familjers välbefinnande och personliga växt. Dessa verksamhetsmodeller som grundar sig på effekterna av naturens välbefinnande är sådana som föreningar och stödgrupper kan utnyttja i sin verksamhet i fortsättningen.

Utvärderingen av hur workshopparnas målsättningar förverkligades utfördes av socionomstuderanden Mare Marjakangas ja Tiia Luukkainen från Vasa yrkeshög-

skola. Utvärderingen utfördes i två delar: i slutet av den första och sista workshoppen som en kvalitativ för- och slututvärdering (kort skriftlig enkät och intervjustund). Även företagarna hade möjlighet att utföra egna, skilda utvärderingsenkät efter varje workshop (Hevostoiminta Meri Mattus responsblankett, Bilaga 4).

### **Utdrag ur klientresponsen från Karleby mödra- och skyddshem rf** (Mare Marjakangas och Tiia Luukkainen 2018):

#### ***Hurudana förväntningar har du om den kommande Green Care-verksamheten?***

- *Jag kommer bort hemifrån och kommer samman med människor som är i likadan situation som jag. Dessutom får jag möjlighet att se hästar och andra djur som är verkligen nära mitt hjärta.*

#### ***Hur skulle du önska att Green Care-verksamheten inverkar på dig och barnet?***

- *Jag skulle önska att jag fick bättre humör för graviditetens slutfas.*

#### ***Har Green Care-verksamheten svarat på dina förväntningar? Hur?***

- *Ja. Det var roligt att rida och att vara i naturen.*
- *Överträffat alla förväntningar. Först tänkte jag att jag får rida mindre. Jag är verkligen nöjd då jag har fått rida.*

#### ***Hur har Green Care-verksamheten känts för dig?***

- *Verkligen bra, det har varit en glädje att min dotter har fått bekanta sig med hästar då jag själv älskar hästar.*
- *Helt trevligt. Kanske 6 ggr med samma verksamhet är för mycket.*

#### ***Hur har Green Care-verksamheten inverkat på dig?***

- *Jag blev av med min rädsla för hästar.*
- *Jag har kunnat slappna av med djuren. Vi har fått många härliga, gemensamma upplevelser som familj.*
- *Jag har fått spendera tid med mitt barn och det känns inte längre svårt att fara ut i naturen med ett så litet barn.*

#### ***Hurudana tankar väckte Green Care-verksamheten hos dig?***

- *Smak för naturen och första gången som jag red. Jag gillade det.*
- *Positiva, eftersom jag annars också är en naturmänniska.*
- *Mycket glädje och en gnista att på nytt börja med ridhobbyn.*

#### ***Upplever du Green Care-verksamheten som nyttig? På vilket sätt?***

- *Jo. Det möjliggör en naturnära verksamhet för sådana personer som inte annars tar sig ut i naturen.*
- *Trevlig tid tillsammans.*
- *Ja. Allt som är kopplat till natur och djur är avslappnande och gör gott för humöret och kroppen. ☺*

#### ***Hur tycker du att du kunde utnyttja Green Care-verksamhetens effekter i din vardag?***

- *Då jag är mer avslappnad, är jag en bättre mamma (hjärta).*

**Borde Green Care-verksamhet tilläggas till en av familjerehabiliteringens instrument/verksamhetsmetod? Upplever du att det skulle vara till nytta för dig/din familj och hur?**

- Ja. Naturen är alltid till nytta.
- Ja. Verksamheten ger mångsidig nytta sett från rehabiliteringens synvinkel.

**Hurudan kunde Green Care-verksamheten vara enligt din syn?**

- Lite mångsidigare.
- Inriktad på djur.
- Vandring ute i naturen.
- Olika slags/växlande verksamhet i naturen.



Tavla från sadelrummet på Säteén Taika-stallet. Bild: Martta Ylilauri

Enligt erfarenheterna och responsen så lämpar sig tjänsten som testats i workshopparna bäst för den här klientgruppen. Karleby mödra- och skyddshem rf. har

sedan dess utvecklat sin Green Care-verksamhet, både genom naturaktiviteter med egna handledare samt socialpedagogiska hästverksamhet med lokala hästföretagare. Föreningens senaste utvecklingsarbete är det Stea-finansierade projektet Green Care – Natur- och djurassisterade metoder för aktivering klienter av barnskydd för vården, som pågår under våren 2021–2024. Projektets målsättning är att förbättra funktionsförmågan, interaktionskunskaper och välbefinnandet både hos vuxna och barn.

## 4.2 Glädje och erfarenheter av att lyckas med studeranden från specialundervisning

Yrkesinstitut Luovi från Karleby enhet deltog under vårvintern 2019 med en liten grupp i hästverksamhet. Luovi är ett nationellt institut som erbjuder och utvecklar specialundervisning. Luovi hör till Finlands största yrkesinriktade specialinstitut. Luovi erbjuder förberedande utbildning och yrkesinriktad examensutbildning. Den förberedande utbildningen består av förberedande utbildning inför yrkesutbildning, samt förberedande utbildning inför arbete och ett självständigt liv. Luovi erbjuder ett brett sortiment av olika yrkesexamen. Luovis utbildning betonar till exempel individuella studier, mångsidiga och arbetsinriktade läromiljöer, sporrar till livslångt lärande, personlig handledning och stöd. (<https://luovi.fi/>.)

Under vårvintern deltog yrkesskolan Luovis specialstuderanden med sin lärare i tre workshoppar som bestod av djurassisterad hästverksamhet i Kvikant, Karleby. Med verksamheten avsågs att stöda studerandens ”learning by doing” genom personligt stöd och gruppverksamhet. Företaget K&T Horsemanship (<http://www.horsemanship.fi/>) erbjuder småskalig ridverksamhet, rekreationsverksamhet och lär ut hästhantering. Verksamheten på företaget sker på deltid. Hästar som deltog i ridning och Green Care-tjänster var Kosti, Elias och nykomlingen Smokey. Företaget är först i början på att erbjuda Green Care-tjänster. Tjänsterna erbjuds av Tanja Puskala som älskar människor, naturen och djur. Hon är utbildad mentalskötare och har en lång erfarenhet på 35 år av hästar och arbetserfarenhet på 25 år inom handikappomsorgen. Tanja har under åren 2016–2017 studerat Green Care-studier motsvarande 40 studiepoäng på högskolenivå.



*Bilder: Satu Sundell*

I varje workshop deltog tre 17–21 åriga specialstuderanden, två kvinnor och en man. Tanja kunde berätta mycket om häststallets historia, hästarna, eftermiddagarnas göromål och reglerna. Vädret under vårvinterns workshoppar var varierande, ibland snöade det, ibland var det var blåsigt eller soligt. Workshopparnas verksamhet bestod av olika handledda stallarbeten som städning av båsen, matande av hästarna och att hämta ut vatten till dem, bekanta sig med hästarna, borsta dem och leda dem till stallet samt gårdsarbeten som att skyffla snö. Vid sidan om göromålen diskuterades frågor om skötsel av djur, hästar och därutöver frågor gällande studerandens vardag och studier. I den sista workshopen var det möjligt att rida, något som deltagarna gillade skarpt och särskilt för den som prövade på ridning var det en väldigt inspirerande erfarenhet. Vid kallt väder var det skönt att till slut samlas inomhus för att avnjuta plättar och varma drycker eller för att steka korv vid spisen. Matlusten var alltid god efter tid spenderats ute.

Gruppen var på det hela taget nöjd med verksamheten. Deltagarna lärde sig att lita på hästen och de fick erfara stunder av att lyckas i verksamheten. Workshopparna innehöll många göromål som man gjorde tillsammans, mycket diskussion om djur och allmänna saker. Hästassisterad verksamhet är särskilt lämplig för klienter som önskar någonting annat än bara prat. Gruppen önskade liknande verksamhet i fortsättningen.

**Tabell 4.** Hästassisterade verksamhetens olika betydelser**Hästassisterade verksamhetens olika betydelser**

- Människan kan lära sig många nya saker, t.ex. närvaro eftersom hästen lever helt och hållet i stunden
- Hästen kan tolka människan känslor
- Möjliggör att man vid sidan om fysiska aktiviteter lär sig om sin egen kropp, acceptans, glädje och självreflektion
- Hjälper till att förstå ens eget och andras beteende
- Hästens storlek och värme kan skapa trygghet och uppskattning
- Kan skapa nya utmaningar som man klarar av ”Jag lyckades!”

*Djurassisterad verksamhet kan bidra till att man erfar viktiga psykofysiologiska reaktioner redan på en kort tid, efter en växelverkan på 5–24 minuter (Odendaal 2000).*

### 4.3 Green Care som stöd i flexibel grundundervisning

*I Kiviniitty skola har man märkt att traditionella lösningar inom undervisning och elevvård inte räcker till för att undervisa och fostra alla elever. Trots vanliga stödåtgärder kan en del av eleverna inte delta i skolgången av en eller annan orsak. Specialeleverna har ofta behov av stöd i mycket annat än endast inläarning och en del av eleverna riskerar faktiskt att marginaliseras.*

*I syfte att stöda eleverna har skolans speciallärare aktivt gått in för att söka lösningar i naturbaserad verksamhet som stöd för skolarbetet bland annat med hjälp av socialpedagogisk hästverksamhet, i grupp eller individuellt. Kurser har ordnats för smågrupper, innefattande bland annat vandring, cykling, närmotionsplatser, havsutflykter och att bekanta sig med hemstadens historia, natur och annan miljö. Under hösten 2017 startades vid Kiviniitty skola en JOPO (Flexibel grundundervisning) -grupp med tyngdpunkt på Green Care. Målsättningen med gruppen är att stöda elever och motverka hemmasittare med hjälp av individuella studiemetoder så att eleverna lyckas avsluta grundskolan.*

*Kiviniitty skola ordnar flexibel grundundervisning i Karleby. Grupperna tar emot max. 10 elever per grupp, och hit styrs främst elever från klasserna 8–9. Gruppen studerar ända fram till att grundskolan slutar. Undervisningen följer grunder från grundundervisningens läroplan men undervisningsarrangemangen avviker från de traditionella. Gruppens undervisning ordnas till en del i skolan, till en del på arbetsplatser eller som handledda studier i övriga läromiljöer. Sådana läromiljöer är bland annat lägerskolor, studiebesök, arbetsplatsbesök, experimentell undervisning, lantgårdar, muséer och andra kulturella besöksmål. Hela verksamhetens röda tråd är tyngdpunkt på Green Care.*

*Eleverna studerar i huvudsak enligt den grundläggande utbildningens läroplan. Eleverna får intensifierat stöd och för varje elev utarbetas en egen läroplan. Skillnaderna från vanlig skolgång är i arbetssätten och undervisningsmetoderna. Undervisningsgrupperna är på grund av individuella arrangemang mindre än vanligen. Natur och vandring finns med i elevernas valfria ämnen. Vid sidan om läraren ansvarar en JOPO-handledare för eleverna.*

*Text: Pauliina Ehnqvist-Brännbacka (2019), som arbetade som speciallärare vid Kiviniitty skola under LuoNa-projektets föra workshopparna.*

Under september-oktober 2018 och våren 2019 förverkligades workshopparna med hästverksamhet tillsammans med Kiviniitty skolans elever från den flexibla grundundervisningen hos Stall Överby i Karleby. I de fyra workshopparna deltog varje gång 1–5 elever, lärare och skolgångsbiträde samt hästföretagaren Eeva-Maija Jakobsson. Stall Överby befinner sig i närheten av Kronoby by, på 12 km avstånd från Karleby centrum. Företaget bjuder på utrymmen och skötselplats för ridhästar och möjlighet att utöva hästintresset året runt i goda omständigheter och i en vänlig atmosfär. Gården odlar hästhö och betesmarker för det egna stalllets behov. Stallet har plats för 15 hästar, utrymme för klienter, manege och en ridbana. I närheten av gården finns många fina moskogar för att njuta av naturen. Förutom hästar bor två katter och en hund hos Stall Överby.

Eeva-Maijas kärlek till landsbygden och naturen tändes i och med att hon spenderade barndomens somrar på lantgård. Sedan barnsben har hennes största intresse varit hästar. Hon skaffade lantgården tillsammans med sin man år 2010 och verksamheten utvecklades från egna hobbyhästar till allt större under tiden att gården år för år renoverades och utvecklades. Eeva-Maija påbörjade studier i hästuppfödning vid Övre-Savolax yrkesinstitut i Hingunniemi och har därefter arbetat som företagare. Hon ansvarar för hästarnas skötsel och kundrelationerna på gården. Hennes samarbete med bland annat olika skolor och utforskande av nya

verksamhetsformer har inneburit trevlig omväxling i den vanliga verksamheten. Eeva-Maija upplever det som givande att få ge människor som är obekanta med landsbygden och hästar nya upplevelser samt ge kontaktyta till naturen och djuren. (Jakobsson 2020.)

Målsättningen för den första workshoppen med hästverksamhet för JOPO-gruppen vid Kiviniitty skolan var att gruppera sig och bekanta sig med stallets verksamhet, djuren, företagaren och utrymmen. I fortsättningen kopplades verksamheten till olika läroämnena som matematik, hälsokunskap och näringslära. Varje elev fick någonting meningsfullt att göra, observera eller ta hand om djur och göra saker tillsammans. Enligt respons från speciallärare lärde eleverna sig med hjälp av djuren initiativtagande, övervinnande av rädslor och att ta hänsyn till varandra.

JOPO-gruppens naturbaserade workshoppar genomfördes i december 2020 vid Ungdomscentrum Villa Elba i Karleby. I workshopparna deltog fyra elever, skolgångsbiträde och naturinstruktör Markku Hukari från Elba Naturskola. Elba naturskola är grundad år 1992 och är därmed en av de äldsta naturskolorna i Finland. En av naturskolans styrkor är att den betonar verksamhet som man kan göra tillsammans och att skolan har en mångsidig närmiljö. Naturskolans undervisning är praktisk samt erfarenhets- och upplevelsebaserad. Utgångspunkten för undervisningen är elevernas egna erfarenheter och observationer. Oberoende av årstid befinner man sig till den största delen av tiden utomhus vid naturskolan. (<https://www.villaelba.fi/nuorisokeskus/luontokoulu/>.) Markku Hukari har arbetat vid Ungdomscentrum Villa Elba sedan år 2005. Han är vildmarksguide till utbildning och vistas mångsidigt ute i naturen. Han har i början av sin karriär arbetat bland annat som naturföretagare.

Naturworkshopparnas målsättning för den senare JOPO-gruppen var att inkludera nya elever i gruppen och att ge dem lyckade erfarenheter och naturupplevelser. Under den första workshoppen bekantade gruppen sig med närmiljön genom att vandra längs naturstigen mot fyren och samtidigt göra olika gruppuppgifter. Ungdomarna njöt av matsäcken ute i naturen. De fick också titta på fåglar med kikare och söka skatt. Som sista programpunkt efter vandringen samlades gruppen för att grilla vid brasan. Därefter fick eleverna ännu möjlighet att lösa rymningsspelets koder.

Gruppens sista workshop ordnades en rätt kylig men solig dag i februari 2021. Programmet bestod av pilkfiske och spark på isen under ledning av Markku Hukari. Ungdomarna tyckte att pilkfiske var spännande då de lyckades fånga små abborrar! Efteråt var det dags med litet mellanmål och korvstekning vid brasan. Dagen avslutades med att gruppen förflyttade sig inomhus i Elba för att fylla i

responsblanketterna. Ungdomarna som deltog i verksamheten verkade vara livliga och nöjda.



*Bilder: Lena Enlund*

Kiviniitty skolans speciallärare har under årens lopp och även på basen av de erfarenheter de fått från LuoNa-projektet kunnat konstatera att naturbaserad pedagogik stöder lärande. Dessutom fungerar pedagogiken som starkt preventivt social verksamhet och kraftingivande samt är en del av tidigt ingripande.

#### 4.4 Naturen som stöd i integrering av nyanlända kvinnor

Under sensommaren 2019 genomförde projektet för första gången en workshopsrunda med nyanlända kvinnor. Det var kvotflyktingar som hade anlänt året innan från Syrien och totalt hade ungefär 25 personer med sina familjer anlänt till Karleby. Mellersta Österbottens social- och hälsovårdssamkommun, Soites integrationsenhet svarar enligt Karleby stadsfullmäktiges beslut om kvotflyktingarnas mottagning. Integrationsenheten stöder integrationen av flyktingar som anländer till Karleby till det finska samhället under ca 3–4 års tid. Enligt integrations- och socialvårdslagen implementerar integrationsenheten integrationstjänster och -arbete i samarbete med olika myndigheter och organisationer. De nyanlända kvinnorna hade fem workshoppar om och i naturen hos företaget ”Kvikantin Hoiva ja Ratsutila”.

Företaget Kvikantin Hoiva ja Ratsutila befinner sig på ett lugnt område i Karlebytrakten. Företaget ordnar i huvudsak arbetsverksamhet för klienter med

funktionsnedsättning, klienter inom rehabilitering för psykisk ohälsa och drog- och alkoholmissbruk. Företaget tar också emot andra slags klientgrupper. Naturen är hela tiden nära vid gården, bakom manegen eller sett ut genom fönstret. Rörelse och motion är en central del av företagets Green Care-verksamhetsprinciper. Förutom hästar, finnhästen och shetlandsponnyn bor några katter på gården.

Gruppen bestod av fem syriska kvinnor, i åldern 25–42 och av barn som var någon gång med. Gruppen hade varje gång med sig socialhandledare från integrationsenheten. Hos Kvikantin Hoiva arbetar minst en handledare per fem klienter. Gruppen handledes från företagets sida av Meri Mattus. Hon är professionell inom den sociala sektorn, närvårdare specialiserad inom mental- och missbruksvård, handledare inom socialpedagogisk hästverksamhet och Green Care-handledare samt utbildare.

Klienterna hade kunskaper i det finska språkets grunder. De hade bott i Karleby ett år och innan dess 4–6 år i Turkiet. Målsättningen med kvinnornas gruppverksamhet var att bekanta sig med den finska naturen under olika årstider, allemansrätten, de vanligaste växterna och djuren. Viktiga saker under de praktiska workshopparna var att göra saker tillsammans, naturen och djuren, få en trygg känsla, kost, friluftsliv och vila samt möjlighet till upplevelser, nya lärodomar och erfarenheter.

Lantgården innefattar hästarna som är ute, stall, grillplats, tomatodlingar och manege. På basen av kommentarerna var kvinnorna imponerade av manegen eftersom de aldrig skulle ha haft tillträde till ett sådant ställe i sitt hemland. En varm eftermiddag var programmet att plocka bär, blåbär och lingon i skogen. Inomhus tittade gruppen på naturbilder och korta naturvideon. Enligt kommentarerna från handledaren förstods allemansrätten på ett enkelt sätt genom bilder som Meri hade förberett. Hon hade också färdiga info-lappar om olika träd, så att varje deltagare turvis fick ta en lapp, läsa dess text högt och sedan söka det ifrågavarande trädet ute i naturen. Det blev både övning av att läsa på finska och även information om den finska naturen. Därutöver plockade deltagarna olika trädblad för kommande verksamhet. Många av deltagarna målade för första gången med vattenfärger, och här utnyttjade man de tidigare plockade trädbladen på stora affischer. På bilderna kunde man se minnen från det gamla hemlandet. Gruppen fick också föra fram sin syriska kultur på andra sätt. Det kom som en överraskning då gruppen hade förberett syrisk mat som åtnjöts under diskussion om syrisk kultur.



*Bilder: Satu Sundell*

Responsen genomgicks vid slutet av workshopparna med en utvärderingsblankett med smileys. Kvinnorna var nöjda över att ha kommit med i gruppverksamheten och deras respons var positiv. Men Syriens besvärliga situation, Turkiets attack mot Syrien i oktober inverkar naturligtvis på gruppens humör. Svåra saker diskuterades men även ämnen för tacksamhet nedtecknades på kort. Kvinnorna var särskilt nöjda med det att de fick en chans till egen tid, avkoppling och stimulerande verksamhet utanför hemmet. Workshopparnas aktiviteter uppskattades då alla kunde delta i de gemensamma göromålen och på samma gång stärktes deras finska. Kvinnorna skulle gärna fortsätta med workshopparna och de önskade att deras makar kunde få ta del av liknande verksamhet.

Nyanländas förhållande till naturen har beforskats relativt mycket (se t.ex. Gentin 2011; Ordonez-Barona 2017; Gentin-Pitkänen 2019). Naturen är en jämlik plattform och därför särskilt lämplig som verksamhetsmiljö. Naturbaserad integration används överlag allt mer. Klienternas önskan om att verksamheten kunde fortsätta kan förverkligas eftersom ett naturbaserat integrationsprojekt har påbörjats i Karleby under år 2021. Det av europeiska socialfonden finansierade projektet riktar sig till arbetslösa med invandrarbakgrund och koordineras av Yrkeshögskolan Centria.

**Tabell 5.** Beforskade effekter av naturbaserad integration och integrationsprocessens fyra dimensioner.

**Beforskade effekter av naturbaserad integration** (t.ex. Gentin 2011; Ordonez-Barona 2017; Gentin-Pitkänen 2019)

- En ny miljö skapar ramarna för uppkomsten av gemenskapskänslan
- I naturen tar man bättre kontakt med varandra
- Naturupplevelserna främjar ett ansvarsfullt beteende i naturen

**Integrationsprocessens fyra dimensioner** (Esser 1999):

1) Strukturell tillgänglighet

- Tillträde till naturen ökar nyanländas mentala välbefinnande

2) Kulturell dimension/kopplat till kunskap och färdigheter

- Man lär sig ”att tala natur”, naturvistelser är ett sätt att lära sig om kulturen

3) Interaktiv integration

- Naturen som utrymme och redskap för den sociala växelverkan

4) Dimension av identifikation

- Människan fäster sig vid en plats
- Naturens symboliska betydelse
- Positiva känslor för den nya platsen och det nya hemlandet

#### 4.5 Skärgårdens natur väckte många känslor och minnen hos seniorerna från Jakobstads serviceboenden

Jakobstads social- och hälsovårdsverkets deltog under sensommaren 2018 i workshoppar med fem olika äldreomsorgsgrupper i det natursköna Fäboda. Området ligger i en nästan orörd natur, inte alltför långt från centrum. Fäboda område erbjuder fantastiska möjligheter för olika aktiviteter, bland annat Fäboda-Pörkenäs naturstig och Fäboda kaffestuga.

Seniorerna, kring åtta klienter, var varje gång från olika boenden så att så många som möjligt kunde få ta del av fem eftermiddagens program. Seniorerna från boenden hade mycket hög medelålder, kring 85–90 år och nästan alla var i ganska dåligt gång- och flyttskick. Hemvårdens klienter var däremot i relativt bra skick men alla hade något hjälpmedel, käpp eller rollator.

Målsättningen med workshopparna var att aktivera och pigga upp klienterna genom att erbjuda dem naturupplevelser samt glädje och omväxling i vardagen. Företagaren, friluftsguiden Trey Howard var med på workshopparna med sin blivande besökshund Baloo. Maten var högt uppskattad med laxsoppa och efterrätt, vädret var varje gång varmt och soligt. Det planerade programmet, bland annat att gå runt längs med den nybyggda hindersfria naturstigen var mycket utmanande för de allra flesta klienterna. Alla inplanerade programpunkter med Trey kunde inte förverkligas eftersom det gick så mycket tid att inta lunchen och att hjälpa till med att förflytta klienterna. Men fina Baloo var till stor glädje, många ville klappa och mysa med Baloo. Trey hade med sig olika slags material som de äldre kunde känna på och reflektera kring. Detta väckte nostalgiska minnen hos en del av deltagarna. Fäbodas fantastiska miljö fick en av klienterna från demensavdelning att upprepa många gånger hur vackert det är med havet och klipporna. En del av klienterna hade kunnat memorera något från dagen också efteråt.

Klienterna gav ganska mycket muntlig och positiv respons då eftermiddagarna hade erbjudit seniorerna en annorlunda och omväxlande tillvaro vid havet. Ett par av karlarna blev så rörda att de lite smågrät. En klient berättade hur glad hon blev då det sjöngs för henne och det kändes nästan som kalas inför den närmande födelsedagen. En annan dam berättade att hon förr kunde hoppa i bilen och själv köra iväg men det går inte längre och därför var eftermiddagen mycket värdefull för henne. En något yngre man som fått stroke upplevde att han vanligen har så "töögot", tråkigt men det här var trevligt att få komma ut till havet särskilt då han tidigare var en ivrig seglare.

På det hela taget gick det väldigt bra med besöken i Fäboda och uppfyllde sina målsättningar. Vädret var väldigt fint varje gång. Klienterna var väldigt tacksamma och njöt av naturen. Några hade naturligtvis upplevt Fäboda tidigare i ungdomen och det skapade många minnesbilder. Workshopparna kom att motivera både patienterna och personalen att gå ut, och några av klienterna var på promenad dagen efter besöket till Fäboda. Klienterna var tacksamma över eftermiddagarna och någon frågade vem de ska tacka eftermiddagen för – LuoNa-projektet!



Kalevi Jylhä teki kävelylenkin Fäbodan maisemissa Leslie Skogin avustamana. PIIRKO HÖGKULLA

## Luonnollista tukea elämään

Fäboda tarjosi parastaan päivästä merenrannalla Green care -projektin merkeissä nauttineille ikäihmisille.

### PIETARSAARI

- Kiva paikka. Ilma on ihana ja tämä on oikein virkistävä vaihtelua arkeen, tuumi **Kalevi Jylhä**, yksi Koivurinteen asukkaista. Fäboda-päivän päätteeksi.

Oli kuljettu uutta, esteetöntä pitkosopkua meren rannalle, nautittu lohisoppaa - joka sai vierasryhmän kuuluvailta entiseltä keittäjältä täydet kymmenen pistettä. Oli hellytyksiä terapiakoiraksi opiskelevaa Baloota ja tutustuttu sen isännän, eräopas, Green care -yrittäjän Frey Howardin johdolla luonnonmateriaaleihin tuohesta pahlkaan. Niiden pinta tuntui mukavalta sormien-



Eräopas, Green Care -yrittäjä Frey Howard, terapiakoiraksi opiskeleva Baloo, projektin vetäjä Lena Enlund Centrasta, erityisliikunnanhjoaja Marja Eriksson, koulutussuunnittelija Pia Nyman ja liikuntatoimenjohtaja Tove Jansson. PIIRKO HÖGKULLA



*Bilder: Pirkko Högkulla, Pietarsaaren sanomat 15.8.2018 och Lena Enlund*

**Tabell 6.** Naturens positiva inverkan på äldre (Erja Rappe 2000).

### **Naturens positiva inverkan på äldre**

- *Naturen ingiver hopp, stillar sinnet, frambringar känslor av lättnad och frihet*
- *Lindrar rädslor, bekymmer, depression och ångest*
- *Dåligt humör försvinner och ersätts av bättre humör och glädje, något som stärker sinnets resurser*
- *Naturen medför multisensorisk stimulans eftersom naturen kan förstås med alla sinnen*
- *Naturen väcker intresset, associationer och minnen från det levda livet*
- *Sinnesupplevelserna kan vara fascinerande, skapa positiva känslor och lindra smärtekänslor*
- *Kan minska hjälplöshet och avsaknad av social växelverkan och önskan att isolera sig*
- *Naturen lockar till aktivitet, rörelse och utevistelse förbättrar sömnen, minskar fallrisken, fysiologisk stress minskar*
- *Daglig vistelse utomhus är viktigt för de äldres funktionsduglighet och hjärnhälsan, desto viktigare ju sämre kondition*
- *Förebygger minnessjukdomar och lindrar symptom, minskar medicineringens behov*
- *Till och med korta utevistelser förbättrar sinnesstämning och naturen är till nytta också för äldre med svåra minnessjukdomar.*



Källa: Erja Rappe (2000). *Luonto ikäihmisten terveyden tukena, kansanterveyttä metsästä*. Ikäinstituutti. Bild: Martta Ylilauri

#### 4.6 Församlingsbor tog del av välbefinnande från naturretreat

Det ordnades tre workshoppar under våren och sommaren 2019 för Närpes församlingsarbetare, förtroendepersoner och volontärer, samt hösten 2020 efter coronapausen en dags retreat i Ståbacka by i Närpes vid Frank Mangs Center och dess omgivning (<https://frankmangscenter.fi/se/ymparisto.html>). Målsättningen med retreaten var att stöda deltagarnas avslappning och återhämtning genom att tillsammans bli stilla med hjälp av naturens effekter på välbefinnande. Workshopparna handledes av Susanne Blomqvist från företaget Silver Rose. Hon är förutom diakon, även utbildad retreatinstruktör och hon har studerat grunderna i Green Care-studier.

Totalt deltog 11–12 deltagare i workshopparna som genomfördes som retreat. Retreaterna började med gemensamt morgonmål där det berättades om dagens innehåll och om Green Care-verksamhetens principer. Under retreaterna var det möjligt att stilla sig och meditera i den vackra gården eller i den närbelägna retreatstigen i skogen med utplacerade texter och meditationsuppgifter. En av höstens retreat var en regnig dag och därför förflyttade sig deltagarna ut från regnet inomhus för att njuta av lunch under lugn musik och den värmande spisel. Enligt responsen bidrog allt detta till att stöda deltagarnas välbefinnande. Eftermiddagens program bestod av en ett par kilometers retreatvandring som slutade i den närbelägna fiskehamnens renoverade fiskestuga. Där samlades gruppen för en gemensam andaktsstund och för att avnjuta kaffe i en fantastisk havsmiljö under fågelsång. Retreaterna fortsatte fram till de gemensamma kvällsmiddagarna varefter deltagarnas erfarenheter genomgicks och responsblanketter samlades.



*Bilder: Martta Ylilauri*

En motsvarande workshop ordnades i augusti 2020 för Vasa svenskspråkiga församlingsarbetare och andra intressenter. Den endags långa retreaten hölls vid Alskat lägergårds havsstrand och dess naturområde. Susanne Blomqvist från företaget Silver Rose fungerade som handledare även i denna workshop med 12 deltagare. Det fanns möjlighet till att stilla sig och till meditation med hjälp av texter och meditationsuppgifter utsatta i närmiljön. Förutom deltagande i naturretreaten fanns det möjlighet att delta i mässa och i en halvtimmes personlig diskussion. Enligt responsen från deltagarna var deltagarna på det hela taget nöjda med dagen.

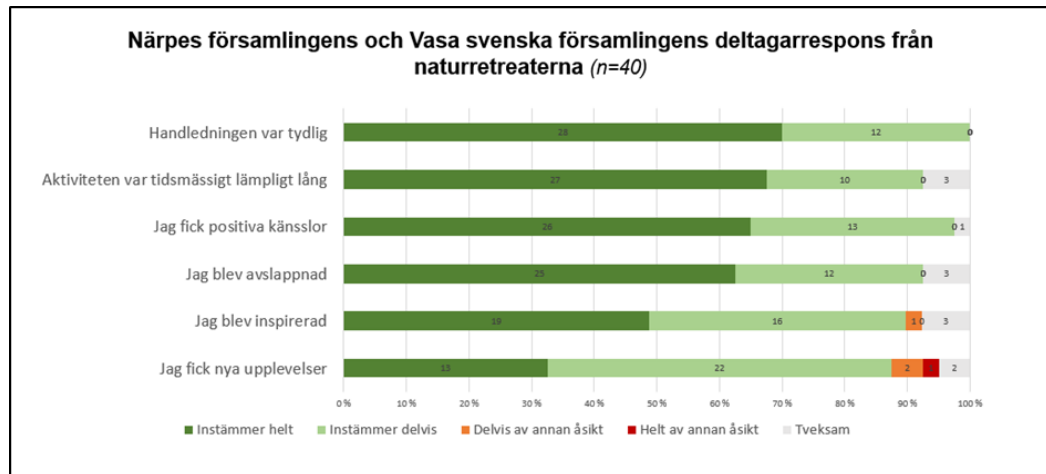
*Människornas immunförsvar får en boost av skogsvistelsen och redan efter bara fem minuters vistelse sjunker puls och blodtryck. Stressen och ångesten minskar av vistelse ute i skog. Enligt forskning behöver skogen dock vara över 70 år gammal och mer än 16 meter hög för att ha avsevärt höga värden sett ur rehabiliteringssynpunkt. (se t.ex. Stolz J. et al., 2016.) Bild: Martta Ylilauri*



### Deltagarnas kommentarer:

- *Fin dag i fin miljö*
- *Jag uppskattade mycket naturstigen med citaten och frågor. Frågorna väckte tankar.*
- *Bra helhet. Lugnt och behagligt.*
- *Skönt. Deltar gärna flera gånger. Viktigt att våga lyssna till mitt inre.*
- *Lämpligt stor grupp. En bra dag. Tack, tack!*
- *Tystnaden gjorde mig kreativ och var behaglig.*
- *Dagen var bra planerad med många fina detaljer.*
- *Bra med vilorum.*

- *Naturen fungerade som en famn och inramade retreaten med värme och inspiration.*



**Figur 5.** Närpes församlingens och Vasa svenska församlingens deltagarrespons från naturretreaterna (n=40).

På basen av erfarenheterna och klientresponsen från workshopparna (Figur 5) kan man konstatera att naturretreaterna var lämpade för denna klientgrupp och man kommer att fortsätta med liknande verksamhet under församlingens egen verksamhet även efter att projektet tagit slut.

#### 4.7 Socialpsykiatriska föreningens klienter tog del av välbefinnande från hästverksamhet

Österbottens socialpsykiatriska förening rf. främjar mental hälsa, utvecklar tillgång till tjänster och gör preventivt arbete inom mentalvården samt utvecklar kvaliteten ([www.pspy.fi](http://www.pspy.fi)). Under juni-september 2019 ordnades fem och under augusti-september 2020 fyra workshoppar inom socialpedagogisk hästverksamhet för föreningens klienter och personal. Workshopparna genomfördes med 6–7 klienter på Stall Långvik i Sulva, i Vasa. Mira Huhta från Hästverksamhet Laukki svarade för handledningen tillsammans med Fredrika Sourander som under projektiden började sin verksamhet som lätt entreprenör. Workshopparnas målsättning var att öka klienternas aktivitet, sociala färdigheter och växelverkan samt det allmänna välbefinnandet och motivationen för rehabilitering.

Hästverksamhet Laukki är ett registrerat, privat företag inom sociala tjänster. Företaget erbjuder som rehabiliterande verksamhet socialpedagogisk hästverksamhet för barn, unga och vuxna inom Vasaregion. Företagaren,

socionomen och instruktören för socialpedagogisk hästverksamhet, Mira Huhta arbetar med sina klienter vid Stall Långvik som är beläget vid Munsmo vackra by Sulvas vackra kulturmiljö, 14 kilometer från Vasa. Stall Långviks estetiska och trygga landsbygdsmiljö skapar trivsamma ramar både för människor och för de skolade och till verksamheten välanpassade hästarna. Mira är sedan 2011 utbildad instruktör inom socialpedagogisk hästverksamhet från Ypäjä. Därefter har hon vid sidan om tjänsten som kurator använt sig av socialpedagogisk hästverksamhet och är nu företagare på heltid. Miras samarbetspartner, Fredrika Sourander är utbildad instruktör inom socialpedagogisk hästverksamhet och magister i utvecklingspsykologi.

Laukkis verksamhet är holistiskt och inkluderande, där deltagaren får vara med i många olika roller. Verksamheten grundar sig på socialpedagogiskt tänkande, där individen är en viktig del av gemenskapen, men värdefull också som självständig individ. Ett viktigt element vid sidan om verksamheten är att reda ut uppkommande tankar och känslor endera genom diskussioner eller till exempel med olika känslkort.

*Socialpedagogisk hästverksamhet är ett bra alternativ, då man vid sidan om diskussion vill ha aktivitet eller då man behöver mer motivation för rehabilitering. Typiska orsaker som figurerar i bakgrunden är mentala problem, skol- och studieproblem, ensamhet, svaga sociala färdigheter eller till exempel koncentrationsproblem. Hästverksamhet Laukki uppgör målsättningar och individuella planer för klienten eller familjen, ofta tillsammans med förmyndaren och socialarbetaren eller handledaren. Ett typiskt serviceförhållande är till exempel en period på några månader eller ibland ca ett år. Perioden innefattar 10–30 gångers serier beroende på i frågavarande klientens behov. Tjänsterna betalas vanligen av socialverket, ungdomshem, föreningar eller andra parter som fört klienten till tjänsten. Vid sidan om individuella tjänster erbjuder Laukki preventiv gruppverksamhet. Laukki besöks även i viss mån av klienter som betalar för sig själva. (Mira Huhta, Hevostoiminta Laukki.)*

**Tabell 7.** De centrala principerna vid Hästverksamhet Laukki (Mira Huhta).

***Hästverksamhet Laukkis centrala principer***

- *Gemenskap*
- *Delaktighet*
- *Aktivitet*
- *Upplevelsebaserat*
- *Växelverkan*
- *Trygghet (fysisk, psykisk och social)*

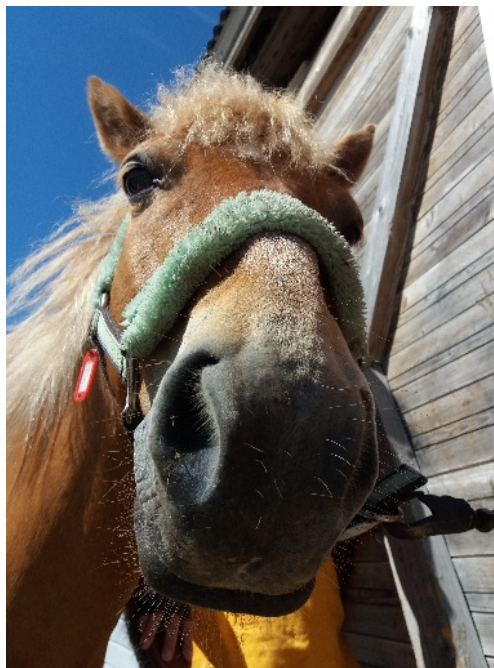
Sett från deltagarnas synvinkel innebär den första workshoppen en mängd olika saker som kan upplevas som påfrestande; en ny grupp, ny situation, den gemensamma transporten och framme en ny stallmiljö med hästar. Endast Mira hade i förväg varit och presenterat sig för klienterna vid ett möte ordnat av föreningen. Deltagarna började workshoppen med att bekanta sig med stallet och för att därefter reflektera över hästarnas arttypiska uppförande. I början av varje workshop fick varje klient med hjälp av olika känslkort berätta om sina känslor för att på så vis underlätta gruppens reflektioner och sociala delaktighet. Klienterna hade redan under andra workshoppen bildat sig till en grupp.

Under workshopparna deltog klienterna i skötseln av hästarna, som borstning, rengörande av hovarna och med att leda hästarna på gården och i den natursköna närmiljön. Flera av klienterna uppskattade det att de under höstens workshoppar fick möjlighet att pröva på ridning. Workshopparna avslutades med en kaffestund och diskussioner kring dagens erfarenheter. Gruppmedlemmarna förband sig väl till verksamheten och var ivrigt med i de gemensamma göromålen.

**Klienternas kommentarer:**

- *Trevlig verksamhet, som jag har drömt om länge, roligt att få göra saker.*
- *Jag vågade mig på hästens rygg, fast jag först var osäker. En lugn känsla.*

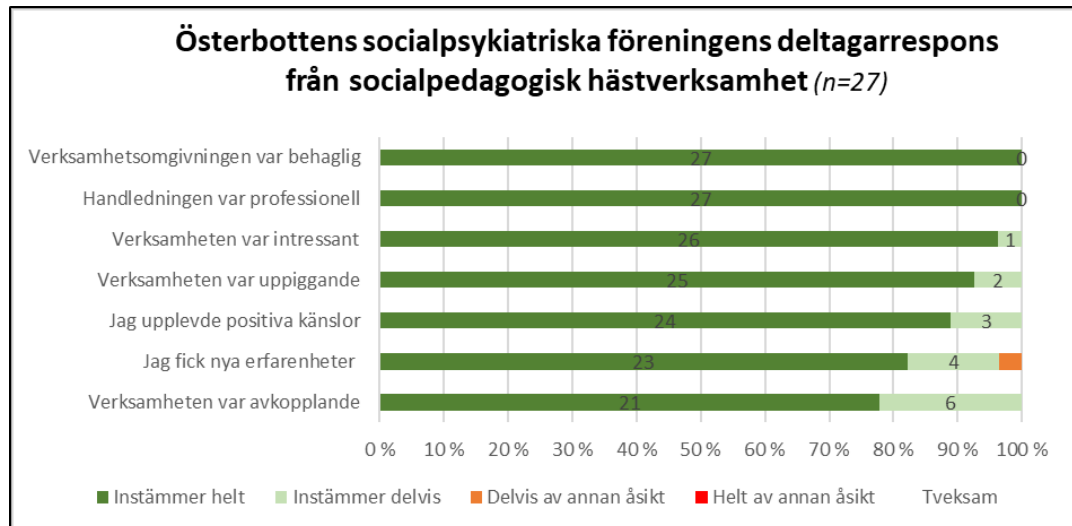
- *Jag var ångestfylld innan jag kom hit men plötsligt märkte jag att jag var helt avslappnad och fokuserad på hästarna och verksamheten. En verkligt frigörande känsla blev kvar! Tack!*
- *Verksamheten förbättrade humöret.*
- *Gott om individuell handledning. Jag upplevde att jag blev hörd, både från handledarna och hästarna.*
- *Tack för härliga upplevelser. Det var skojigt!*
- *Uppiggande, inspirerande och jag blev uppmuntrad. Jag upplevde att jag blev hörd och härlig växelverkan både med handledarna och hästarna. Tack för de fina stunderna vid stallet (hjärta).*



Bilder: Martta Ylilauri

Mot slutet av workshopparna kom klienterna samman för en gemensam kaffestund där man samlade in deras skriftliga respons (Figur 6; Bilaga 3). Kaffestunden fungerade samtidigt som en reflektiv diskussion. Även handledarna gav respons efter varje workshop samt i slutvärderingens gemensamma diskussion. Instruktörerna såg många olika saker som främjade klienterna i deras sociala rehabilitering. Klienterna gillade verksamheten och berättade att humöret hade förbättrats och att problemen hade glömts bort under hästverksamheten. Klienterna upplevde återhämtning, social samhörighet och att den sociala förmågan hade förbättrats i samarbete med andra. Hästverksamheten stärkte deltagarnas självkänsla och gav mod till att angripa olika saker och klara av dem på ett självständigt sätt. Hästverksamheten lärde också åtagande, ansvarstagande och

förtroende. Klienternas naturförhållande förstärktes av stallens naturmiljö och särskilt av den så kallade kraftstigen. Ridningen hade en positiv inverkan på klienternas bemästrande av kroppen.



**Figur 6.** Österbottens socialpsykiatriska förenings deltagarrespons från socialpedagogisk hästverksamhet (n=27).

Instruktörerna berättade att det var fint att notera klienternas personliga tillväxt och mod under och också efter hästverksamheten: en av de unga vuxna beslöt att delta i hästassisterad Nuotti-utbildning och en annan till rehabiliterande arbetsverksamhet vid häststall. En av deltagarna berättade att hon önskade fortsätta med hästhobbyn tillsammans med sitt barn. En annan klient blev uppmuntrad att på nytt efter en lång paus börja med hästhobbyn och fortsätta med det som stöd för rehabiliteringen. Hon funderade också på att börja studera till hästskötare vid Mellersta Österbottens yrkesinstitut i Kaustby.

Enligt instruktörernas uppskattning lämpar sig hästverksamhet väldigt bra för denna typ av grupp och hästverksamheten har haft en stor inverkan på många klienters egenmakt och tillväxten av självkänslan. Den sociala rehabiliteringen förverkligades bra i små grupper då man bekantade sig med varandra när man lärde och gjorde olika saker tillsammans. Enligt responsen från egna handledarna och deltagarna skapade stallens trevliga och lugna handledare en trygg atmosfär. Den lugna effekten ökades av Stall Långviks rogivande landsbygdsmiljö med sina idylliska byggnader. Behovet av individuellt stöd beaktades väl i verksamheten. Det var viktigt sett från deltagarnas synvinkel att hästverksamheten hade två instruktörer så att alla deltagare kunde beaktas enskilt. Den sista workshoppen hade med sig en extra instruktör som var med och handledde kärrkörningen. En bekant

egeninstruktör hjälper till att öka upplevelsen av trygghet. Verksamheten var på det hela taget välplanerat och ändamålsenligt.

Verksamhet som utfördes i workshopparna går att utnyttjas både som enstaka rekreationsevenemang och som långvarigare processer. Då samma grupp deltar flera gånger och verksamheten är regelbundet kan man ännu mer effektivt utnyttja gruppdynamiken och socialpedagogiska hästverksamhetens principer (gemenskap, delaktighet, aktivitet). Samarbetet som påbörjades inom LuoNa-projektets workshoppar har fortsatt under våren 2021 då motsvarande stallgrupper från Österbottens socialpsykiatriska förening deltog i hästverksamheten med den tionde träffen. Detta var något som instruktörerna ansåg vara mycket lyckat.

Projektets workshoppar förverkligades som ett samarbete mellan tre företagare, där huvudansvaret för handledningen handhades av Mira Huhta från Hästverksamhet Laukki, med assistens från Fredrika Sourander. Nora Brandt och Ville Klemets från Stall Långvik erbjöd verksamhetsmiljön och de till verksamheten skolade och lämpade hästarna. Detta verksamhetskoncept som baserar sig på ett mångprofessionellt nätverk, är ett utmärkt exempel på fördelarna med att förena mindre företags resurser och kompetens inom Green Care-verksamhet.

**Tabell 8.** Nycklarna till ett gott företagssamarbete (Mira Huhta, Hevostointominta Laukki).

#### **Nycklarna till ett gott företagssamarbete**

- Kompletterande av tjänsterna i stället för konkurrens, förmåga att nätverka
- Förenande av olika kompetensområden och resurser
- Delade värderingar och utgångslägen i verksamheten, förståelse av socialpedagogisk verksamhet
- Klar uppfattning om samarbetet (t.ex. ersättning enligt antal djur och användning av stallmiljön)
- Öppenhet, flexibilitet, gemenskap
- En gemensam vilja att utveckla verksamheten och yrkeskompetensen

## 4.8 Lantgårdssupplevelser som stöd i seniorers hemvård

Soites tjänster säkerställer seniorers välbefinnande i deras egna hem, serviceboende eller anstaltboende. Av kommunborna som fyllt 75 år är ca 92 procent hemmaboende inom Soites område. Hemhjälpen bidrar till att seniorerna klarar av hemmaboendet. ([https://www.soite.fi/senioreiden\\_palvelut](https://www.soite.fi/senioreiden_palvelut).) Workshopparna med klienter från Soites Lochteå område genomfördes hos Niemi-Erkkiläs får-farm. Under hösten 2019 ordnades fem workshoppar i vilka 5–7 kvinnor och män i åldern över 70 deltog, samt i en del av workshopparna deltog också en av Soites assistenter.

Niemi-Erkkiläs ekologiska får-farm är belägen nära Vattaja Natura-område och är därmed ett fantastiskt område med havsstränder och skog med tanke på bl.a. skogsbadsövningar. Farmens värdinna är Saija Niemi-Erkkilä, som är utbildad socionom och skogsbadsinstruktör. Man kan bekanta sig med får-farmens vardag, delta i att sköta djuren eller koncentrera sig på att kela med fåren. De slingrande skogsstigarna inbjuder en att utforska naturens under från skogen till havsstranden och efter vandringen kan mellanmål avnjutas vid vindskyddets sprakande brasa nära intill farmen. Tillsammans med en skolad handledare kan man fara ut på en skogsbadstur som beskrivs som kraftingivande eller man kan bekanta sig med den artrika naturen som en del av Green Care-verksamhet. Farmens tjänster innefattar även landskapsvård.

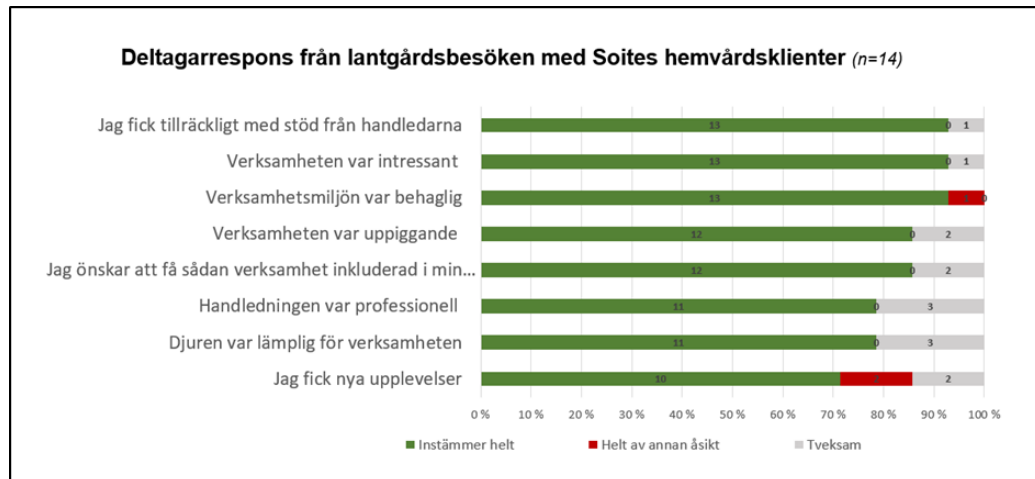
Farmen erbjuder Green Care-tjänster bl.a. för barnfamiljer med behov av särskilt stöd också för seniorer i och med att farmen deltog i projektet. Målsättningen med verksamheten som riktar sig till barnfamiljer är att stöda familjens interna växelverkan med hjälp av kraftingivande, naturbaserade välbefinnandetjänster. Teman för verksamheten riktad till seniorerna har bl.a. varit att bekanta sig med farmens djur och på det sättet frambringa gamla minnen.

Workshopparna med klienter från Lochteå hemvård började alltid med busskjuts endera från klienternas hem eller från serviceboenden. Busstransporten upplevdes som en mycket viktig del av servicen och något som möjliggjorde workshopparna. Den första workshopen bestod av att bekanta sig med farmen och dess omgivning, med djuren och de andra klienterna i gruppen. Den andra gången fick klienterna göra närmare bekantskap med hästarna och fåren. Många kom ihåg olika minnen från krigstiden. Det blev livlig diskussion i gruppen t.ex. om hur hästar användes i det dagliga arbetet på bondgårdarna. Då klienterna pratade utanför får-hagen kom någon ihåg en gammal ramsa om hur länge en tacka är dräktig; *”Katten två, hunden tre, suggan fyra, tackan fem och husmor tillsammans med sina kos-sor nio”*.



*Bilder: Satu Sundell*

De följande workshopparnas ordnades ibland utomhus och ibland inomhus. En av gångerna fick gruppen bekanta sig med grannens hundvalpar. Många av deltagarna ville ta valparna i famn under tiden som man diskuterade om djur, krigstiden och annat från gamla tider. En del av klienterna var i sämre fysiskt skick och därför beaktades klienternas önskemål och vädret i verksamheten. En särskilt blåsig kall eftermiddag betraktade gruppen fåren endast en kortare stund och föredrog brasan inomhus där Saija berättade om fårull och hur man förr och numera behandlar den. Deltagarna fick också själva pröva på kardning och spinning. Detta var något som flera av deltagarna hade erfarenhet av och kunde. Kaffestunden var en väntad och trevlig stund. Varje workshop slutade med att man satt sig ned vid kaffebordet, njöt av att få vara tillsammans och att bli hörd. Gruppen upplevde farmbesöken som uppiggande och positiva. Det framfördes önskemål om att få fortsättning på en liknande verksamhet.



**Figur 7.** Deltagarrespons från lantgårdsbesöken med Soites hemvårdsklienter (n=14).

#### 4.9 Naturretreater som stöd i psykisk rehabilitering

Vaskoolis klienter från Vetil och dess närområden deltog i två eftermiddagars workshoppar hos Emmes Retreat i Nedervetil under försommaren och fortsätter i augusti 2021. Vaskooli är en del av Mellersta Österbottens socialpsykiatriska förening rf, och erbjuder sina tjänster åt psykiatrins klientel i Vetil och dess omringande kommuner. Vaskooli bjuder på mångsidig verksamhet, bland annat handledd gruppverksamhet, öppen arbetsverksamhet och verksamhet med låg tröskel. Vaskooli eftersträvar att i mån av möjlighet använda sig av Green Care -metoder i sin verksamhet och deltog i projektet för att testa naturretreater tillsammans med sina klienter.

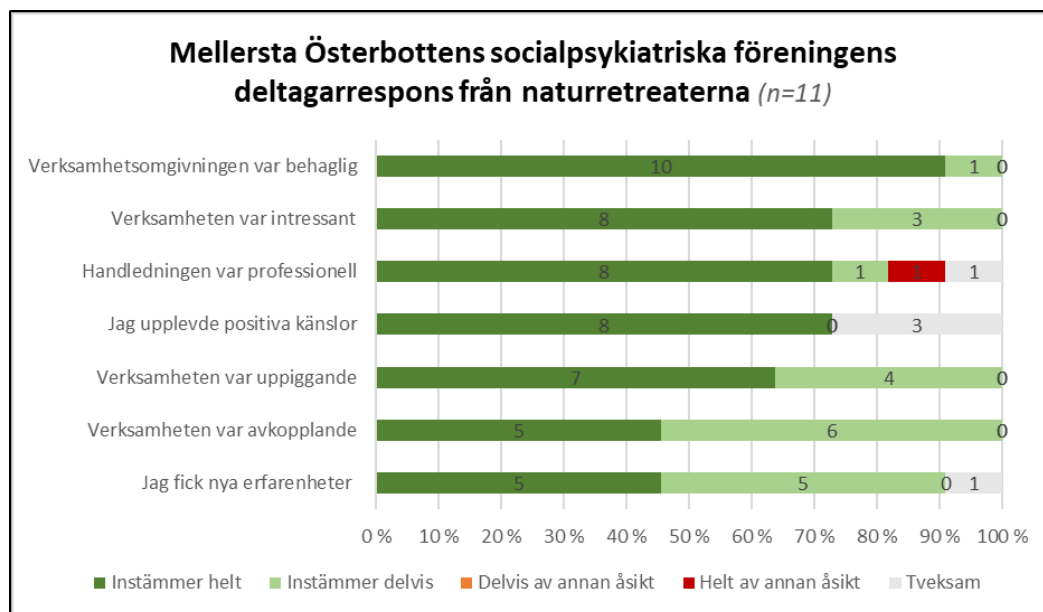
Emmes Retreats ägare och entreprenörer, Ulla-Beth Mäki-Jussila och Henrik Wiik, har förverkligat sin dröm om ett mindre stressigt liv och vill erbjuda det samma också till andra via sitt företag (<https://www.emmesretreat.fi/fi/etusivu/>). Ulla-Beth är utbildad familjeterapeut, psykoterapeut, arbetshandledare och avslappningsinstruktör. Henrik är ursprungligen byggnadsingenjör, men har sedan dess studerat till yogainstruktör. Henriks planerings- och konstruktionskompetens har varit till stor nytta eftersom han har både planerat, ritat och varit med och byggt Emmes Retreat, som utgörs av en unik sammansättning av trädkojor i skuggan av rejäla tallar, belägna i mitten av ett naturskönt sjölandskap. Till Emmes Retreats utbud av tjänster hör bl.a. lugna retreatar, yoga, naturupplevelser, paddling, cykling, vandring, skogsyoga, meditativa promenader, samt olika skräddarsydda paket för företag, föreningar och organisationer.

Antal deltagare har varit fem till sju klienter i åldern 20–60 och varav två män. Vädret var fint och andra gången fick gruppen ta del av en ordentlig värmebölja. Klienterna fick uppleva Ulla Beths handledda skogsbad i den sagolika skogsmiljön med alla sina sinnen. Hunden Nando följde gärna med i sina egna spår efter gruppen. Henrik hade byggt en fantastiskt fin flotta som alla, efter lite diskussion, övertalning och flytvästar vågade hoppa ombord på och som sista deltagare lyckades också Nando hoppa på flottans skjuts. Deltagarna njöt under tystnad av den lugna farten, den vackra och stilla sjön. Det fanns även möjlighet att prova på att åka med kanot men ingen av klienterna ville ta den chansen. Deltagarna såg fram emot att få grilla korv vid grillplatsen trots att vädret var väldigt varmt den gången. Klienterna sökte sig till olika platser, någon ned till stranden, någon till grillplatsen och några till verandans skugga.



*Bild: Lena Enlund*

Emmes är ett väldigt lämpligt ställe för att bara ta in naturen och vara närvarande i stunden. Det visade sig att detta kunde tydligare beaktas i fortsättningen eftersom det hände sig att någon klient blev borta på grund av fysiska begränsningar. Workshopparna lyckades väl och på det hela taget var klienterna nöjda. I respon- sen framkom det bland annat att klienterna upplevde verksamheten som avslappnande, verksamhetsmiljön som lämplig och handledningen som professionellt (Figu- r 8).



**Figur 8.** Mellersta Österbottens socialpsykiatriska föreningens deltagarrespons från naturretreaterna (n=11).

Emmes Retreat var också en av de nationella Green Care -dagarnas 2019 besöksföretag. Under workshopen fick deltagarna höra företagarparets berättelse och beskrivning av deras verksamhet, och man fick också bekanta sig med både in- och utsidan av flera av trädkojorna som är byggda flera meter över marken. Programmet bjöd också på avslappningsövning i närskogen och eftermiddagskaffe i den stämningsfulla huvudbyggnaden. Workshopen hade 13 deltagare från hela Finland samt en deltagare från norra Sverige.

#### 4.10 Stöd och ny inspiration av lantgårdsbesöken till förskoleverksamheten

Pilkes motionsbaserade daghem Loikka erbjuder förskoleverksamhet för barn i åldern 0–5 år. Daghem Loikka är ett daghem som betonar motion och dess målsättning är att barnen finner glädje i motion och en motionsbaserad livsstil. Den här betoningen på motion syns i daghemmets vardag till exempel i form av utflykter, dagliga gårdslekar, motionsbaserade musikstunder och handledda motionsstunder. Olika slags motionsgrenar provas på mångsidigt i verksamheten, till exempel simning, brottnings för smättingar och cykling. (Pilkepäiväkodit 2021.) Daghemmets personal besökte under sommaren 2019 Hakamaa mjölkgård vid Storkyro Lehmäjoki och beslöt på basen av besöket att ta del i projektets verksamhet.

Gårdens ägare Sari Hakamaa har lång erfarenhet av bland annat att jobba med unga på lantgård, också före deltagande i projektet hade en daghemsgrupp en gång besökt gården. Dottern Kati Hakamaa har grundexamen inom social- och hälsovård (arbete inom mental- och drogmissbruk) och hon studerar till agrolog. Kati är mycket intresserad av djur- och lantbruksbaserad verksamhet med olika slags klienter. På gården finns möjlighet till bland annat att sköta kor, höns, katter och hundar samt att delta i varierande verksamhet på lantgården och i dess omgivning. Verksamheten för daghemsgrupperna planerades enligt barnens behov och ålder. Verksamhetens målsättningar kopplades till daghemmets olika pedagogiska målsättningar såsom miljöfostran, att lära på landet, stärka naturrelationen och utveckla sociala färdigheter.



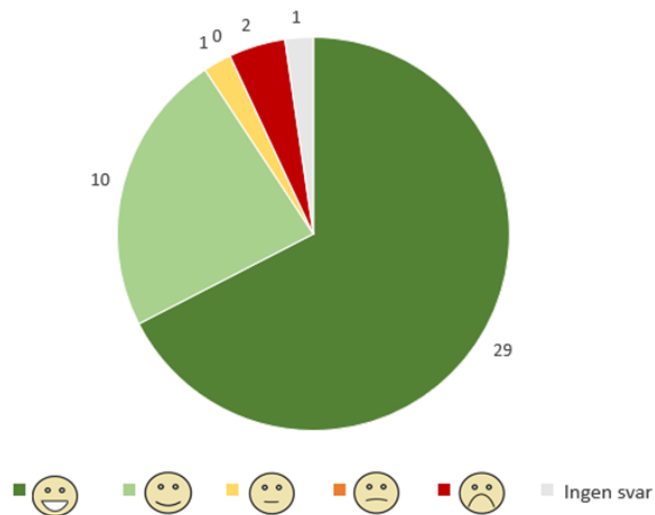
*Bilder: Martta Ylilauri och Kirsi Tikkanen.*

Hakamaa mjölkgård besöktes under hösten 2020 och våren 2021 av sex barngrupper i åldern 3–6 från daghemmet Loikka tillsammans med förskolepersonal. Det fanns möjlighet att bekanta sig med lantgårdens verksamhet, skötseln av djur och att med egna ögon se varifrån maten kommer och vad lantgårdens djur äter. Daghemsbarnen har på lantgården fått mata kalvar och hönor, följa med kossors mjölkning och då de släpps ut på betesmarken. Barnen fick också smaka på färsk mjölk som avkylts i leveranstanken och utforska nyplockade ägg. Barnen tyckte också om att leka med hundarna och bekanta sig med traktorn.

Man ville förverkliga workshopparna så att så många daghemsbarn som möjligt skulle få möjlighet att bekanta sig med lantgårdens verksamhet. Varje gång deltog en ny grupp på 6–10 barn samt två eller tre från daghemmets förskolepersonal. Barnens respons insamlades efter verksamhetens slut (Bilaga 3). Socionomstuderanden Monika Heinonen från Vasa yrkeshögskola var med under de två sista workshopparna för att iaktta verksamheten för sitt slutarbete. Hon deltog i den gemensamma diskussionen mellan daghemmets förskolepersonal, företagaren

och projektarbetaren om utvärderingen av workshopparnas effekter och slututvärderingen.

**Loikka daghemsbarnens deltagarrespons från lantgårdsbesöken (n=42)**



**Figur 9.** Loikka daghemsbarnens deltagarrespons från lantgårdsbesöken (n=42).

Man kan på basen av den respons och de erfarenheter som inkommit konstatera att lantgårdsbesök är mycket lämpliga för den här klientgruppen (Figur 9). Även enstaka lantgårdsbesök stödde daghemmets pedagogiska målsättningar genom att barnen får mycket ny information om lantgårdens djur och deras skötsel. Barnen fick upplevelser av kelande med djuren och smak på nymjölkad mjölk samt erfarenheter av att lyckas då kossor, kalvar och hönsen matades. Barnens uppfattning om den egna närmiljön vidgade deras vyer också under de gemensamma bussresorna.

Under lantgårdsbesöken fick barnen handlett bekanta sig med lantgårdens djur och verksamhet samt komma in i ladugården och andra djurutrymmen. Detta är något som nuförtiden är ganska ovanligt. Även om de flesta barnen själva bodde på landsbygd var till exempel den fysiska närheten till stora djur en ny erfarenhet för många. De lugna djuren fick många av de minsta barnen uppmuntrade att mata eller kela med djuren samtidigt som Sari berättade om hur man på rätt sätt ska bemöta djuren och vikten av god behandling för djurens välbefinnande. Barnen lyssnade noga på det som berättades om djuren. Barnen gjorde skarpa anmärkningar om lantgårdens verksamhet och jämförde det som de hörde och såg med sina tidigare erfarenheter, till exempel genom att berätta om sina egna husdjur.

Enligt responsen, tyckte många av barnen att djurens matning var en mycket trevlig syssla.

*Enligt responsen från förskolepersonalen lyckades till och med de mest livliga barnen koncentrera sig under besöket på att lyssna på det som berättades om djuren och barnen var ivriga på att bekanta sig med djuren. Tankar och kommentarer väckte till exempel det att ett och samma djur kan förekomma i olika storlekar och att det kan komma olika färgs ägg. Barnen tyckte att kossornas mjölk från tanken smakade väldans gott, mycket bättre än "butikens mjölk". Alla var på ett bra sätt trötta efter en resa med många nya upplevelser, lukt och smak.*



*Bild: Kirsi Tikkanen.*

#### 4.11 Livskraft från naturen till gruppverksamheten för psykiatrins klienter

Workshoppar för patienter från Vasa centralsjukhusets psykiatriska öppenvårdskliniken förverkligades under våren och sommaren 2021 tillsammans med fyra företagare. En liten patientgrupp deltog i sex workshoppar där patienterna fick bekanta sig med naturområden nära Vasa och med naturbaserade samt djurassisterade verksamhetsformer.

Deltagarna i *Kraft från naturen*-gruppen var vuxna över 18-åriga patienter från den psykiatriska polikliniken. Gruppens målsättning var att utreda hur naturen kan stöda, lugna ner, återhämta och öka på livskraften samt funktionsdugligheten hos varje deltagare. De innehållsmässiga temana för workshopparna var trygghet, närvaro, lugn, kraft och hopp. Man fokuserade varje gång på ett av dessa teman. Avsikten med varje möte var att hjälpa deltagaren att känna igen hur de i sin vardag kunde förbättra sina krafter genom att utnyttja naturmiljön och djurassisterade verksamhetsformer.

Under våren 2021 samlades gruppen ihop baserat på läkares och terapeuters rekommendationer, patienternas intressen samt beaktande av gruppens funktionsduglighet. På basen av intervjuer valdes 6 personer, 3 kvinnor och 3 män i ålder 20–70 år med i gruppen. Psykologen Marita Niemelä och verksamhetsterapeuten Marja-Leena Myntti stod för gruppens program, helhetsplaneringen, för hela handledningen i den första och sista gruppträffen, psykoedukationen, aktiviteterna och för de terapeutiska delarna. Båda kvinnorna deltog i alla de workshoppar som företagarna ledde.

Gruppverksamheten innefattade individ-, par- och grupparbete. Avsikt var att aktivera växelverkan och utbyte av erfarenheter inom gruppen. Gruppdiskussionerna som deltagarna delade med varandra behandlade natur, erfarenheter relaterade till övningar och hemuppgifter. Avsikt var att varje deltagares naturkontakt stärks med hjälp av gruppens teman, aktiverande övningar och hemuppgifter. Övriga avsikter var att aktivera deltagarnas motionering, igenkännande av sina egna krafter, självkännedom och möjliggörande av självständigt känslöarbete i naturen. Helhetsmålsättningen var att öka kunskapen om naturens effekter på välbefinnande och hur varje deltagare kan medvetet utnyttja naturen som stöd för sitt välbefinnande i fortsättningen. Gruppverksamheten innehöll också teman från psykoedukation såsom trygghet, närvaro, kraft, lugn och hopp. Den psykiska och fysiska funktionsdugligheten behandlades i gruppens psykoedukativa delar och övningar samt ämnen som främjar hälsan holistiskt.

Vildmarksguiden och utbildaren Anita Storm och Ghita Bodman, fårfarmsföretagare Susanne Wik och instruktören för socialpedagogisk hästverksamhet Sirpa Leinola-Schöring och hennes dotter, hjälpinstruktör Beata Schöring stod för verksamhetens handledning under gruppträffarna 2.–5. De fyra företagarna hade utvalts på basen av de kriterier och önskemål som klientgruppen framfört, samt beaktande av verksamhetsformen och företagarnas starka professionella erfarenhet och Green Care-kompetens. Alla workshopparna planerades detaljmässigt i förhand tillsammans med företagarna och psykologen och verksamhetsterapeuten från Vasa centralsjukhusets psykiatriska poliklinik. På så sätt fick man en

gemensam uppfattning om hurudana förhållanden som skulle vara fysiskt, psykiskt och socialt trygga för alla deltagare och hurudana övningar som skulle lämpa sig och främja klienternas individuella egenmakt. De enskilda deltagarnas identitet eller ärenden gällande vården kom under inga skeden till projektets arbetares eller företagares kännedom.

Workshoppen handledd av Ghita Bodman riktade sig till utflyktsområdet söder om Molnträsket, på ca 9 kilometers avstånd från Vasa centrum. Naturverksamhetens teman var närvaro och verksamhet. Verksamheten gick ut på en promenadövning som gällde återhämtning av iakttagelseförmågan, en *fågel-myra-björn* närvaroövning (Bilaga 5) i skogsmiljö och promenad tillbaka till utgångspunkten. Här hade gruppdeltagarna möjlighet att diskutera närmare om områdets utflyktsmöjligheter tillsammans med Ghita Bodman.



Den följande workshoppen genomfördes på Susanne Wiks fårfarm, som är belägen i Korsholm, på ca 9 kilometers avstånd från Vasa centrum. Workshoppens tema var närvaro, där man fördjupade sig i att iaktta fårfarmens vardag och liv. Deltagarna hade möjlighet att mata och kela med fåren samtidigt som Susanne Wik berättade om sin farms verksamhet och fårens arttypiska egenskaper samt deras individuella och personliga beteendesätt.

Workshoppen med temat Kraft förverkligades i Sundom vid Minttu & Mascot stall, på ca 9 kilometers avstånd från Vasa centrum. Sirpa Leinola-Schöring fungerade som handledare och Beata Schöring som hjälphandledare. I denna workshop iakttofs islandshästarnas beteende och deras växelverkan. Deltagarna hade möjlighet att klappa, borsta och leda hästarna enligt instruktion och därefter även självständigt. All verksamhet med hästarna skedde på marknivå.

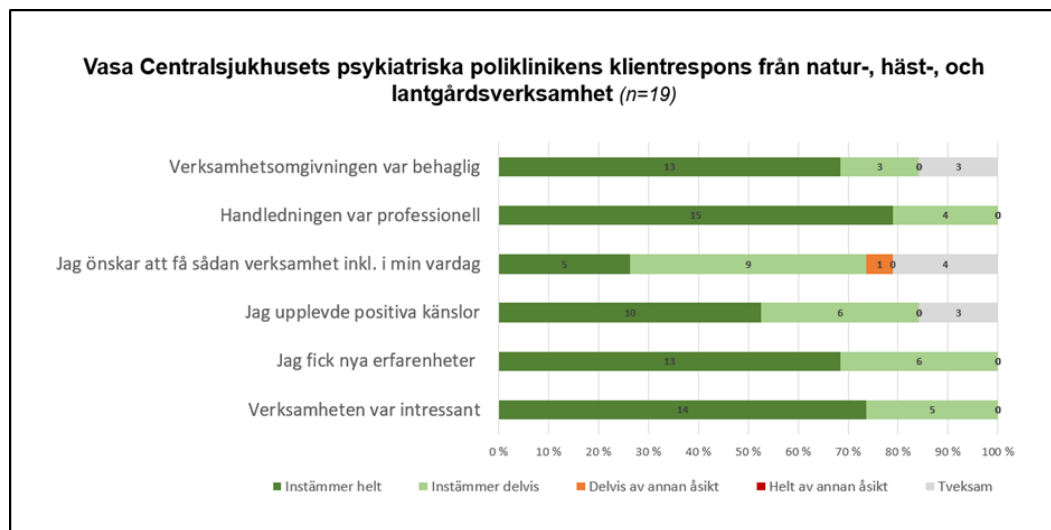


*Bild: [www.islanninhevostalliminttumascot.com](http://www.islanninhevostalliminttumascot.com)*

I den fjärde workshoppen bekantade gruppen sig med Risö naturområde, på ca 7 kilometers avstånd från Vasa. Workshoppen som handleddes av Anita Storm hade lugn som tema. Gruppens deltagare fick själva framställa endera en lugnande eller uppfriskande hudkräm av ringblomma över öppen eld. Intill brasplatsen fanns det möjlighet att beundra naturen och utsikterna även från Risö fågeltorn. Anita presenterade under vägen till brasplatsen naturens mest typiska nyttoväxter och deras smak och användningsmöjligheter.

Från alla workshoppar insamlades respons (Bilaga 10). Sjukhusets personal kommer därtill att förverkliga egen, intern professionell utvärdering om hela serien

med naturverksamhet bland annat som stöd för eventuellt fortsatt utvecklingsarbete.



**Figur 10.** Vasa Centralsjukhusets psykiatriska poliklinikens klientrespons från natur-, häst-, och lantgårdsverksamhet (n=19).

#### Deltagarnas kommentarer:

- **Fårfarmen:** En trevlig upplevelse, fårfarmaren var trevlig. Härligt att få klappa och mata fåren! Fåren var härliga och toleranta. De lät oss glatt komma till deras hem, och de var vänliga.
- **Naturworkshopen, Molnträsket:** Jag gillade att vi tittade på världen från olika perspektiv. Det var intressant att märka hur mycket liv det finns i "myrvärlden". Tack!! Jag gillade det att vi var ordentligt i beröring med naturen. Fågel och myra var de trevligaste. Det var lätt att iaktta naturen från olika perspektiv :) Jag såg också något nytt! Att krama träd var lite för länge, men annars en kul idé:).
- **Naturworkshopen, Risö:** Jag gillade precis allting. Hudkrämen var verkligen enkel och trevligt att framställa. Vägen till fågeltornet var passligt långt. Jag fick nyttiga tips på vad allt man kan pröva på hemma. Härlig handledare, tack!
- **Hästverksamhet:** Trevlig plats, hästarna var snälla:). Den energin som hästarna gav var påtaglig. Handledningen var lika lugn och accepterande som hästarna. TACK!!

På basen av den respons som inkommit från företagarnas workshoppar kan man konstatera att de verksamhetsformer som testats inom projektet är lämpliga eller mycket lämpliga för den här gruppen. Det framkom också att samarbete som ett stöd för rehabilitering för psykiatrins patienter kan vara möjligt att fortsätta med alla de Green Care-företagare som varit med och förverkligat workshopparna endera i smågrupper eller självständigt.



*Kraft från naturen-gruppens handledare Marita Niemelä ja Marja-Leena Myntti.*

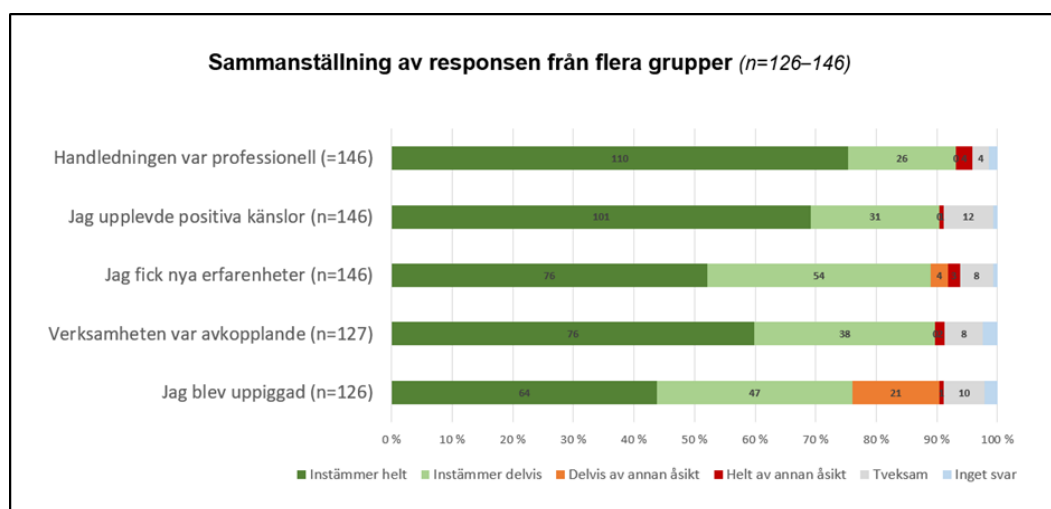
*Bild: Marita Niemelä.*



*Bild: Anita Storm*

## 4.12 Projektets resultat och erfarenheter i ett nötskal

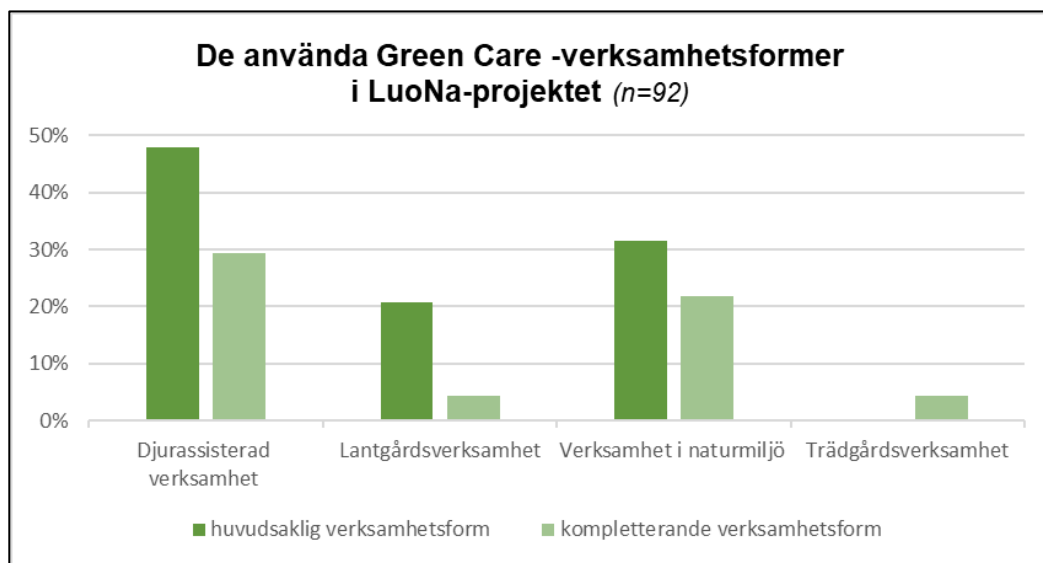
I LuoNa-projektet förverkligades allt som allt 92 naturbaserade workshoppar<sup>1</sup>, som förde samman en mångsidig skara av serviceproducenter, social- och hälsovårds- samt professionella inom fostran och där klienterna kunde ta del av naturens och djurens effekter på välbefinnande. Den gemensamma erfarenheten av de olika workshopparna var att naturbaserad verksamhet är lämplig för alla de olika klientgrupperna som deltog i projektet. Den naturbaserade verksamheten upplevdes vara till nytta för klienternas olika målsättningar.



**Figur 11.** Sammanställning av responsen från flera grupper (n=126–146).

I syfte att stöda klienternas personliga tillväxt och välbefinnande har många olika inspirerande och trygga miljöer uppdragats under projektiden. Projektets mest populära och önskade verksamhetsform var socialpedagogisk hästverksamhet samt workshoppar som riktade sig till naturområden och lantgårdar. Hästverksamhetens popularitet kan förklaras med det att inom båda landskapen finns ett flertal professionella handledare inom socialpedagogisk hästverksamhet och högklassiga och trygga häststall vars skolade hästar lämpar sig även för verksamhet med specialgrupper. Hästverksamhet toppade många klienters önskelista eftersom man har kunnat notera att klienterna är på grund av ekonomiska, sociala eller psykiska hinder ovilliga att på egen hand ta sig till stallen.

<sup>1</sup> Fram till juni hade 90 egentliga workshoppar med klientgrupper förverkligats inom projektet och i samband med Green Care-dagarna 2019 två introducerande workshoppar. De två sista klientworkshopparna som planerats för juni 2021 måste på grund av Covid-situationen flyttas framåt till att förverkligas i augusti 2021.



**Figur 12.** De använda Green Care -verksamhetsformer i projektet.

En del av workshopparna kunde ordnas på ett naturligt sätt då man på nära håll fann en professionell företagare som motsvarade klienternas önskemål. I vissa företag-klientfall har det varit en utmaning att hitta samarbetspar och har det av projektet förutsatt mycket bakgrundsarbete och organisering av företagsbesök. Under våren 2020 innebar Corona-pandemin nya extra utmaningar för projekt-verksamheten som avbröt projektets verksamhet med workshopparna. Dröjsmålen kompensades med att ansöka om förlängd projekttid fram till augusti 2021 och från och med hösten 2020 kunde verksamheten fortsätta med de av pandemin utsatta randvillkoren. Med många klientgrupper i smågrupper och utomhus kunde workshoppar förverkligas eftersom man då till exempel kunde säkerställa säkerhetsavstånd i verksamhetens olika skeden. Under kryssningen av undantagstillståndet fick alla parter värdefulla lärdomar om beaktande av hälsosäkerhet och hygien även med tanke på eventuella kommande epidemier och pandemier.

Under det treåriga projektet spreds mångsidigt information om Green Care-verksamhet och dess effekter genom olika tillfällen och deltagande i olika evenemang. Projektet publicerade nyhetsbrev och kommunicerade om verksamheten i olika kanaler (Tabell 9). LuoNa-projektet var med och organiserade de nationella Green Care-dagarna 2019 i Karleby, Villa Elba 12-13.9.2019. Dagarna sammanförde olika Green Care-aktörer och övriga intresserade av ämnet för att nätverka och ta del av inspirerande seminarier, workshoppar och exkursioner där man kunde bekanta sig med regionens företagsverksamhet. Dagarnas teman var i synnerhet skog, vattenområden, rehabiliterande fiske och hinderfri passage. LuoNa-projektet ordnade i samband med Green Care-dagarna workshoppar hos Niemi-Erkkiläs

fårfarm i Lochteå och hos Emmes Retreat i Nedervetil och kunde på så vis förbättra den nationella synligheten av Green Care-företag inom projektområdet.

**Tabell 9.** LuoNa-projektets evenemang och kommunikation.

| LuoNa-projektets evenemang och kommunikation                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Projektets evenemang och seminarier</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regionala möten i Vasa 23.3.2018, Karleby 4.4.2018 och Jakobstad 6.4.2018</li> <li>• Projektseminarier i Vasa 8.3.2019 och 2.5.2019 i Karleby</li> <li>• Green Care -dagarna i Karleby 12.-13.9.2019</li> <li>• Green Care-seminarium om naturens effekter i Karleby 7.2.2020</li> <li>• Projektets avslutningsseminarium i Pörkenäs, Jakobstad (online-reservation) 20.8.2021</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                     |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
| <p><b>Kommunicering om projektet i andra evenemang och tillfällen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Strömsö trädgårdskväll 7.6.2018</li> <li>• Välbefinnande från skog -evenemang i samband med Vasa City Storm 28.-29.9.2018</li> <li>• Green Care -metoderna i praktiken -seminarium i Seinäjoki 18.9.2018</li> <li>• Skog &amp; Hälsa -tillfälle i Kristinestad 24.9.2018</li> <li>• Skog &amp; Hälsa -tillfälle i Jakobstad 29.9.2018</li> <li>• Grunderna i Green Care -fortbildningstillfällen, i Vasa 28.9.2018 och Jakobstad 9.11.2018</li> <li>• Nationella Green Care -dagar i Vuokatti 30.-31.10.2018</li> <li>• Landsbygdsmässa i Kannus 23.-24.8.2019</li> <li>• Friluftsdag på Norrvalla, Vörå 21.9.2019</li> <li>• Veckan för psykisk hälsa, "Diagnos: Människa" i Vasa stadsbibliotek 20.11.2019</li> <li>• Österbottens socialpsykiatriska förenings Green Care-diskussionstillfälle 29.4.2020 (online)</li> </ul> |                                                                                     |



### Övrig kommunikation

- Projektets broschyr (tryckta 300 st./fin + 300 st./sve)
- Projektets nätsida <https://www.uwasa.fi/fi/tutkimus/hankkeet/luonnollista-tukea-elamaan-naturligt-stod-livet>
- Andra partnerorganisationers och Green Care Finlands nätsidor
- Nyhetsbrev 6 st., beställningar enligt GDPR-förordningen 91 st
- Kommunikation på sociala medier (Fb och Instagram)
- Dagstidningar (Keskipohjanmaa 25.5.2018, Pietarsaaren sanomat 15.8.2018)
- Nätartikel 16.12.2019, <https://leaderpohjanmaa.fi/elaimet-ja-rauha-veivat-anna-salmen-maaseudulle/>
- LuoNa-workshoppar med i Vasa stads Social- och hälsovårdens interna kommunikation
- Artikel Kanava 4/2020: Hoitaja nimeltä luonto – Koronakevät on lisännyt Green Care – palvelujen merkitystä hyvinvoinnin lähteenä
- Nätartikel 19.10.2020: <https://leaderpohjanmaa.fi/luona-hanke-edistaa-green-care-yritystoimintaa-pohjanmaalla/>
- Pohjankyrö-tidning 19.10.2020: Luona-hanke edistää Green Care -yritystoimintaa Pohjanmaalla
- Green Care Finlands nyheter 23.11.2021: <https://www.gcfinland.fi/ajankohtaista/uutiset/Pohjanmaalla-madallettiin-sote-asiakkaiden-kynnysta-luontotoimintaan-ko-keilujen-avulla--392.html>
- Vasa Universitets Minä & tiede -nätföreläsning 18.5.2021, Martta Ylilauri: Green Care – Kestävää hyvinvointia luonnosta
- CentriaNews, 4:03/2021: Jo yli 500 sosiaali- ja terveyspalvelujen asiakasta tullut luonto- ja eläinavusteisten toimintamuotojen piiriin! <https://uutiskirje-tki.centria.fi/archive/show/860196>
- Centria Bulletin, 6/2021: Sote-palvelujen piiriin juurrutettu luontoavusteista toimintaa, <https://centriabulletin.fi/sote-palvelujen-piiriin-luontoavusteista/>
- Publikation om projektets centrala resultat 8/2021

## 5 GREEN CARES FRAMTIDSUTSIKTER

Martta Ylilauri och Anja Yli-Viikari

Intresset för naturens effekter på välmående och Green Care-verksamheten har klart vuxit under det senaste decenniet och i synnerhet under det gångna pandemiåret. Att uppskattningen av naturen och dess inverkan på välbefinnande har ökat hänger samman med samhällsliga strukturförändringar och megatrender som urbanisering, demografisk och teknologisk utveckling, klimatförändringen och andra miljöfrågor samt den ojämlika och polariserade utvecklingen av hälsa och förmögenhet.

Mitt uppe i samhällsekonomiska och strukturella utmaningar bör vi komma ihåg att statistik och regionala sammandrag alltid består av enskilda människor och familjer hos vilka bristen på stöd visar sig som mänskligt lidande eller förlorade möjligheter. Ökningen av ekonomisk och social ojämlikhet slår hårdast mot vardagen för just personer som är i svagast ställning som barn och ungdomar, äldre, långtidsarbetslösa, personer med utvecklingsstörningar samt personer som lider av alkohol- och narkotikaproblem eller andra kroniska sjukdomar som behöver särskilt stöd, vård eller rehabilitering. (se Bardy 2011: 341; Ylilauri 2018: 9–10.)

Naturbaserad verksamhet som grundar sig på multiprofessionell undersökning av välmående kan allmänt främja hälsa och välmående hos olika klientgrupper. De viktigaste effekterna uppnås i synnerhet hos klientgrupper i svagare ställning och klientgrupper som behöver särskilt stöd genom att man ökar fysiska och psykiska välmående och upplevelser av delaktighet. Genom lokalt producerade närtjänster kan man minska socioekonomisk ojämlikhet genom att öka tillgången på, effekten av och kostnadseffektiviteten i lokala social- och hälsovårdstjänster.

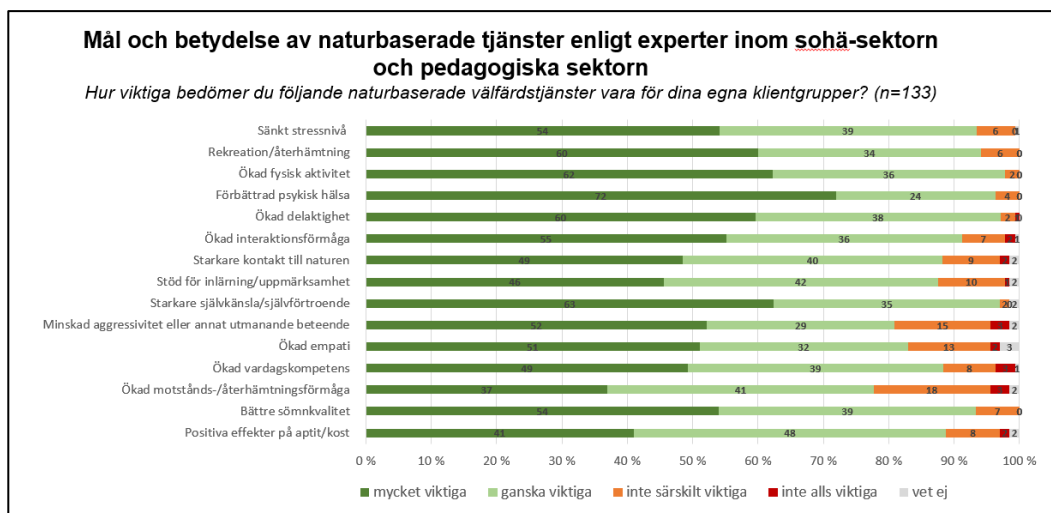
Välbefinnande och ekonomi är bundna till naturens mångfald och andra livsviktiga ekosystemtjänster. Green Care-tjänsteverksamheten förenar på naturligt sätt regionala ekosystemtjänster, lokala landsbygds-, lantbrukar- och naturföretagare, aktörerna inom söhä och pedagogiska sektorn samt klienter som drar nytta av tjänsterna. Green Care kan också ses som en social tjänsteinnovation och som en del av ekosocial förskjutning, hållbar bioekonomi samt grön och ansvarsfull affärsverksamhet som för sin del svarar på utmaningarna i megatrenderna.

Med ansvarsfullt genomförd Green Care-verksamhet är det möjligt att lokalt upprätthålla och stärka ekologiska processer, arters mångfald och landskapsmässig mångfald samt naturens reservkapital. I ekologiskt hållbar tjänsteproduktion

minimeras skadliga verkningar av olika funktioner i luften och klimatet, i jorden, yt- och grundvatten samt i växtlighet och organismer genom att alltid se till att också djur mår bra. (Ylilauri 2018.)

Genom förebyggande, rehabiliterande tjänster kan vi avsevärt minska samhällets kostnader för dyra korrigerande tjänster, höja människors livskvalitet och ge nödvändigt stöd i skapandet av egna vägar mot självständig verksamhet och mera balanserat liv. Green Care -tjänstekoncept har breda tillämpningsmöjligheter. Naturbaserade tjänster erbjuder många nya möjligheter till tjänste- och affärsverksamhet då de identifierbara fördelarna för hälsa och välbefinnande skapar en grund för många aktörer i framtiden (se t.ex. nordicnabs.com).

Stort antal regionala utredningar har påvisat att i Finlands kommuner och på sohä-samarbetsområden finns förstklassigt metodmässigt Green Care -kunnande och naturmiljöer, lantgårdar och andra verksamhetsomgivningar som är lämpliga för verksamheten. På dessa platser är det möjligt att öka och vidareutveckla den naturbaserade tjänsteproduktionen. Inställningen till ibruktagandet av nya metoder och verksamhetsformer som baserar sig på naturens effekter på välbefinnande har varit positiv. Sohä-sektorns och pedagogiska sektorns aktörer har sett att Green Care-verksamheten har många fördelar och möjligheter i synnerhet i stöd-tjänster för barn och ungdomar, mentalvårdsklienter och äldre personer som behöver särskilt stöd. (se. t.ex. Ylilauri 2018; Ylilauri & Voutilainen 2021.)



**Figur 13.** Mål och betydelse av naturbaserade tjänster enligt experter inom sohä-sektorn och pedagogiska sektorn (Ylilauri & Voutilainen 2021).

Många utmaningar är emellertid förenade med ibruktagandet av naturbaserade tjänster. Behov av tjänster som kommit fram i intervjuer och enkäter som genomförts i projektverksamheten och på projektområdet och utbudet i de lokala

företagen möts inte alltid för alla klientgrupper. Brister i samarbete som överskrider sektorgränser och otillräckliga ekonomiska resurser har setts som hinder för att ta i bruk naturunderstödda tjänster. Att ta med nya tjänstekoncept i administrativa och politiska beslutsmekanismer är ofta utmanande. I beslutsfattandet behövs större frihet att välja och inkluderande planering. I bästa fall förenar Green Care-verksamheten på ett naturligt sätt resurserna hos offentliga, privata och tredje sektorns aktörer för att främja gemensamma mål det vill säga människors och hela områdets välbefinnande. Bredare ibruktagande av Green Care-verksamhet kunde fungera som ett bra verktyg i strävan efter hållbart välbefinnande. (Ylilauri 2018; Ylilauri & Voutilainen 2021.)

## 5.1 Rekommendationer om utvecklandet av sektorn av nationell forskargrupp

*Inom ramen för projektet bildades en forskargrupp på nationell nivå att dryfta utvecklingsmål för naturbaserad verksamhet. Anja Yli-Viikari från Naturresursinstitutet koordinerade forskargruppens arbete och med i arbetsgruppen var Martta Ylilauri och Sanna Tuurnas från Vasa universitet, Seija Okulov från Itä-Suomen yliopisto, Marianne Kuorelahti, Elisa Rainerma och Niina Rautamäki från Jyväskylän yliopisto samt Anu Kamau från Yrkeshögskolan Centria.*

Enligt forskargruppens uppfattning behöver det nuvarande sohä-systemet och dess arbetssätt förnyas av många orsaker. Mentala problem och alkohol- och narkotikaproblem har ökat i samhället och till exempel cirka 700 000 finländare använder årligen mentalmedicinering (Huttunen 2018). Behovet av barnskydd fortsätter öka och genom det placeras 19 000 barn och unga årligen (THL 2021). Ensamhet som socialt problem utmanar många människors liv. Allt det här hänger direkt ihop med människans fysiska, psykiska och sociala välbefinnande. Nuvarande urval av metoder räcker inte till för att lösa problemen och svara på människors behov av hjälp och stöd. Jämsides med dem behövs nya tillvägagångssätt.

Centralt mål i sohä-reformen som genomförs i denna stund är att stärka tjänster på basnivå samt att flytta tyngdpunkten till förebyggande arbete. Syftet är att säkerställa att tjänster motsvarar människors behov och att man kan ingripa i problem i tid. Naturbaserade metoder ses erbjuda lösningar för i synnerhet två följande målgrupper.

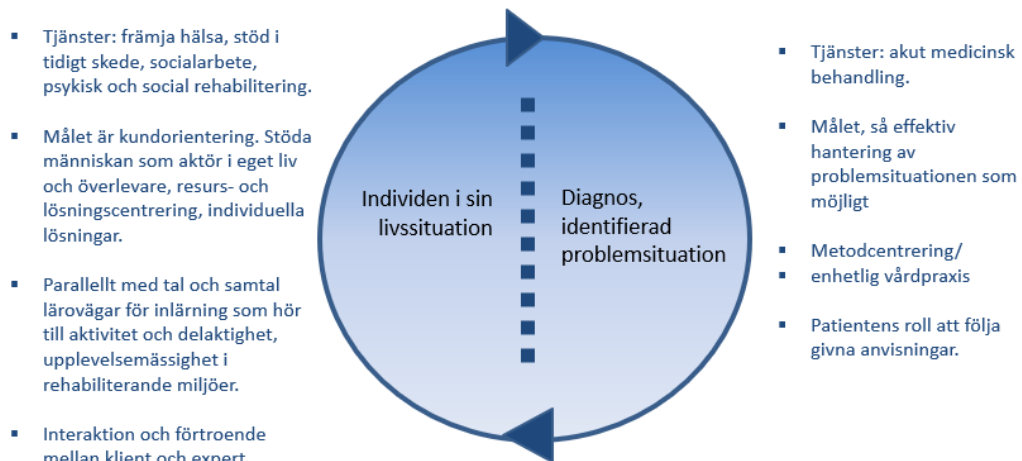
## Barn, unga och familjer i sårbar ställning

Former av tidigt stöd som kan förhindra att konstaterade problem tillspejtas behövs för barn, ungdomar och familjer. Aktiva stödformer som socialpedagogisk hästverksamhet erbjuder barn och ungdomar naturliga miljöer för social tillväxt. Naturunderstöd har erbjudit bra ramar även för att stärka samspelet mellan barn och föräldrar (Lyytinen 2017). Jämsides med stödformer på kvällar och veckoslut kunde aktiva stödformer tas med som en del av sådana barns skoldag som behöver särskilt stöd såsom man gjort i Stor-Britannien och Norge.

## Stöd för egenmakt och agentskap

Även klienter som behöver stöd för personlig egenmakt och agentskap vid sidan om samtal med expert har nytta av natur- och djurunderstödd verksamhet. Naturnära metoder har redan brett tagits i bruk i synnerhet i socialarbete, mentalarbete och i arbete med missbrukare, i arbetsverksamhet i rehabiliteringssyfte samt i dagverksamhet för personer med utvecklingsstörningar (ISO 2019; Kajanalands sote 2019). Naturnära är lämplig för både stödåtgärder i tidigt skede och rehabilitering efter akut vård. Modellen för naturunderstödd rehabilitering (NUR) som används i Skåneområdet i Sverige skulle behövas även i Finland. Också praxisen i Stor-Britannien där läkare har möjlighet att skriva ut sociala recept som stöder delaktighet och agentskap borde tas i bruk även i Finland.

Metoderna i natur- och djurassistans passar i synnerhet som stöd i klient- och förmågebaserat arbete där uppmärksamheten riktas på att stöda individen i hans egen personliga livssituation. I akut medicinsk vård är behoven av erfarenhetsbaserat stöd i individens tillväxt och utveckling på motsvarande sätt mindre (Figur 14).



**Figur 14.** Synvinklar på klient- och problemorientering i söhä-tjänster. I alla söhä-yrken finns båda betraktelsesätten med men betoningarna kan vara olika. (Yli-Viikari 2021.)

Effektivitetsdata som starkt betonas i diagnos- och problemorienterade synvinkeln förändras också i resursbaserat arbete mera i riktning mot hur metoderna fungerar i vissa situationer, hur bra man kommer åt viktiga frågor under samtalen eller hur man hittar fungerande lösningar på utmaningar som klienten ställs inför.

I effektivitetsforskning behöver man i synnerhet kunna identifiera och hantera delprocesser i naturunderstöd bättre. Till exempel behövs bättre kunskap om störningar som trauman framkallar i förhållande till autonoma nervsystemets funktion och vilken betydelse korrigerande upplevelser och psykisk trygghet har. Att stärka agentskap, resiliens och elasticitet i utmanande livssituationer är likaså centrala teman i resursorienteringen (Sarvela & Auvinen 2020; Yli-Viikari 2021). Verksamhetsmodellerna i Green Care kan samtidigt vara ett svar på andra aktuella utvecklingsutmaningar i söhä-systemet.

### Spridda tjänster i närmiljön

Då tjänster koncentreras till allt större enheter som är förlagda till större städer lyfter Green Care-tänket fram möjligheterna med spridda tjänster. Åt en del av klienterna är det viktigt att erbjuda stödtjänster med låg tröskel nära deras vardag. Klienten kan då självständigt fortsätta en livsstil som stöder naturbaserade aktiviteter och hälsa efter att tjänsteperioderna är slut. Samtidigt stöder man landsbygdens livskraft och upprätthållandet av människans naturrelation.

### Experters välbefinnande i arbetet

Natur- och djurunderstödd verksamhet kan för sin del lindra problemen med arbetstagarnas hälsa inom sohä- och hälsovårdsbranschen samt den stora omsättningen på arbetskraft i yrken inom socialt arbete. Arbetets meningsfullhet ökar när man kan möta klienternas behov bättre och framskrida i arbetet genom människors styrkor. I utmanande klientsituationer ger närheten till naturen och djuren många sätt att skapa förtroende och sträva efter lösningsorienterat klimat.

### Ekosocial övergång till hållbart välbefinnande

Med Green Care-verksamheten tar sohä-branschen också nya steg mot att beakta utmaningarna i hållbar utveckling. I ECOSOC-projektet, som drivs av Karleby universitetscentrum Chydenius, satt deltagarna sig in i hur ekosociala innovationer används i socialarbete (Närhi & Matthies 2016; Matthies & Närhi 2017; Matthies 2017). Ekosociala perspektivet betonar hur värdefullt det är att skydda naturen och dess betydelsefullhet samtidigt som naturens effekter på människans välmående identifieras. Ekologisk övergång anses vara viktig även därför att miljöolägenheterna i allmänhet riktas mot befolkningsgrupper i sämre ställning för vilka kvaliteten på den lokala närmiljön har störst betydelse. Att beslutsfattandet splittras ses som största hindret för övergången till en hållbarare utveckling. Ekonomin, miljön och sociala frågor kan inte hanteras ur en gemensam synvinkel.

I fortsättningen behöver vi alltså innovativt och modigt tänkande som möjliggör övergång från skenbara effektivitetsmodeller i snävt tänkande till ekosocial effektivitet som ger fungerande lösningar på övergripande samhällsnivå (se. t.ex. Dasgupta 2021). Ur förändringspotentialens synvinkel betonas lokalnivå där samarbete mellan olika aktörer skapas och man hittar nya alternativ till arbetet. Tabell 10 här under presenterar forskargruppens koncentrerade rekommendationer om utvecklandet av naturbaserad verksamhet.

**Tabell 10.** Forskargruppens rekommendationer om utvecklandet av naturbaserad verksamhet (Yli-Viikari m.fl. 2021).

| Forskargruppens rekommendationer om utvecklande av naturbaserad verksamhet                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stärka nätverksbildning mellan lokala Green Care-aktörer tillsammans med social- och hälsovårdsbranschen genom lokala och nationella utvecklingsåtgärder. Genom försöksprojekt kan gränser för rutinerat arbete sprängas. Ha som mål att komma bort från utvecklande av enskilda projekt och till utveckling som sker genom bestående verksamhetsmodeller.</li> <li>• Byråkratin som är förknippad med upphandling har varit ett hinder för ibruktandet av Green Care-tjänster. Situationen underlättas genom personlig budgetering och servicesedlar som möjliggör individuella val för klienterna. Målinriktat utnyttjande av servicesedlar vidareutvecklas.</li> <li>• Utöver att stanna i grundläggande arbete behöver arbetsgemenskapen tid att stanna i utvecklande av nytt. Sotes ledare behöver information och förstå fördelarna med hållbar utveckling, naturorientering och producerandet av Green Care -tjänster.</li> <li>• I nuvarande situationen i sote-branschen behöver man få nya finansiärer att delta i producerandet av stöd i tidigt skede och resursorienterade tjänster. Samarbetet med privata tjänsteproducenter, organisationer och offentliga sektorn ökas. Ny bransch utvecklas genom samarbete mellan ministerier (STM, YM, MMM, TEM).</li> <li>• Privata tjänsteproducenters roll samt naturbaserade tjänsters ställning som delar av social- och hälsovårdens system kräver att lagstiftningen utvecklas. Endast en del av nuvarande tjänster omfattas av momsbefrielse som väsentligt underlättar anskaffandet av tjänsterna.</li> <li>• Stärka forskningsverksamheten inom branschen. Utredda effekten av naturbaserade metoder genom både kvantitativa och kvalitativa metoder. Beskriva praxis med vilka vi kan öka effekten av olika stödtjänster. Som stöd för beslutsfattandet behövs också mera kunskap om verksamhetens effekter på ekonomin.</li> <li>• Naturbaserat kunnande inkluderas i utbildningen för framtidens experter. Grundläggande kunnande om naturens inverkan på välbefinnande behöver vara en del av alla examina inom söhå-branschen. Likaså ska den inkluderas också i utbildningen för kamrathandledare.</li> <li>• Naturen som verksamhetsmiljö och -metoder tas med i landskapets och nationella utvecklingsstrategier.</li> </ul> |

## 5.2 Till sist

I LuoNa-projektet har människor i olika åldrar och med olika bakgrund fått komma ut i naturen och återhämta sig, samla krafter, lära sig nya saker och främja

hälsan på många olika sätt. Enligt erfarenheter och responsen av projektet kan vi konstatera att inkluderandet av natur- och djurunderstödd verksamhet på ett yrkesmässigt sätt i sohä- och undervisningstjänsterna samt i åtgärder som främjar välbefinnande och hälsa stödde målen som ställdes upp för olika tjänster och kunde öka delaktigheten, aktiviteten och välmåendet hos alla klientgrupper som deltog i projektet och i synnerhet hos människor med störst behov av stöd av utomstående. I en del klientorganisationer har Green Care-verksamheten efter försöken i projektet blivit en vedertagen del av producerandet av tjänster. Hos en del klientgrupper fick inkluderandet av verksamhetsformerna en uppmuntrande start men söker ännu sin form. I regel önskade alla klientgrupper en fortsättning på Green Care-verksamheten som fått en så bra start, men fortfarande ses bristen på resurser som ett hinder. På grund av det här har en del organisationer inom sohä- och undervisningsbranschen sökt eller håller som bäst på att söka egna fortsättningsprojekt för att främja naturverksamheten och till exempel till transporter på landsbygden försöker man hitta lokala kostnadseffektiva lösningar.

Effektivitetstänk råder ofta i synnerhet i kortsiktigt beslutsfattande men på längre sikt är det kostnadseffektivt att beakta att en del klienter behöver närvaro av en annan människa och rehabilitering genom lugna aktiviteter eller annat stöd där Green Care-verksamhetsformerna kan fungera som utmärkt verktyg. Därför hoppas vi att erfarenheterna av LuoNa-projektet uppmuntrar till bredare försöksverksamhet i samband med förnyelsen av sohä- och utbildningssektorn.

När corona-pandemin så småningom släpper sitt grepp övergår hållbarhets-transformation till accelerations- och spridningsfasen inom samhällets alla delområden ända från individuell till global nivå. Man förutspår att under generationen som nu växer upp kommer hållbarhetstänket att övergå från strategier i företag, kommuner, stater och organisationer på olika nivåer till ekosocialt hållbara praxis. Den ekonomiska tillväxten som detta ger mäts allt oftare med mätare för äkta och hållbar utveckling som GPI och ISEW istället för med BNP (se Hoffren 2019; Dagupta 2021). Koldioxidneutrala och ekosocialt hållbara företag, kommuner, områden och stater vinner i konkurrensen om materiella resurser, socialt kapital och uppnåendet av hållbara mål.

För att möjliggöra den här utvecklingen behövs redan nu modigt nytänk i olika branschens utbildningsprogram och sätten att anordna tjänster. Utgående från undersökningar och rapporter som utvärderar finländska Green Care-verksamhetens övergripande hållbarhet (Ylilauri 2018; Käll-Fröjdö & Hoffman-Bergholm 2021; Moriggi 2021) kan vi se att tjänster som baserar sig på naturens effekter på välbefinnande kunde användas i allt större omfattning som ett verktyg för hållbarhetskrisen.

Dagens barn och ungdomar är framtidens beslutsfattare och experter för vilka användandet av natur- och djurunderstödda metoder är en naturlig del av producerandet av ekosocialt hållbara tjänster. Med goda exempel lär man sig att ta i bruk olika Green Care-verksamhetsformer i allt fler delområden inom social- och hälsovården samt i undervisnings- och hobbyverksamheten. Att ta med naturbaserad verksamhet som en del av tjänsteverksamheten kan fungera också som en viktig faktor som ökar välmående i arbetet, arbetsmotivationen och engagemanget samt arbetstillfredsställelsen i det krävande arbete som experter inom söhä- och utbildningsbranschen har.

Med stöd av de goda erfarenheterna som vi fått i LuoNa-projektet vill vi uppmuntra aktörer på olika områden att ta reda på möjligheterna till stöd för försöksverksamhet till exempel av Leader-grupper som finansierar landsbygdsprojekt och andra grupper inom branschen som finansierar utvecklingsverksamhet. Green Care är absolut en sak som är värd att prova på.

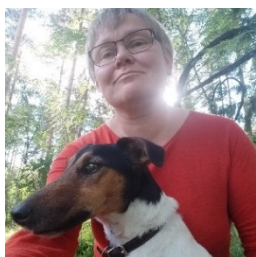


*Bild: Martta Ylilauri*

## Författarna



**Martta Ylilauri** (Lic. i adm. vetensk., Agron-, och forst. Mag.) fungerar som projektledare vid Vasa Universitets InnoLab. Hon har sedan år 2014 arbetat i regionala och samnordiska Green Care- projekt som forskare och utvecklare samt som utbildare. Hon är särskilt intresserad av Green Care-verksamhetens effektivitet och verksamhetens be-  
fästande inom ramen för sohä-tjänstestrukturen. Därutöver är hon in-  
tresserad av klienternas, företagsverksamhetens samt regionutveckl-  
ingens och den ekosociala hållbarhetens synvinkel. Ylilauri har varit  
med och drivit igång och utvecklat den nationella Green Care-forskningsnätverkets verk-  
samhet. Hennes hund fungerar som en grundpelare för hennes välbefinnande under vand-  
ringar i skogs- och skärgårdsnaturen. Särskilda glädjeämnen är sommarens blomsterprakt  
i trädgården samt en ordentlig vinter med snö och kyla.



**Anja Yli-Viikari** (Agron-, och forst. Dr.) fungerar som forskare  
vid Naturresursinstitutet. Hon betraktar utvecklingen av naturba-  
serade verksamhetsmodeller som en del av det finska tjänstesyste-  
met både från forskningens och utvecklingsprojektens synvinkel.  
Yli-Viikari har varit med från början och utvecklat Green Care Fin-  
land föreningens verksamhet. Då hon är ledig vandrar hon gärna i  
naturen, lär sig om trädgårdsskötsel och om hundträningens hem-  
ligheter.



**Lena Enlund** (Pol.Lic., LL.M.) fungerar vid Yrkeshögskolan Cent-  
ria som sakkunnig inom forskning och utveckling. Hon är verksam  
i regionala och samnordiska Green Care-utvecklingsprojekt samt  
utbildare vid svenskspråkig Green Care-fortbildning på högskole-  
nivå. Enlund är särskilt intresserad av Green Care-entreprenörskap  
som ett forskningsämne vid Åbo Akademi. Den lediga tiden spende-  
rar hon gärna i naturen, beundrar havet eller cyklar i terräng.



**Satu Sundell** (Mag. i samhällsvet.) fungerar som lektor inom  
vård- och omsorgssektorn samt som koordinatör för internation-  
ella ärenden vid Mellersta Österbottens utbildningskoncertium,  
Kpedu. Hon har sedan år 2011 varit med i ett flertal olika Green  
Care-projekt och har piloterat bl.a. handledning gällande seniorers  
familjevård med tyngdpunkt på Green Care. Sundell har erfarenhet  
som socialarbetare och kurator samt uppdrag inom idrottens om-  
råde. Då hon är ledig njuter hon av sport och natur.

## Källor och litteratur

Anestis, M. D., Anestis, J. C., Zawilinski, L. L., Hopkins, T. A., & Lilienfeld, S. O. (2014). Equine-related treatments for mental disorders lack empirical support: A systematic review of empirical investigations. *Journal of Clinical Psychology* 70 (12), 1115–1132.

Annerstedt, M. & Währborg, P. (2011). Nature-assisted therapy: Systematic review of controlled and observational studies. *Scandinavian Journal of Public Health* 39(4): 371–388.

Bardy, Marjatta (2011). Epilogi II: Maailmankuva ja ekososiaalinen järjestys. Teok-sessa: Sosiaalipolitiikka – hukassa vai uuden jäljillä, 333–347. Toim. Elina Pa-lola & Vappu Karjalainen. Helsinki: Terveystien ja hyvinvoinnin laitos.

Bodman, G. (2019). Leva ett med naturen - "Dammrättor kan man ju ge namn åt om man vill". Åbo Akademi. ISBN 978-951-765-936-9

Bosch, C., Sonnentag, S., & Pinck, A. S. (2018). What makes for a good break? A diary study on recovery experiences during lunch break. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 91(1), 134–157.

Brown, S. (2009). *Play: how it shapes the brain, opens the imagination, and invigorates the soul*. New York: Penguin Group.

Crossman, M.K., Kazdin, A.E. & Knudson, K. (2015). Brief unstructured interaction with a dog reduces stress. *Anthrozoös* 28:649–659.

de Keijzer, C., Gascon, M., Nieuwenhuijsen, M.J. & Dadvand, P. (2016). Long-Term Green Space Exposure and Cognition Across the Life Course: a Systematic Review. *Curr Environ Health Rep* 3(4):468–477.

Dasgupta, P. (2021). *The Economics of Biodiversity: The Dasgupta Review*.

Esser, H. (1999). *Soziologie: Spezielle Grundlagen*. Campus-Verlag, Frankfurt am Main. <https://doi.org/10.1007/s11575-006-0024-7>.

Evans, R. (2020). Care Farming in Norway. Webinaari New Nordic Nature based Service Models -hankkeessa. <https://www.youtube.com/watch?v=9kaKbLT264Y>.

Fagerström, N. (2019). Hevosavusteinen psykoterapia ratkaisukeskeisessä viiteke-hyksessä, 112–134. Julkaisussa Ylilauri, M. & Yli-Viikari, A. (toim.) Kohti luonnol-lista hyvinvointia. Näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Levón-instituutin julkaisuja 143. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-476-950-1>.

Geels, F. W. (2011). The multi-level perspective on sustainability transitions: Responses to seven criticisms. *Environmental Innovation and Societal Transitions*, Volume 1, Issue 1, June 2011, Pages 24–40.

Gentin, S. (2011). Outdoor recreation and ethnicity in Europe—A review. *Urban Forestry & Urban Greening* 10.3 (2011): 153–161. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2011.05.002>.

Gentin, S. et al. (2019). Nature-based integration of immigrants in Europe: A review. *Urban Forestry & Urban Greening* 43: 126379. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2019.126379>.

Gentin-Pitkänen, K. (2019). Nature-based integration of immigrants in Europe: a review.

Grahn, P. (2017). Alnarps Rehabiliteringsträdgård. Utvärdering av effektivitet. Conference: Grönska och ljudkvalitet i närmiljön - Hårda fakta för mjuka värden. At: Swedish University of Agricultural Sciences, Alnarp, Sweden. [https://www.researchgate.net/publication/317405881\\_Alnarps\\_Rehabiliteringstradgard\\_Utvardering\\_av\\_effektivitet](https://www.researchgate.net/publication/317405881_Alnarps_Rehabiliteringstradgard_Utvardering_av_effektivitet).

Hambidge, S. (2017). What does it mean to young people to be part of a care farm? An evaluation of a care farm intervention for young people with behavioural, emotional and social difficulties. Bournemouth University. [http://eprints.bournemouth.ac.uk/30101/1/HAMBIDGE%2C%20Sarah\\_Ph.D.\\_2017.pdf](http://eprints.bournemouth.ac.uk/30101/1/HAMBIDGE%2C%20Sarah_Ph.D._2017.pdf).

Hanski, I. m.fl. (2012). Environmental biodiversity, human microbiota, and allergy are interrelated. *Proc Natl Acad Sci USA* 109:8334–8339.

Harjumaa, M., Laukkanen, M-L., Leväsluoto, J., Lähteenmäki, J., Nuutinen, M. & Talja, H. (2017). Tekemällä oppii – kokeilukulttuurista vauhtia sosiaali- ja terveyspalveluiden uudistamiseen. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 32/2017. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-287-376-7>.

Hautamäki, L., Ramadan, F., Ranta, P., Haapala, E. & Suomela-Markkanen, T. (2018). Eläinavusteinen terapia. Katsaus tutkimuskirjallisuuteen ja toimintaan Suomessa. Työpapereita 140. Kansaneläkelaitos, KELA. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2018070631430>.

Hoffrén, J. (2019). Luonnon vaikutus hyvinvointiimme ja huomiointi hyvinvoinnin aggregaattimittareissa, 20–28. Julkaisussa Ylilauri, M. & Yli-Viikari, A. (toim.) Kohti luonnollista hyvinvointia. Näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Levón-instituutin julkaisuja 143. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-476-950-1>.

Ilmarinen, K., Ruoho, J. & Salonen, K. (2017). Näkökulmia laadukkaaseen green care -palveluun. Julkaisematon esitys 18.10.2017.

Jakobsson, E.-M. (2020). Yritysesittely, Stall Överby.

Joutsenniemi, K. (2015). Resilienssi ja posttraumaattinen kasvu. *Suomen lääkäri-lehti* 70(39), 2515–2519.

Kendalla E., Maujean A. & Pepping C.A., Downes M., Lakhania A., Byrnes J. & Macfarlane K. (2015). A systematic review of the efficacy of equine-assisted interventions on psychological outcomes. *European Journal of Psychotherapy & Counselling* 17(1):1–23.

Kuo, F. & Taylor, A. (2004). A potential natural treatment for attention-deficit/hyperactivity disorder: evidence from a national study. *Am J Public Health* 94(9): 1580–1586.

Käll-Fröjdö, S. & Smeds, P. (2020). Kala: Temaattinen ulko-opetus sinisessä ympäristössä - opettajan opas. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-326-973-6>.

Käll-Fröjdö, S. & Hoffman-Bergholm, M. (2021). Naturföretagarens guide till naturens hälsoeffekter och ett hållbart företagande. [https://issuu.com/nordicnaturehealthhub/docs/guidebok\\_high\\_res](https://issuu.com/nordicnaturehealthhub/docs/guidebok_high_res).

Lahtinen, P., Männistö, L. & Raivio, M. (2017). Kohti suomalaista systeemistä lastensuojelun toimintamallia. Keskeisiä periaatteita ja reunaehdoja.

Lanki, T. & Pekkanen, J. (2008). Kaupunki-ilman hiukkaset ja sydänsairaudet. *Suomen Lääkärilehti* 2008;63:1059–65.

Leikola, A., Mäkelä, J. & Punkanen, M. (2016). Polyvagaalinen teoria ja emotionaalinen trauma. *Duodecim* 1. <https://www.duodecimlehti.fi/duo12910>

Leskisenoja, E. (2019). Iloa varhaiskasvatukseen! Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. PS-Kustannus.

Lyytinen, P. (2017). Tämä oli minun, lapseni, meidän seikkailu. MLL:n Lasten ja Nuorten Kuntoutussäätiö. Suomen Ladun seminaari 28.10.201. Tillgänglig 10.6.2021: <https://slideplayer.fi/slide/13918462/>.

Matthies, A.-L. (2017). The conceptualization of ecosocial transition. Teoksessa Aila-Leena Matthies, & Kati Närhi (Eds.) *The ecosocial transition of societies: the contribution of social work and social policy*. Routledge. 17–35.

Matthies, A.-L. & Närhi, K. (Eds.) (2017). *The Ecosocial Transition of Societies: The Contribution of Social Work and Social Policy*. Routledge.

Metla (2014). Miten suomalaiset ulkoilevat metsissä ja saloilla Luonnon virkistyskäytön valtakunnallinen inventointi LVVI – kysyntätutkimuksen tuloksia. <http://www.metla.fi/metinfo/monikaytto/lvvi/tietoa-ulkoilusta.htm>.

Moriggi, A. (2021). Green Care practices and place-based sustainability transformations: A participatory action-oriented study in Finland. Wageningen University. <https://doi.org/10.18174/544553>.

Nordling, E. (2018). Mitä toipumisorientaatio tarkoittaa mielenterveytyössä? *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim* 134(15):1476–83.

Närhi, K. & Matthies, A.-L. (2016). Ekososiaalinen ajattelu yhteisötyössä. Teoksessa: I. Roivainen, S. Ranta-Tyrkkö. *Yhteisöt ja yhteisösosiaalityön lähtökohdat*.

Ochiai, Hiroko (2019). The psychological and psychosomatic benefits of Forest Therapy. In: Kotte, D., Li, Q., Shin, W.S. & Michalsen, A. (Eds.) *International Handbook of Forest Therapy*. Cambridge Scholars Publishing. 91–105.

- Odendaal J.S.J. (2000). Animal-assisted therapy — magic or medicine? *Journal of Psychosomatic Research*, 49: 4:pp. 275–280.
- Ordóñez-Barona, C. (2017). How different ethno-cultural groups value urban forests and its implications for managing urban nature in a multicultural landscape: A systematic review of the literature. *Urban Forestry & Urban Greening* 26 (2017): 65–77. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2017.06.006>
- Pajunen, A. & Leppänen, M. (2017). Terveysmetsä. Tunnista ja koe elvyttävä luonto. Gummerus kustannus.
- Palpatzis, K. (2019). Green Care - GREEN KARELIA. Green Care -laatu järjestelmällä uudistuvia ja kilpailukykyisiä hyvinvointipalvelualan yrityksiä. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-275-274-1>
- Pálsdóttir, A. M. (2014). The role of nature in rehabilitation for individuals with stress-related mental disorders Alnarp Rehabilitation Garden as supportive environment. Doctoral Thesis 45. Swedish University of Agricultural Sciences Alnarp.
- Penttinen, A.-R. (2017). Stressi, stressihormonit ja niiden vaikutus ihmisen kehoon. Kandidaatin työ Oulun Yliopisto. Biologian laitos.
- Pilkepäiväkodit (2020). <https://www.pilkepaivakodit.fi/paivakodit/iso-kyro/pilke-liikuntapaivakoti-loikka/>.
- Porges, S. (2009). The polyvagal theory: New insights into adaptive reactions of the autonomic nervous system. US National Library on Medicine National Institutes of Health 4. Tillgänglig: National Center for Biotechnology Information.
- Puhakka, R., Roslund, M., Grönroos, M., Soininen, L., Parajuli, A., & Sinkkonen, A. (2019). Luontopohjaisia ratkaisuja immuunijärjestelmän häiriöihin. *Alue Ja Ympäristö*, 48(2), 106–111. Tillgänglig <https://doi.org/10.30663/ay.83398>.
- Rappe, E. (2000). Luonto ikäihmisten terveyden tukena, kansanterveyttä metsästä. Ikäinstituutti.
- Roslund, M., Puhakka, R., Grönroos, M., Nurminen, N., Oikarinen, S., Gazal, A., Cinek, O., Kramná, L., Siter, N., Vari, H., Soininen, L., Parajuli, A., Rajaniemi, J., Kinnunen, T., Laitinen, O., Hyöty, H. & Sinkkonen, A. (2020). Biodiversity intervention enhances immune regulation and health-associated commensal microbiota among daycare children. *Science Advances* 6(42). <https://doi.org/10.1126/sciadv.aba2578>.
- Sandberg, K. & Hammarkrantz, S. (2020). Förundranseffekten. Bonnier Fakta.
- Sarvela, K. & Auvinen, E. (2020). Yhteinen kieli. Traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen. Basam Books.
- Stoltz, J. et al. (2016). Planning for restorative forests: describing stress-reducing qualities of forest stands using available forest stand data. *European journal of forest research* 135.5 (2016): 803–813.

THL (2021). Lastensuojelu. Tillgänglig 10.6.2021: <https://thl.fi/fi/tilastot-ja-data/tilastot-aiheittain/lapset-nuoret-ja-perheet/lastensuojelu>.

Tyrväinen, L., Lanki, T., Sipilä, R. & Komulainen, J. (2018). Mitä tiedetään metsän terveyshyödyistä. *Duodecim* 134 (13): 1397–403.

Ulrich, R.S., Simons, R., Losito, B., Fiorito, E., Miles, M. & Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology* 11, 3:201–230.

Valtioneuvosto (2021). Sote-uudistus. Valtioneuvosto. Tillgänglig 15.6.2021. <https://soteuudistus.fi/etusivu>.

Vasankari, T. & Kolu, P. (toim.) (2018). Liikkumattomuuden lasku kasvaa – vähäisen fyysisen aktiivisuuden ja heikon fyysisen kunnon yhteiskunnalliset kustannukset. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 31.

Vatanen, T, Siljander, H, Hämäläinen, A, Ilonen, J, Virtanen, S., Lähdesmäki, H, Knip, M. & Xavier, R.J. (2016). Variation in microbiome LPS immunogenicity contributes to autoimmunity in humans. *Cell* 2016; 165: 28.

Ylilauri, M. (2018). Luontoavusteiset hyvinvointipalvelut maaseudun kehittämisessä. Green Care -toiminnan edellytykset Vöyrillä ja Mustasaarella. Aluetieteen lisensiaatintutkielma. Johtamisen yksikkö, Vaasan yliopisto. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201901101859>.

Ylilauri, M. & Voutilainen, O. (2021). Review of Nordic Nature based Service Models. Study on the opportunities and challenges of the Nature based services in Finland, Sweden and Norway. University of Vaasa Reports, 23. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-476-950-1>.

Yli-Viikari, A. (2021). Tassunjälkiä sydämessä ja mielessä. Luontolähtöisyys lasten ja nuorten tukipalveluissa. Luonnonvarakeskus. Käsikirjoitus 21.6.2021.

Yli-Viikari, A., Ylilauri, M., Tuurnas, S., Okulov, S., Kuorelahti, M., Rainerma, E., Rautamäki, N. & Kamau, A. (2021). Luontoa tarvitaan sosiaali- ja terveyspalveluissa. Keskustelupaperi, käsikirjoitus 11.6.2021. Luonnonvarakeskus 2021.

## Bilagor

### Bilaga 1. Klientorganisationer som deltog i LuoNa-projektet, företagare/företag och verksamhetsformer (antal workshops inom parentes)

1. **Klientorganisation:** Karleby mödra- och skyddshem rf., Mödrahemmet Iida och Öppenvårdsenheten Liina  
**Företag/företagare:** Säteen Taika, Anu Huhta, Karleby och Hevostoiminta Meri Mattus, Kelviä/ Karleby  
**Verksamhetsform:** Djurassisterad verksamhet (socialpedagogisk hästverksamhet) (6)
2. **Klientorganisation:** Fredrikakliniken, Jakobstads social- och hälsovårdsverk  
**Företag/företagare:** Tmi Hevoshommat Jonna Skomars, Vasa och Jakobstad  
**Verksamhetsform:** Djurassisterad verksamhet (socialpedagogisk hästverksamhet) (4)
3. **Klientorganisation:** Vasa stad, barn- och familjesocialarbete  
**Företag/företagare:** Aava Kertun kotitila, Anna Salmi, Korsholm; Merenkurkun majatalo, Anne Jokela, Korsholm; In Advance 2.0, Ghita Bodman, Korsholm och Tmi Anita Storm, Vasa/Österbotten  
**Verksamhetsformer:** Natur- och djurassisterad verksamhet (4)
4. **Klientorganisation:** Jakobstads social- och hälsovårdsverkets äldreomsorg  
**Företag/företagare:** Gulf Stream Guiding, Trey Howard, Jakobstad  
**Verksamhetsformer:** Natur- och djurassisterad verksamhet (5)
5. **Klientorganisation:** Malax kommun, rehabiliterande arbetsverksamhet  
**Företag/företagare:** Tmi Per-Henrik Bergström, Korsholm  
**Verksamhetsform:** Naturassisterad verksamhet (fiske) (5)
6. **Klientorganisation:** Ventuskartano boendeenhet och missbrukarvårdens anstaltsrehabilitering, Karleby  
**Företag/företagare:** Kvikantin Hoiva/ Kvikantin Ratsutila, Mats Åström och Annika Prittinen, Karleby  
**Verksamhetsformer:** Djur- och lantgårdsassisterad verksamhet (5)
7. **Klientorganisation:** Luovi-yrkesskolan, Karleby  
**Företag/företagare:** K&T Horsemanship, Tanja och Kenneth Puskala, Karleby  
**Verksamhetsform:** Djurassisterad verksamhet (socialpedagogisk hästverksamhet) (3)
8. **Klientorganisation:** Siilinpesä, Hemrehabilitering för unga vuxna mentalvårdsklienter (Soite), Karleby  
**Företag/företagare:** Kvikantin Hoiva/ Kvikantin Ratsutila, Mats Åström och Annika Prittinen, Karleby  
**Verksamhetsformer:** Djur- och lantgårdsassisterad verksamhet (5)
9. **Klientorganisation:** Vörå kommun, service till barnfamiljer  
**Företag/företagare:** Teacher and dog, Renja Hakala/ Stall Falisa, Vöyri  
**Verksamhetsform:** Djurassisterad verksamhet (socialpedagogisk hästverksamhet) (4)
10. **Klientorganisation:** Österbottens socialpsykiatriska förening rf.  
**Företag/företagare:** Hevostoiminta Laukki, Mira Huhta och Fredrika Sourander/ Stall Långvik, Solf/ Vasa  
**Verksamhetsform:** Djurassisterad verksamhet (socialpedagogisk hästverksamhet) (5 + 4)

11. **Klientorganisation:** Soites integrationsenhet, Karleby  
**Företag/företagare:** Kvikantin Hoiva/ Kvikantin Ratsutila, Mats Åström och Annika Prittinen, Karleby  
**Verksamhetsformer:** Natur- och djurassisterad verksamhet (5)
12. **Klientorganisation:** Folkhälsan, Resurscentret Föregångarna, Vasa  
**Företag/företagare:** Fredrika Sourander/  
Stall Långvik, Solf/ Vasa  
**Verksamhetsform:** Djurassisterad verksamhet (socialpedagogisk hästverksamhet) (1)
13. **Klientorganisation:** Kiviniitty skola, Karleby stad  
**Företag/företagare:** Stall Överby, Eeva-Maija Jakobsson, Karleby och Elba Naturskola, Markku Hukari, Karleby  
**Verksamhetsformer:** Djurassisterad verksamhet (socialpedagogisk hästverksamhet) och naturbaserad verksamhet (6)
14. **Klientorganisation:** Soite, seniorers hemvård, Lohteå/Karleby  
**Företag/företagare:** Niemi-Erkkilän lammastila, Saija Niemi-Erkkilä, Lohtaja/ Karleby  
**Verksamhetsformer:** Lantgård- och djurassisterad verksamhet (5)
15. **Klientorganisation:** Närpes församling  
**Företag/företagare:** Silver Rose, Susanne Blomqvist, Korsholm  
**Verksamhetsformer:** Natur- och trädgårdsassisterad verksamhet (3)
16. **Klientorganisation:** Vasa svenska församling  
**Företag/företagare:** Silver Rose, Susanne Blomqvist, Korsholm  
**Verksamhetsformer:** Natur- och trädgårdsassisterad verksamhet (1)
17. **Klientorganisation:** Daghemmet Loikka, Storkyro  
**Företag/företagare:** Hakamaas mjölkgård, Sari och Kati Hakamaa, Storkyro  
**Verksamhetsformer:** Lantgård- och djurassisterad verksamhet (6)
18. **Klientorganisation:** Jakobstads social- och hälsovårdsverkets socialarbete, handikappomsorg  
**Företag/företagare:** Storstara Gård, Marika Hemgård, Jakobstad  
**Verksamhetsformer:** Lantgård- och djurassisterad verksamhet (3)
19. **Klientorganisation:** Vasa centralsjukhusets psykiatriska öppenvårdskliniken  
**Företag/företagare:** Susanne Wiks fårfarm, Korsholm; Islandshäststall Minttu & Mascot, Sirpa Leinola-Schöring, Solf/ Vasa; In Advance 2.0, Ghita Bodman, Korsholm och Tmi Anita Storm, Vasa/Österbotten  
**Verksamhetsformer:** Lantgård-, djur- och naturassisterad verksamhet (4)
20. **Klientorganisation:** Kyrolands serviceboende, Lillkyro/ Vasa  
**Företag/företagare:** Hakamaas mjölkgård, Sari och Kati Hakamaa, Storkyro  
**Verksamhetsformer:** Lantgård- och djurassisterad verksamhet (4)
21. **Klientorganisation:** Mellersta Österbottens socialpsykiatriska förening rf., Vaskooli, Vetil  
**Företag/företagare:** Emmes Retreat, Henrik Wiik och Ulla-Beth Mäki-Jussila, Neder-  
vetil/ Kronoby  
**Verksamhetsform:** Naturbaserad verksamhet (2+2)

## Bilaga 2. Exempel på kartläggning av klienternas önskemål och behov.

### Green Care -frågeformulär till elever

#### Kryssa för rätt alternativ eller fyll i med egna ord!

Jag är: flicka\_\_\_\_ pojke\_\_\_\_ Ålder: \_\_\_\_\_

Språk som jag talar och förstår: Finska: JA\_\_\_\_/NEJ\_\_\_\_

Svenska: JA\_\_\_\_ / NEJ\_\_\_\_

Annat språk: \_\_\_\_\_, vad: \_\_\_\_\_

Vad tycker du att skulle vara intressant att göra och lära om?

a) Rangordna alternativen från 1 till 6 (1 = jätteintressant och 6 = inte intressant)

b) Svara med egna ord vad du tycker är intressant

\_\_\_\_ Arbeta och lära om djur

- I så fall, vilka (t.ex. hästar, hundar, får) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_ Arbeta och lära om lantgårdar

- I så fall, vad (t.ex. odling, djurskötsel, lantbruksmaskiner) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_ Arbeta och lära om skogen

- I så fall, vad (t.ex. utflykter, att plocka bär och svampar, hugga träd) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_ Arbeta och lära om trädgårdar

- I så fall, vad (t.ex. odling, blommor, bär, träd) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_ Arbeta och lära om skärgården

- I så fall, vad (t.ex. paddling, fiske, fåglar, båtar) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_ Något annat, vad? \_\_\_\_\_

Har du tidigare gjort, deltagit eller varit till något av dessa? JA\_\_\_\_ / NEJ\_\_\_\_

Vilka? \_\_\_\_\_

När och hur ofta? \_\_\_\_\_

Är det någon av dessa som skrämmar dig? JA\_\_\_\_ / NEJ\_\_\_\_

Om ja, varför? \_\_\_\_\_

TACK FÖR DITT SVAR ☺



Vaasan yliopisto  
LEIVON-INSTITUUTTI



Euroopan maaseudun  
kehittämisen maatalousrahas-  
to: Euroopan maaseutueläisiin

### Bilaga 3. Exempel på responsblanketter som använts i projektet.

#### LuoNa-klientresponsblankett

Formuläret har redigerats på grund av SENNI-kundtjänstformulär som utvecklats vid Östra Finlands universitet



Ordnande företag och plats: \_\_\_\_\_

Verksamhetsform (välj en eller flera):      djur/lantgård ☐      natur ☐      trädgård ☐

Datum: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_

Deltagare:      kvinna/ flicka ☐      åldern ☒ 10-15      ☐ 41-50  
(kryssa i lämplig)      16-20      ☐ 51-60  
man/ pojke ☐      21-30      ☐ 61-70  
31-40      ☐ över 70

Hur skulle du beskriva Green Care -verksamhet som du deltog i idag?

Kryssa i den mest lämpliga

|                                                       | Instämmer helt                   | Instämmer delvis                   | Tveksam                           | Delvis av annan äs       | Helt av annan äskt       |
|-------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1 Verksamheten var intressant                         | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/>           | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2 Verksamheten var uppiggande                         | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/>           | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3 Verksamheten var avslappnande                       | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/>           | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4 Jag fick nya upplevelser                            | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/>           | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5 Jag lärde mig nya saker                             | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/>           | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6 Jag blev inspirerad                                 | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/>           | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7 Jag fick positiva känslor                           | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/>           | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8 Jag fick förverkliga mig själv                      | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/>           | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9 Verksamheten motsvarade mina målsättningar          | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/>           | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10 Jag fick nya idéer                                 | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/>           | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11 Jag önskar att få liknande verksamhet i min vardag | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/>           | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12Handledningen var professionell                     | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/>           | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13 Jag fick tillräckligt med stöd från handledaren    | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/>           | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14 Verksamhetsmiljön var trevlig                      | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/>           | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15 Djuren var lämplig för verksamheten                | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/>           | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16 Jag var nöjd med matserveringen                    | <input type="checkbox"/>         | <input type="checkbox"/>           | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17 Aktiviteten var tidsmässigt                        | passigt <input type="checkbox"/> | för kort <input type="checkbox"/>  | för lång <input type="checkbox"/> |                          |                          |
| 18 Handledande verksamhetens mängd var                | lämplig <input type="checkbox"/> | för liten <input type="checkbox"/> | för stor <input type="checkbox"/> |                          |                          |

Andra kommentarer (vad tyckte du speciellt om? Vad tyckte du inte om?): \_\_\_\_\_

Tack för ditt svar - din respons är viktig!

**LuoNa-klientresponsblankett**

Formuläret har redigerats på grund av SENNI-kundtjänstformulär som utvecklats vid Östra Finlands universitet



Ordnande företag och plats: \_\_\_\_\_

Verksamhetsform (välj en eller flera):      djur/lantgård ☐      natur ☐      trädgård ☐

Datum: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_

Hur skulle du beskriva verksamhet som du deltog i idag, som helhet?

(Cirkel den mest lämpliga)



Hur skulle du beskriva verksamhet/aktiviteter som du deltog i idag?

(Kryssa i den mest lämpliga)

|                                               | Instämmer helt           | Instämmer delvis         | Tveksam                  | Delvis av annan åsikt    | Helt av annan åsikt      |
|-----------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1 Verksamheten var intressant                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2 Jag fick nya upplevelser                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3 Jag fick positiva känslor                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4 Jag öskar fortsätta med liknande verksamhet | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5Handledningen var professionell              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6 Verksamhetsmiljön var trevlig               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Andra kommentarer (vad tyckte du speciellt om? Vad tyckte du inte om?): \_\_\_\_\_

---



---



---



---



---

*Tack för ditt svar - din respons är viktig!*

**LuoNa-utvärderingsblankett (barn)**

Luonnollista tukea elämään – Naturligt stöd för livet

Datum: \_\_\_\_/\_\_\_\_/20\_\_\_\_

Plats/ företag: \_\_\_\_\_

Klientorganisation: \_\_\_\_\_

Deltagare: Åldern: \_\_\_\_ år

Kön: flicka \_\_\_\_ pojke \_\_\_\_ annan/vill inte säga \_\_\_\_

Verksamhetssätt (cirkel en eller flera):



djur



lantgård



naturen



trädgården

**VAD TYCKTE DU OM VERKSAMHETEN IDAG?** (cirkel den mest lämpliga)



Vad tyckte du speciellt om?

---



---

Vad tyckte du inte om?

---



---

Vill du delta i verksamheten på nytt?

(cirkel)



Ja



Nej

## Bilaga 4. Hästverksamhet Meri Mattus responsblankett.

Datum \_\_\_\_\_

Stallverksamheten innefattade

☐  
☐  
☐

- Lämpligt med uppgifter och göromål
- För mycket aktiviteter
- För lite göromål eller valbarhet

Socialpedagogikens angreppssätt

☐  
☐  
☐

- Syntes i handledningen
- Syntes inte tillräckligt i handledningen
- Jag vet inte vad det är

Green care -ideologin och angreppssättet

☐  
☐  
☐

- Förverkligades i stallverksamheten
- Förverkligades inte i stallverksamheten
- Jag vet inte vad det är frågan om

Teoridelen

☐  
☐  
☐

- Var ett intressant tillägg i hästverksamheten
- Störde en annars trevlig häststund
- Sak samma, jag lyssnade inte

På det hela taget stallverksamheten denna gång

☐  
☐  
☐

- Övergick alla förväntningarna
- Motsvarade förväntningarna
- Låg under alla förväntningarna

Mitt humör före stallverksamhet var idag



Mitt humör då stunden med stallverksamhet tar slut



Övriga kommentarer:

---



---



---



---



---



## Bilaga 5. Ghita Bodmans *Fågel-myra-björn*-närvaroövning.



### Naturens Touch

Fågel – Myra – Björn

**Utrustning:** Ett liggunderlag och utekläder

#### Utförande:

1. Fågel: Ligg på rygg och titta uppåt i ca 10-15 minuter
2. Myra: Ligg på magen och se ner i marken ca 10-15 minuter
3. Björn: Välj ett träd och krama det i ca 10-15 minuter
4. Reflektera: Hur kändes de olika "djuren"?