

Opinnäytetyö (AMK)

Sosionomi

NSOSTS14

2017

Liisi Ristimäki, Ella Samppala

KIMMOKE-RANNEKE TUKEE HYVINVOINTIA KULTTUURIN JA LIIKUNNAN AVULLA

– vertailussa Kimmoke-ranneke, Aktiivipassi ja
Kaikukortti

Liisi Ristimäki, Ella Samppala

KIMMOKE-RANNEKE TUKEE HYVINVOINTIA KULTTUURIN JA LIIKUNNAN AVULLA

- vertailussa Kimmoke-ranneke, Aktiivipassi ja Kaikukortti

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli vertailla eri kaupunkien tapaa järjestää kulttuuri- ja liikuntapalveluita heikommin toimeen tuleville ihmisille. Vertailimme Turun Kimmoke-rannekettä, Tampereen Aktiivipassia ja Kainuun ja Espoon Kaikukorttia. Pyrimme löytämään järjestelmistä hyviä käytäntöjä. Pääpaino oli Kimmoke-rannekkeessa ja sen tarjoamissa kulttuuripalveluissa. Työn lopussa esitämme omia mielipiteitämme ja näkökulmiämme siitä, mitä rannekeen kehityksen eteen voitaisiin tehdä seuraavaksi.

Teoriaosuudessa keskityimme tutkimaan mitä positiivisia vaikutuksia kulttuurilla ja liikunnalla on hyvinvointiin. Perehdyimme myös kulttuurihyvinvoinnin käsitteeseen, sekä siihen liittyviin ajankohtaisiin hankkeisiin ja projekteihin. Opinnäytetyömme oli vertaileva selvitys, joten käytimme apunamme tutkimusmenetelmiä ja vertailua. Vertailun pohjalta nousi esiin hyviä käytäntöjä ja kehitysideoita.

Vertailun tuloksena havaitsimme, että Turun Kimmoke-ranneke tukee työttömien kulttuurin ja liikunnan harrastamista onnistuneesti. Kimmoke-rannekkeen peruspalvelut ovat kattavat. Lisäksi kimmokelaisille tarjotaan lukuisia tapahtumia ja pääsylippuja vuoden ympäri. Rannekkeella saa rahanarvoisia etuja, ja se tuo vauhtia vapaa-aikaan.

Haasteena koimme Kimmoke-rannekkeen tietoisuuden lisäämisen ja sen käyttöön innostamisen, joihin esitimme myös omia kehitysideoitamme. Syventyessämme Kimmoke-rannekkeeseen, huomasimme sen herättävän asiakasnäkökulmasta paljon kysymyksiä, joihin emme löytäneet vastausta esimerkiksi Turun kaupungin Kimmoke-rannekkeesta kertovilta verkkosivuilta. Toivomme, että pystyimme vastaamaan opinnäytetyössämme kaikkiin kysymyksiin, joita ranneke saattaisi käyttäjässä herättää.

ASIASANAT:

Kimmoke-ranneke, Aktiivipassi, Kaikukortti, kulttuurihyvinvointi, kulttuuri, liikunta

Liisi Ristimäki, Ella Samppala

KIMMOKE-BRACELET SUPPORTS WELL-BEING WITH CULTURE AND EXERCISE

- in comparison Kimmoke-bracelet, Aktiivipassi and Kaikukortti

The aim of this thesis was to compare how different cities organize cultural and sporting services for the unemployed. We compared Turku's Kimmoke-bracelet, Tampere's Aktiivipassi and Kainuu and Espoo's Kaikukortti. Our goal was to discover the best practices within these structures. The focus was on the Kimmoke-bracelet and the cultural services it offers. As a conclusion we present our own opinions and views on how the bracelet could be modified and developed in the future.

In the theoretical part we focused on exploring the positive effects cultural and physical activity has on welfare. We also learned about the concept of cultural well-being and projects related to it. Since our thesis was a comparative study we applied research methods and comparison to reach our conclusions. Functional practices and development ideas also emerged based on the comparison.

As a result of the comparison, we found the Kimmoke-bracelet successfully supports the unemployed in using cultural and sporting services. The basic services the Kimmoke-bracelet entails are comprehensive. In addition Kimmoke-users are entitled to countless events and various tickets annually. The bracelet offers valuable benefits as well as meaningful spare time activities.

The challenge we encountered was raising awareness of the Kimmoke-bracelet and encouraging to its use. As we explored the Kimmoke-bracelet closer, we noticed that it raised a lot of questions from the customers point of view. We struggled to find the answers on the Kimmoke-bracelet's web site. We hope our thesis provides answers to all the questions using the bracelet might bring forth to its users.

KEYWORDS:

Kimmoke-bracelet, Aktiivipassi, Kaikukortti, cultural well-being, culture, exercise

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	1
2 HYVINVOINTIA KULTTUURI- JA LIIKUNTAPALVELUISTA	2
2.1 Kulttuurin vaikutus hyvinvointiin ja terveyteen	2
2.2 Liikunnan vaikutus hyvinvointiin ja terveyteen	5
2.3 Hyvinvoinnin ulottuvuuksia	9
3 KULTTUURIHYVINVOINTI	12
3.1 Kulttuurihyvinvointi alueellisena käsitteenä	12
3.2 Hyvinvoinnin poliittinen näkökulma	12
3.3 Kulttuurihyvinvointipalveluiden tarpeellisuudesta	15
3.4 Kulttuurihyvinvointi hankkeina ja projekteina	20
4 VERTAILEVAN SELVITYKSEN LÄHTÖKOHDAT	25
4.1 Opinnäytetyöprosessi	25
4.2 Kimmoke-ranneke	29
4.3 Aktiivipassi	34
4.4 Kaikukortti	35
5 VERTAILEVAN SELVITYKSEN TULOKSET	38
5.1 Kimmoke-rannekkeen, Aktiivipassin ja Kaikukortin vertailua	38
5.2 Hyviä käytäntöjä	41
5.3 Kimmoke-rannekkeen tasa-arvon toteutuminen	47
5.4 Kehitysideoita Kimmoke-rannekkeeseen	50
5.5 Taikusydämen sivuilla julkaistava verkkoartikkeli	55
6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA ARVIOINTI	57
LÄHTEET	60

LIITTEET

- Liite 1. Kimmoke-rannekkeen toimintamallikuvaus.
Liite 2. Hyve-verkkolehden artikkeli.

TAULUKOT

Taulukko 1. Kimmoke-rannekkeen asiakasprosessi.	32
Taulukko 2. Kimmoke-rannekkeen, Aktiivipassin ja Kaikukortin vertailua.	38
Taulukko 3. Kehitysideoita Kimmoke-rannekkeeseen.	50

1 JOHDANTO

Opinnäytetyön aiheena oli Kimmoke-rannekkeen, Aktiivipassin ja Kaikukortin esittely ja vertailu. Tavoitteena oli kerätä tieto yhteen paikkaan ja löytää hyviä käytäntöjä. Pääpaino opinnäytetyössä oli Kimmoke-rannekkeessa. Pohdimme keräämämme tiedon perusteella omasta näkökulmastamme, miten ranneketta voitaisiin jatkossa kehittää.

Toimeksiantajamme Taikusydän ja Kimmoke-rannekkeen kehitystiimi kokivat vertailevan selvityksen tarpeellisena, sillä tähän asti tieto oli ollut pirstaleisesti saatavilla. Toiminnallisten menetelmien opiskelijoina olimme itse kiinnostuneita kulttuurin ja liikunnan vaikutuksista hyvinvointiin, jolloin aiheen valinta tuntui luontevalta. Aihe on sosiaalialalla ajankohtainen, sillä kulttuurihyvinvointi on vielä melko tuore käsite, joka on vasta viime vuosien aikana noussut kunnolla esille. Aiheen tiimoilta on tehty jo nyt paljon hankkeita ja projekteja. Kulttuurihyvinvointi ja sosiaalialan projektit ja hankkeet näkyivät olennaisena osana myös käyttämässämme lähdeaineistossa. Lisäksi tutustuimme laajasti kulttuurin ja liikunnan hyvinvointivaikutuksiin.

Kulttuurin ja liikunnan vaikutuksista hyvinvointiin löytyy laajasti monipuolista tietoa. Koska kulttuurin tärkeys on korostunut 2000-luvulla eikä taidetta haluta enää nähdä vain jonakin ylimääräisenä asiana, löysimme paljon tuoreita hankkeita ja projekteja, jotka pyörivät aiheen ympärillä. Kimmoke-ranneke, Aktiivipassi ja Kaikukortti ovat olleet jo muutama vuoden saatavilla, mutta niitä ei ole tarkasteltu tai vertailtu keskenään kriittisesti. Tämän vuoksi muiden kaupunkien malleista ei ole voitu poimia hyviä käytäntöjä Kimmoke-rannekkeeseen.

Halusimme löytää opinnäytetyöllämme käytäntöjä vertailemalla vastauksia seuraaviin kysymyksiin: 1) Mitä hyviä ja toimivia käytäntöjä Kimmoke-rannekkeessa on jo olemassa 2) Miten Kimmoke-rannekettä voisi kehittää tulevaisuudessa. Teoriaperusta jakaantui kahteen osaan. Sisäinen viitekehys käsittelee kulttuurin ja liikunnan vaikutusta hyvinvointiin. Ulkoinen viitekehys keskittyy kulttuurihyvinvointiin käsitteenä. Muissa luvuissa keskityimme keräämämme tiedon kokoamiseen ja aineiston vertailuun. Lopussa käsittelemme hyviä käytäntöjä ja omasta pohdinnastamme lähtöisin olevia kehitysideoita.

2 HYVINVOINTIA KULTTUURI- JA LIIKUNTAPALVELUISTA

2.1 Kulttuurin vaikutus hyvinvointiin ja terveyteen

Suomessa hyvinvointia edistävät palvelut määritellään sen mukaan, minkä verran ne lisäävät konkreettista hyvää oloa (Honkasalo & Salmi 2012, 243). Liikunta- ja terveystalveluiden kohdalla hyvän olon edistämistä voidaan pitää luonnollisena mittarina, mutta mitä tulee kulttuuripalveluihin, joiden vaikutuksia on huomattavan paljon vaikeampi mitata? Taiteen yhteiskunnallisen merkityksen voidaan katsoa lisääntyneen, sillä kulttuurin vaikutuksia ihmisen hyvinvointiin on tutkittu viime aikoina entistä ahkerammin sekä kotimaassa, että kansainvälisesti. Aihe on noussut viime aikoina esiin myös strategiatason puheessa, ja kulttuuripalveluita pyritään kehittämään yhä aktiivisemmin yhdessä kansalaisten kanssa. (Honkasalo & Salmi 2012, 243.) Toteutamme myös kansalaisina itse sekä omaa, että yhteiskunnan hyvinvointia osallistumalla kulttuurin käyttämiseen ja tekemiseen (Niemelä 2010, 249). Toisten kanssa toimimiseen voi kannustaa kaksi syytä: oman hyvän kasvattaminen, tai hyvän tuominen koko yhteisölle oman osallistumisen kautta (Karjalainen & Keskitalo 2013, 150–151).

Ihmisten, jotka käyvät erilaisissa kulttuuritilaisuuksissa yhdessä muiden kanssa, voidaan tutkimusten mukaan todeta elävän pidempään kuin niiden, jotka eivät harrasta lainkaan kulttuuria. Liikuntaa ja kuntoilua on suositeltu terveyden ja hyvän toimintakyvyn edistämiseksi jo pitkään, mutta myöskään kulttuurin vaikutusta kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ei sovi unohtaa. Yhdessä koetulla kulttuurilla voikin olla lähes yhtä suuria vaikutuksia yksilön terveyteen, kuin laihduttamisella, terveystalvikunnalla tai sillä, minkä verran tupakoimattomuus lisää vuosia ihmisen elämän loppupäähän. Kyse ei ole pelkän taide-elämyksen tuomasta hyödystä. (Hyyppä 2013, 19–20.) On silti epäselvää, kuinka monta taidekokemusta vakuuttavien aineistojen keräämiseksi tarvitaan ja korvaako taiteesta puhuttaessa laatu määrän, vai toisin päin. (Honkasalo & Salmi 2012, 245.) Tutkittua kuitenkin on, että aktiivinen kulttuuritilaisuuksiin osallistuminen ja taiteen tekeminen yhdessä ja muiden kanssa tukee terveyttämme (Koivisto ym. 2010, 57). Taiteen ja kulttuurin terveysvaikutusten taustalle on saatu myös lääketieteellistä tutkimustietoa: erään ruotsalaisen tutkijan väitöskirjan mukaan jo lyhytkestoinenkin kulttuurin harrastaminen alentaa verenpainetta ja stressihormonien tasoa (Bonnaffé ym. 2007, 75–76.)

Kulttuuriharrastuksen aloittamisen ei pitäisi olla koskaan liian myöhäistä, eikä kulttuurilajin valinnalla ole tutkimusten mukaan varsinaista merkitystä. Vuosikymmeniä sitten tehdyn ruotsalaistutkimuksen mukaan voitaisiin jopa todeta, että pelkkä kirjastokortin omistaminen pidentää elinikää. Ennen kaikkea kyse on siitä, kuinka sosiaalinen yhdessäolo kulttuurin parissa on avainasemassa pidempään ja terveempään elämään. (Hyyppä 2013, 21–22.) Pelkän kirjastokortin omistaminen ei siis vielä takaa lisää vuosia eliniänodotteeseen. Hyvinvointi on kokonaisvaltainen käsite, johon sisältyy muutakin, kuin aineellista hyvää (Allardt 1976, 18).

Kulttuuri kulkee mukanaamme läpi elämän, esimerkiksi kirjallisuuden muodossa. Kirjallisuudella onkin oma tärkeä osansa ihmisen kehityksessä, sillä esimerkiksi sadut ovat omiaan ruokkimaan lapsen mielikuvitusta. Nuoret taas saavat samaistumispintaa fiktiosta ja aikuistakin kirjallisuus aktivoi ja ylläpitää vireyttä. Eläkeläinen taas lukee uudestaan mielikirjojaan, muistellen samalla niiden herättämiä tunteita. Siksi ei olekaan ihme, että hyvinkin erilaisista taustoista tulevat ihmiset ovat sitä mieltä, että kirjastot tulee säilyttää osana kaupunkikuvaa myös jatkossa. Voidaan todeta, että ihminen saa jo koulussa äidinkielen ja kirjallisuuden kursseilla sellaisia taitoja, joista hän hyötyy koko ikänsä. Siksi onkin kyseenalaista, miksi äidinkielen tuntien määrää on vähennetty opetuksessa vuosien saatossa. (Peltonen 2012, 18–35.)

Kulttuurilla ja taidelähtöisillä menetelmillä pyritään tukemaan yksilön hyvinvointia, lisäämällä itseyymmärrystä ja toisten ihmisten kohtaamista. Tällöin toiminnan tavoitteena on lähteä liikkeelle yksilön tarpeista ”taiteilijan ohjaamana”, esimerkiksi osallistavan taiteen (participatory art) ja yhteisötaiteen (community art) keinoin. Vaikka museoilla ja muilla kulttuurilaitoksilla onkin ollut jo pitkään tärkeä roolinsa yhteisöllisen taiteen mahdollistajana, osallistavaan taiteeseen ja yhteisötaiteeseen voi törmätä joskus myös yllättävissä paikoissa, kuten omalla asuinalueellaan tai työpaikallaan. Näiden taidemuotojen pääasiallisena tavoitteena voidaankin pitää tasa-arvoisuuden ja yhteisöllisyyden vahvistamista, jotka osaltaan kasvattavat sekä yksilön että yhteisön hyvinvointia. (Honkasalo & Salmi 2012, 243–246.)

Taiteen tuominen ihmisten arkeen ei ole kuitenkaan uusi keksintö. Jo kuuluisien taiteilijoiden, kuten Picasson, varhaiset kollaasit pyrkivät saattamaan arkielämän ja taiteen vuorovaikutukseen käyttämällä arkea taiteen materiaalina. Taiteeksi taipuivat esimerkiksi puut, kivet ja väriaineet, eikä taiteen tärkein tehtävä enää ollutkaan kuvata ihmisten moraalisia tai symbolisia arvoja. Taidetta on tuotu ateljeista kaduille jo 1950-luvun Rans-

kassa, jolloin joukko taiteilijoita muodosti mainostaulujen julistekerroksia repimällä dekkolaaseja, jotka viestivät osaltaan myös aikansa media- ja kulutuskritiikkiä. (Bonnaffé ym. 2007, 39.)

Kulttuurin hyvinvointivaikutuksista kerätty tieto on ajoittain ristiriitaista. Kaikki tieteelliset tutkimukset eivät tue oletusta, jonka mukaan taide-elämykset parantavat välittömästi hyvinvointia tai terveyttä. Kulttuuriohjelmien vaikutuksista väestö- tai yksilötasolla ja on niukasti tieteellistä kirjallisuutta ja tieteellinen tutkimus vaatisi muutakin, kuin tietoa kulttuurin kuluttajien mielialoista. (Hyypä 2013, 121–126.) Tällaisissa tilanteissa usein käytetty kysymys onkin, ”miten tyytyväinen olet elämääsi, kun ajattelet sitä kokonaisuudessaan”. Tämän kaltaista subjektiivista indikaattoria käytettäessä eteen tulee kuitenkin ongelma: käsitteillä, kuten sanalla *onni* tai *elämän tyytyväisyys*, on erilainen merkitys eri kulttuureissa. Tämän takia subjektiivisia mittareita yhdistetään harvoin objektiivisten hyvinvointimittareiden kanssa, vaikka niiden käyttö onkin muuten lisääntynyt. (Hiilamo & Saari 2010, 115; Allardt 1976, 180–181.) Se, kuinka onnelliseksi ihminen kokee itsensä, liittyy oleellisesti subjektiivisiin elämyksiin ja tuntemuksiin. Näin ollen hyvinvointitutkimuksissa olisikin usein tärkeää tutkia molempia – sekä subjektiivisia kokemuksia, että objektiivisiä olosuhteita. (Allardt 1976, 32.)

Kulttuuriohjelmien vaikutuksista on kerätty tuloksia, jotka voidaan jakaa neljään osaan: yksilöiden kokemat muutokset, sosiaaliset vaikutukset, taloudellinen etu ja koulutuksellinen edistyminen (Hyypä 2013, 121–126). Yksilönäkökulmasta kyse on siitä, miten ihminen pääsee osallistumaan aktiivisesti oman arkensa ja hyvinvointina rakentamiseen, ja pääsee näin ollen olemaan ”oman itsensä herra” (Honkasalo & Salmi 2012, 250–251). Edellä mainittujen tulosten mukaan kulttuurikokemusten vaikutukset ovat olleet selvät, sillä ihmiset ilmoittivat olevansa aikaisempaa onnellisempia, luottavaisempia ja luovempia, sekä saaneensa uutta oppia ja uusia ystäviä projektien kautta. Tulosten mukaan myös vastaajien itsetunto lisääntyi ja yksinäisyyden tunteet vähenivät kulttuuriohjelmiin osallistumisen myötä. (Hyypä 2013, 121–126.) Tältä kannalta kaikki kokemukset, joista saadaan mielihyvää, ovat kulttuurisesti merkityksellisiä (Niemelä 2010, 250). Taiteen ja kulttuurin elämänlankaa pidentävä vaikutus perustuu ennen kaikkea sosiaaliseen pääomaan ja sen ihmisiä verkostoivaan ominaisuuteen, ei niinkään yksittäiseen taide-elämykseen. Voihan taide myös vihastuttaa. (Hyypä 2013, 121–126.) Näin ollen on hyvä ottaa huomioon, että kun taidetta käytetään hyvinvoinnin lisäämiseen, se voi samalla aiheuttaa myös pahoinvointia, kipua tai tuskaa yksilön näkökulmista riippuen (Honkasalo & Salmi 2012, 250–251).

Yksilön hyvinvointiin panostamalla ja terveitä elinvuosia lisäämällä voidaankin saavuttaa kansantaloudellista etua koko yhteiskunnalle. Suomessa useat työnantajat ovatkin alkaneet panostaa työntekijöiden hyvinvointiin tarjoamalla heille vuosittain liikunta- ja kulttuuriseteleitä, jotka mahdollistavat työntekijän vapaa-ajanvieton myös erilaisissa kulttuuri-kohteissa. Yleisesti työntekijät arvostavat mahdollisuutta osallistua kulttuuriohjelmiin, vaikka seteleistä ei toistaiseksi ollakaan julkaistu kriittistä tutkimustietoa. (Hyypä 2013, 115.) Useat tutkimustulokset tukevat ajatusta kulttuurin positiivisista vaikutuksista esimerkiksi hoitotyössä, kuntoutuksessa ja ennaltaehkäisevässä työssä (Koivisto ym. 2010, 57–58). Silti myös työhyvinvointiin tulisi panostaa entistä enemmän. Samaan aikaan kun työuria halutaan pidentää, mielenterveys- ja alkoholiongelmien sekä kansansairauksien ennaltaehkäisy jäävät vähälle. Jo vuonna 2012 pelkät kansan työkyvyttömyyseläkkeet maksoivat yhteiskunnalle 24 miljoonaa euroa, mikä näkyi myös bruttokansantuotteessa: työhyvinvoinnin laiminlyöminen leikkasi bruttokansantuotteesta 3–5%. Näin olleen pelkät kulttuurisetelit eivät riitä, vaan työpaikkojen työilmapiiriin, esimiesten johtamistaitoihin ja tuottavuuden lisäämisen epäinhimillisiin vaatimuksiin tulisi kiinnittää myös entistä enemmän huomiota. (Peltonen 2012, 52–53.)

2.2 Liikunnan vaikutus hyvinvointiin ja terveyteen

Liikunnalla on monia terveyshyötyjä. Säännöllinen liikunta voi ehkäistä sydän- ja verisuonitauteja sekä diabetesta. Edellä mainittuja sairauksia myös hoidetaan liikunnalla. Liikunta voi estää veritulppien syntymistä. Liikunta vaikuttaa positiivisesti verenpaineeseen, verensokeriin ja veren rasva-arvoihin. Kuntoilu on avainasemassa painonhallinnassa, joka taas vähentää nivelten kuormittumista. Liikunta vahvistaa luita, jolloin osteoporoosin riski pienenee.

Lihakset hyötyvät monin tavoin liikunnasta; vahvat lihakset auttavat tasapainon kanssa ja lihakset vaimentavat iskuja paremmin, joka taas suojaa niveliä. Kun liikkuu säännöllisesti, nivelet vahvistuvat ja rustot ja luut pysyvät terveinä. Liikunta parantaa ihmisen kestävyyttä. Lyhyet ja kevyetkin kuntoilujaksot voivat kasvattaa terveyttä ja sairastumisriski saattaa pienentyä. (Kuntaliitto 2015, 42.) Yleisimpiä työikäisten oireita ovat liikuntaelinten kivut. Ne johtavat usein sairauspoissaoloihin tai jopa ennenaikaiseen eläkkeelle siirtymiseen. Valtaosalla aikuisväestöstä on ollut selkä-, niska- tai olkapääkipua. Näiden ehkäisemisessä liikunta on erittäin tärkeää. (Reivinen & Vähäkylä 2012, 108.)

Kimmo-kannekeiden käyttäjien yleisin liikuntamuoto on uiminen. Uiminen on erityisen hyvä liikuntamuoto, etenkin jos ihmisellä on terveydellisiä rajoitteita. Ihminen liikkuu kevyemmin vedessä, samalla kun veden vastus lisää lihasvoimaa ja kestävyttä. Liikkuminen vedessä ei rasita myöskään niveliä. Uimisen on todettu parantavan unenlaatua, lisäävän liikkuvuutta ja auttavan painonhallinnassa. Lisäksi uimisessa on hyvin pieni loukkaantumisenriski. (Coates 2010, 80–81.)

Liikunta linkittyy vahvasti ihmisten hyvinvointikokemuksiin. Liikunta tuo voimistumisen ja virkistymisen kokemuksia ja vähentää epämieluisia kehontuntemuksia. Yksilöt kokevat liikunnan tuottamat elämykset hyvin eri tavoin. Kun liikuntaan tottuu, positiiviset kokemukset usein kasvavat ja ne lisäävät ja ylläpitävät liikuntamotivaatiota. Ihmisen koettu hyvinvointi ei tarkoita vain sitä, että ihminen kokee olevansa onnellinen ja elämänsä elämisen arvoiseksi. Enemmänkin koetussa hyvinvoinnissa on kyse hyvästä olost: mieli on virkeä, oma keho tuntuu hyvältä ja toimintakykyiseltä eikä siinä ole epämieluisia tuntemuksia. Liikunnan on todettu vähentävän negatiivisia tunteita, kuten ärsytystä ja alakuloisuutta. Positiivisten tunteiden, kuten elinvoimaisuuden ja tarmon on todettu lisääntyvän liikkuesssa. Ihmisen hyvinvointi paranee, jos edellä mainitut positiiviset tunteet lisääntyvät tai monipuolistuvat. Hyvinvoinnin puute voi myös lievittyä liikunnan avulla. (Fogelholm ym. 2011, 43–44.)

On hyvin yleisesti tiedossa, miten liikunta vaikuttaa henkiseen hyvinvointiin. On pystytty todistamaan, että liikuntaharrastuksella ja hyvällä fyysisellä kunnolla on merkitystä hyvän elämänlaadun saavuttamisessa. Liikunnan on havaittu vähentävän stressiä ja vahvistavan ihmisen henkisiä voimavaroja. Liikunta myös vähentää masennusta ja lievittää ahdistusta. (Koivisto ym. 2012, 64–65.) On todistettu, miten liikunta saa aikaan sen, että aivojen hippokampuksessa syntyy uusia soluja. Sama vaikutus on masennuslääkkeillä. Säännöllinen liikunta voi ehkäistä uuden masennusjakson alkamista ja se on myös hyvä lisä masennuslääkkeitä syöville ihmisille. Ahdistuksen hoidossa liikunnan tiedetään lieventävän oireita jo lyhyellä aikavälillä. Ahdistus alkaa helpottaa muutaman minuutin kulluttua liikunnan lopettamisesta. Ahdistusta lievittävä vaikutus kestää noin 2–4 tuntia ja on voimakkaimmillaan 15 minuuttia siitä, kun urheilusuoritus on päättynyt. Kevyt liikunta, kuten kävelylenkki, lievittää ahdistusta hieman, mutta tehokkainta on rasittavampi liikunta. (Hansen & Sundberg 2015, 46–48.) Aikuisten liikuntasuosituksissa kehoitetaan harrastamaan kestävyysliikuntaa kaksi ja puoli tuntia viikossa. Lihaskuntoa ja isojen lihasryhmien liikehallintaa tulisi harjoittaa kahdesti viikossa. (Koivisto ym. 2012, 64–65.)

Liikunnasta on hyötyä henkisen jaksamisen ohella myös itsetunnolle. Kun ihmisen olo ja kunto ovat hyviä, se välittyy myös ulospäin. Liikunta vaikuttaa positiivisesti siihen, miten

ihminen näkee itsensä ja oman seksuaalisuutensa. Sosiaalinen elämä saattaa vilkastua, kun harrastaa säännöllisesti liikuntaa. Liikuntaharrastusten parissa voi tavata ihmisiä, joilla on samoja mielenkiinnonkohteita ja tavoitteita. Harrastus luo yhteenkuuluvuuden tunnetta ja ihminen saattaa solmia uusia ystävyssuhteita. Liikkuessa arjen huolet unohdetaan, kun on keskittyttävä yhteen asiaan – liikuntasuoritukseen. (Saarijärvi & Kosonen 2013, 34–42.) Liikunnan merkityksellisyys johtuu osittain sen välittömistä vaikutuksista. Välittömiä vaikutuksia ovat esimerkiksi ilo, onnistuminen ja pätevyiden kokemukset. Liikunta voi tuottaa myös jännitystä ja selkeyttää ajatuksia. (Luona-Helminen & Samstén 2004, 15.) Naisilla liikunta auttaa myös hormonitasapainon ylläpitämisessä. Mielialanvaihtelut eivät ole välttämättä niin suuria, ja epäterveelliset mieliteot voivat vähentää säännöllisen liikunnan harrastamisen myötä. (Brogan 2016, 189.)

Suomessa on valloillaan ajatusmalli, jonka mukaan jokaisen ihmisen hyvinvointi on hänen oma asiansa. Toki oma huono fyysinen kunto ja voimattomuus häiritsevät eniten omaa elämää. Sillä on kuitenkin kauaskantoiset seuraukset, jos ihminen ei voi itse hyvin. Huono olo heijastuu myös perheeseen ja muuhun lähipiiriin, sekä työpaikalle ja porukoihin, joissa ihminen on osana. Vastuullisuus kuuluu hyvinvointiin. Läpi aikojen ihmiset ovat selvinneet ja voineet paremmin ryhmässä ja yhteistyötä tekemällä. (Heikkilä & Arvonen 2014, 21.) Ryhmä motivoi liikkumaan. Ilman ryhmän tukea ihminen löytää usein tekosyitä, joilla jättää liikunnan väliin. Syyksi riittävät usein jo yksittäiset asiat, kuten pimeys tai turvattomuuden tunne yksin liikkuessa. (Heikkilä & Arvonen 2014, 117.)

Liikunnalla on todettu olevan lukuisia terveyshyötyjä. Unen kannalta liikunnan tulisi koostua sekä aerobisesta, että voimaharjoittelusta. Raskasta liikuntaa tulisi harrastaa kuitenkin kahdesta kolmeen tuntia ennen nukkumaanmenoa, jotta se ei vaikuttaisi negatiivisesti yöuniin. (Pigeon 2010, 120.) Väestötutkimuksissa on havaittu, että säännöllinen liikunta on yhteydessä hyvään unenlaatuun, nukahtamiskykyyn ja ihmisen vireyteen päiväsaikaan. Liikunta voi estää uniapneaa ja unettomuutta. Liikunnan vaikutus unenlaatuun on ollut huomattavinta ikääntyneillä, joilla on ollut unen kanssa ongelmia. Vaikuttava tekijä voi olla esimerkiksi liikkuminen valoisaan aikaan, sillä se tukee vuorokausirytmää. Uneen voi vaikuttaa myös liikunnan aiheuttama, noussut ruumiinlämpö. (Kukkonen-Harjula 2015.)

Myös painonhallinnassa liikunta on keskeisessä asemassa. Finriski 2007 -tutkimusta tehtäessä joka viides 25–74-vuotiaista, eli kaikkiaan joka viidennes oli ylipainoisia. Ylipaino rasittaa tuki- ja liikuntaelimistöä, sekä insuliinin tuotantoa ja aineenvaihduntaa. Nämä taas lisäävät muiden sairauksien riskiä. Lihavuus myös lyhentää elinaikaa. Liikunta

kunta estää ylipainoon liittyvien sairauksien syntymistä tai hidastaa sairauden etene- mistä. (THL 2014.) Säännöllinen ja runsas kestävyysliikunta ennaltaehkäisee tai pienentää painonnousua. Vaikka laihtuminen olisikin vähäistä, on liikunta tärkeää fyysiselle ja psyykkiselle toimintakyvylle. Terveyden ja toimintakyvyn kannalta on parempi olla fyysisesti aktiivinen, vaikkakin vähän ylipainoinen, kuin täysin liikuntaa harrastamaton normaalipainoinen. (Vuori 2015, 233–234.)

Työssäjaksamisen kannalta liikunta on merkittävässä asemassa. Liikunta pitää ihmisen hyvinvoivana ja työkykyisenä pidempään. Jos työntekijä ei harrasta säännöllisesti liikuntaa ja hänellä on muitakin terveydellisiä riskitekijöitä, on todennäköistä, että hänen työssäjaksamisensa heikkenee ja sairauspoissaolot lisääntyvät. Terveydellisillä riskitekijöillä on tapana kasaantua. Kun lisäriskitekijöitä ilmaantuu, se lisää noin 2–3 prosentilla työpäiviä, jolloin työntekijä kokee työnhyvintönsä huonoksi. Liikunnan lisäämisen ohella tulisi hallita muitakin riskitekijöitä. Liikuntaneuvonta ja liikkumiseen kannustaminen työpaikalla parantavat työntekijöiden hyvinvointia. Valtaosassa työpaikoista työntekijöiden liikuntaa tuetaan esimerkiksi tarjoamalla uimahalli- tai kuntosalilippuja. Vastuu on loppukädessä kuitenkin työntekijällä itsellään. (Fogelholm ym. 2007, 11–15.)

Suomalainen CAIDE-tutkimus, jossa seurattiin tutkittavia henkilöitä yli 30 vuotta, osoitti liikunnan positiivisia vaikutuksia muistisairauksien ehkäisyssä. 20–30 minuuttia liikuntaa kerrallaan vähintään kahdesti viikossa saattaa pienentää dementiaoireiden ja Alzheimerin taudin riskiä huomattavasti myöhäisiässä. (Reivinen & Vähäkylä 2012, 94–97.) Kun harrastaa liikuntaa, liikkeiden ohjaaminen, havaintojen käsittely ja ratkaisujen tekeminen vaativat aivojen eri osien käyttöä ja toimintojen liittymistä tehokkaasti toisiinsa. Tutkimuksissa säännöllisesti liikkuneilla ihmisillä kognitiiviset toiminnat ovat säilyneet parempina kuin ihmisillä, jotka eivät ole liikkuneet. (Vuori 2015, 28.)

Yhdysvalloissa on tehty tutkimus, jossa seurattiin liikunnan vaikutuksia iäkkäiden naisten kuolleisuuteen. Osallistujat olivat yli 65-vuotiaita ja heitä oli lähes 10 000. Seuranta-aika oli noin 11 vuotta. Naisia oli neljässä eri ryhmässä: 1) koko ikänsä paljon liikkuneet, 2) koko ikänsä liikuntaa vältelleet, 3) tutkimuksen alussa mailin päivittäiset kävelyt aloittaneet ja 4) kokonaan liikunnan harrastamisen lopettaneet. Ryhmässä, jossa liikuttiin paljon, sekä ryhmässä, joka vasta aloitti lenkkeilyn, oli noin 50% pienempi syöpä-, sydän- ja kokonaiskuolleisuus, kuin niissä ryhmissä, joissa ei harrastettu lainkaan liikuntaa. Niillä, jotka olivat aikaisemmin liikkuneet mutta lopettaneet, oli kuolleisuus samalla tasolla niiden kanssa, jotka olivat aina karttaneet liikuntaa. Liikunnan hyötyjä ei voi siis juurikaan varastoida. Eliniän piteneminen, joka oli seurausta liikunnan lisäämisestä, voi

johtua monesta syystä. Syitä voivat olla esimerkiksi sydäntautiriskin pieneneminen, parempi sydämen ja keuhkojen toiminta sekä vähentynyt kaatumisriski ja osteoporoosista johtuvien murtumien väheneminen. Liikunta myös sosialisoi ihmistä ja voi tehdä ihmisen elämästä hauskemman ja pidemmän. Myös monista muista tutkimuksista on saatu tuloksia, joiden mukaan liikunta pidentää ikää, mikäli se vain on säännöllistä. (Punnonen 2012, 134–135.)

Liikunnassa on kuitenkin tärkeää ottaa huomioon oma ikä ja terveydellinen tila. Omaa kehoa on kuunneltava, sillä liika on liikaa. Varsinkin iäkkäimpien tulisi aloittaa liikunta varovaisesti. Monipuolinen liikunta pitää kehon kunnossa ja tasaa mielialaa. On tärkeää, että liikuntamuoto tuo itselle mielihyvää. Eri liikuntamuotojen kokeileminen saattaa olla hyödyllistä. Ihmiset ovat erilaisia ja siksi juuri oman liikuntamuodon löytäminen on tärkeää; joku pitää ulkona liikkumisesta ja toinen taas viihtyy sisätiloissa. Ryhmässä tapahtuva liikunta tuo virikkeitä ja saattaa olla jopa terapeutista. Tutkimusten mukaan liikunta ylläpitää ja lisää positiivista mielialaa, ja paljon liikkuva kokee yleisen hyvinvointinsa paremmaksi. (Siimes 2010, 70–71.)

2.3 Hyvinvoinnin ulottuvuuksia

Hyvinvointia voidaan tarkastella erilaista näkökulmista. Näitä tarkastelukulmia ovat esimerkiksi hyvinvointi sosiaalisen turvan käsitteenä (welfare) sekä hyvinvoinnin ja hyvän olon lisääntyminen terveys- ja liikuntapalveluiden kautta (wellness). Kulttuurisesti kyse on useimmiten holistisesta, kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista (wellbeing). (Honkasalo & Salmi 2012, 243–244.) Myös tunnettu suomalainen sosiologi ja akateemikko Erik Allardt (1976) on määritellyt hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Hyvinvointi koostuu hänen mukaansa kolmesta eri osatekijästä: elintaso (having), yhtenäisyysuhteet (loving) ja itsensä toteuttaminen (being). (Allardt 1976, 33–49). Kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta on tärkeintä, että ihminen tekee ja kokee arkielämänsä merkitykselliseksi ja mielekkääksi ja pääsee toteuttamaan jossain määrin kaikkia hyvinvoinnin osa-alueita (Koi-visto ym. 2010, 58; Allardt 1976, 33–49).

Syntyessään suomalaiset lapset ovat maailman terveimpiä. Ennaltaehkäisevien palveluiden riittämättömyys tulee tosin myöhemmin vastaan, mikä näkyy korjaavien palveluiden ja kustannusten jatkuvana kasvuna. Nuorina aikuisina suomalaisten hyvinvoinnissa on jo parantamisen varaa. Lapsen hyvinvointiin ja kehitykseen vaikuttaa useampi tekijä: perimä, biologinen-, psykologinen- ja sosiaalinen ympäristö, yhteiskunnalliset päätökset sekä ylisukupolviset tekijät. Ylisukupolvisia tekijöitä ovat esimerkiksi omaksutut arvot,

asenteet ja elämänhallinnan sosiaaliset, kulttuuriset ja aineelliset voimavarat. Kaikkien näiden tekijöiden kautta ihmisen fyysinen ja psyykinen terveys muodostavat hänestä kokonaisuuden, ja tämä kokonaisuus osaltaan määrittää pärjäämistä myöhemmissä elämänvaiheissa.

Myös heikko koulutus ja toimeentulo sekä alkoholi- ja mielenterveysongelmat ovat usein, ainakin osittain, ylisukupolvisia ilmiöitä. Huomattava osa mielenterveyden häiriöistä nousee esiin jo lapsena, joka puolestaan vaikuttaa heikkoon koulumenestykseen ja hyvinvointiin tulevaisuudessa. Myös perheiden köyhyys altistaa käytöshäiriöille, joilla on epäsuotuisa vaikutus yksilön kehityspolkuun. Syrjäytymisen uhka nousee esille jo varhain, jolloin yhteiskuntaan kiinnittyminen alkaa. Mitä enemmän perheellä on ongelmia, sitä todennäköisemmin myös lapsen elämänsä vastoinkäymiset ketjuuntuvat ja kasaantuvat, jolloin syrjäytymisen kierre lähtee helpommin liikkeelle. (Reivinen & Vähäkylä 2012, 37–51.)

Yksilön ja ympäristön välillä tapahtuva vuorovaikutus voi kääntyä myös positiiviseen suuntaan, eikä varsinainen syrjäytymisen tai pärjäämisen kierre kuljekaakaan täysin, kuten myös edellä todettua, geneeissä. Perinnöllisillä tekijöillä on toki oma vaikutuksensa, mutta se ei ehkä ole niin suuri, kuin toisinaan on uskottu. Yksilön kehitystä haittaavat ja suojaavat tekijät vaikuttavat jokaiseen yksilöllisesti, ja siinä missä toinen lannistuu, toinen saattaa sisuuntua ja näyttää kyntensä. Niinpä myös samassa perheessä kasvaneiden lapsien kehityssuunta voi erota toisistaan. Riskitekijöistä huolimatta monet lapset pärjäävät. Taustalla voi olla useita tai yksittäisiä suojaavia tekijöitä, kuten myönteisiä ihmissuhteita perheen ulkopuolella tai harrastusmahdollisuuksia, jotka tukevat varhaista hyvinvointia esimerkiksi kohottamalla itsetuntoa. Heikosta toimeentulosta huolimatta myös sillä on vaikutusta lapsen myöhempään hyvinvointiin, jos vain toinenkin vanhemmista suhtautuu myönteisesti ja luottavaisesti yhteiskunnalta saatavaan apuun. (Reivinen & Vähäkylä 2012, 37–39.)

Lapset ovat hyvin eriarvoisessa asemassa keskenään jo perheen toimeentulon ja pelkän asuinkunnan perusteella. Hyvin toimeentulevien perheiden lapset tunnetusti liikkuvat enemmän ja syövät terveellisemmin, kuin huonommin toimeentulevien perheiden lapset. Myös palvelut jakautuvat epätasaisesti eri kuntien välillä, ja jotkin erikoispalvelut saattavat olla syrjäisemmässä kylässä täysin perheiden saavuttamattomissa. Tällöin ehkäisevien ja hyvinvointia parantavien palveluiden merkitys korostuu entisestään, ja lasten tilanne tulisi ottaa huomioon aina, kun perheellä tiedetään olevan ongelmia. (Reivinen & Vähäkylä 2012, 40.) Jo päiväkotit, koulut ja harrastukset ovat tärkeitä, suojaavia tekijöitä tarjoavia tahoja: ”jos kotoa ei olekaan saanut parhaita eväitä elämänmittaiselle retkelle,

muiden tarjoamiset voivat pitää nälän loitolla”. (Reivinen & Vähäkylä 2012, 50.) Siksi onkin huolestuttavaa, että näistä palveluista leikataan ja ryhmäkokoja kasvatetaan.

Myös yksinäisyyttä voidaan tarkastella erilaisista näkökulmista. Sillä, onko yksinäisyys itse valittua vai ei, on suuri vaikutus siihen, millaisena ihminen elämänsä kokee. Itse valittu yksinäisyys on edelleen arvostusta herättävä vapauden muoto, kun taas pakonomainen, kohtaloksi koitunut yksinäisyys laskee selvästi elämänlaatua. Jälkimmäistä yksinäisyyttä voidaan verrata myös siihen, miten ihminen joutuu vanhuuden, sairauden tai muun syyn takia ”toisten armoille”, menettäen näin ollen suuren osan vapaudestaan joko tilapäisesti tai lopullisesti. Näin ollen valinnan vapauden ja valinnan pakon välillä on valtava ero. (Hannikainen 2014, 264.)

Kulttuurisen ympäristön vaikutukset näkyvät konkreettisesti myös ihmisen aivoissa. Merkittävänä aivohormonina tässä yhteydessä voidaan pitää esimerkiksi oksitosiinia, jonka tiedetään lisäävän ihmisten välistä keskinäistä kiintymystä sekä sosiaalista yhteenkuuluvuutta. Tämä näkyy aivoissa konkreettisina rakenteen ja toiminnan muutoksina. Näin ollen oksitosiinia käyttävä hermoverkosto välittää ympäristön, myös kulttuurin, merkityksiä aivoihin, jolloin kulttuurin vaikutus välittyy ihmisen terveyteen ja hyvinvointiin. (Hyypä 2013, 51–54.)

Kulttuurin ja liikunnan tuomasta hyvästä olostä on hyötyä aivoille. Toimintakyky ja elimistön hyvinvointi perustuvat ajatukseen ”ponnista ja lepää – sillä jos et ponnista, voimasi uupuvat”. Kun solua lihaksessa tai aivoissa ei harjoiteta, ei se myöskään tuota nautintoa. Kahdessa viikossa toiminta automatisoituu. Tänä aikana aivosolut syntyvät, haaroittuvat ja liittyvät hermoverkostoihin. Liikunta tuottaa hyvänolon tunteen, joka johtaa asian toistamiseen. Kun ihminen osaa vielä luopua katkeamattomasta aivoja kuormittavasta teemisestä, eli osaa levätä, saavuttaa enemmän. Liikunta tuottaa nautintoa ja liikkuminen on ylipäätään sisäänrakennettu ominaisuutemme. (Itkonen & Kauravaara 2015, 74-75.)

Serotoniinilla, dopamiinilla, noradrenaliinilla ja endorfiineilla on tärkeä merkitys liikunnan ja aivojen välisessä yhteistyössä. Serotoniinin tehtävä on lisätä tyytyväisyyttä ja levollisuutta. Dopamiini saa ihmisen tuntemaan olonsa hyväksi liikunnan jälkeen ja se saa ihmisen käyttäytymään tietyllä tavalla. Noradrenaliini tekee ihmisestä pirteän ja tarkkaavaisen. Endorfiinit lievittävät kipua ja tuovat hyvänolon tunteen. Kun ihminen harrastaa liikuntaa, kaikkia edellä mainittuja aineita vapautuu aivoissa ja niiden vaikutus kestää muutaman tunnin. (Hansen & Sundberg 2015, 33.)

3 KULTTUURIHYVINVOINTI

3.1 Kulttuurihyvinvointi alueellisena käsitteenä

Kulttuurihyvinvoinnissa on kyse ihmisen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin lisäämisestä. Hyvinvointia pyritään lisäämään juurruttamalla taidelähtöisiä hyvinvointipalveluita sosiaali- ja terveysalan rakenteisiin. Palveluiden avulla pyritään ehkäisemään yksinäisyyttä ja sosiaalista syrjäytymistä, luomalla mahdollisuuksia ja merkityksiä ihmisen elämään. Tavoitteena on myös edistää mielenterveyttä ja lisätä osallisuutta ja ihmisen oikeutta itseilmaisuun. Taide ja kulttuuri ovat osa hyvää elämänlaatua ja oppimista läpi elämän, ihmisen iästä tai elinolosuhteista riippumatta. Kulttuurihyvinvointipalveluita lisäämällä pyritään kohentamaan ihmisen toimintakykyä, koettua terveyttä ja elämänhallinnan tunnetta, jolloin kokonaisvaltainen hyvinvointi lisääntyy. Kaikkiaan kulttuurihyvinvointipalvelut ovat palveluita, jotka yhdistävät kulttuuria, taidetta, terveyttä, hyvinvointia ja osallisuutta. Parhaimmillaan kyseessä on yksilöllisesti tai yhteisöllisesti jaettu kokemus siitä, kuinka kulttuuri lisää kokonaisvaltaista hyvinvointia, tai on ainakin yhteydessä siihen.

Alueellisesti käsite on noussut esiin esimerkiksi Turku 2011 kulttuuripääkaupunkivuoden ohjelmassa. Kulttuurihyvinvointi on myös osana Turun kaupunkistrategiaa 2029 sekä Varsinais-Suomen liiton kulttuuristrategiaa. Turun ammattikorkeakoulussa toimii kulttuurihyvinvoinnin tutkimusryhmä, jonka tavoitteena on vahvistaa terveys- ja hyvinvointialojen sekä eri taiteenalojen moniammatillista yhteistyötä ja toimintamalleja. Tutkimusryhmän sisällä toimii Taikusydän – taiteen ja hyvinvoinnin yhteyspiste -hanke, jonka kanssa myös tämä opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä. (Turun amk 2016; Taikusydän 2017.)

3.2 Hyvinvoinnin poliittinen näkökulma

Poliittiset linjaukset määrittävät osaltaan, miten kulttuuri- ja liikuntapalveluita järjestetään. Kunnilla on oma vastuu, jonka ohessa kansalaisvaikuttaminen on vallannut yhä vahvemmin alaa yhteiskuntapoliittisessa keskustelussa 2000-luvulla. Kansalaisvaikuttamisen voidaan sanoa nousseen jopa samalla tavoin vahvaksi ja vaikuttavaksi yhteiskuntapoliittiseksi käsitteeksi, kuin kestävä kehitys tai ekotehokkuus. Jo vuonna 2004 kansalaisvaikuttaminen oli myös yksi hallituksen asettamista politiikkaohjelmista. (Lairio ym.

2008, 77.) Myös aktivointipolitiikka, eli ihmisten aktivoiminen takaisin sosiaalitueltä työhön ja työelämään, on yksi hyvinvointivaltion keskeisiä tehtäviä (Karjalainen & Keskitalo 2013, 7–8).

Yksi tärkeimpiä tutkimuksen alueita hyvinvointivaltiosta ja terveys- ja sosiaalipolitiikan toiminnasta puhuttaessa on instituutionaalisten rakenteiden ja niiden muutosten tutkiminen. Tutkimus tapahtuu suhdelukujen ja indeksien avulla. Suhdelukuja tarkasteltaessa on otettava silti huomioon, että materiaalisia tekijöitä on huomattavan paljon helpompi mitata, kuin esimerkiksi äitien tai työttömien arvoja ja asenteita. Tällöin luvut myös näkyvät tilastoista olennaisesti paremmin, kuin arvot ja asenteet. (Niemelä & Saari 2011, 12.) Vaurastuminen ja materialistisen hyvinvoinnin edistäminen ovat myös ainakin osittain ristiriidassa kestäväen kehityksen kanssa. Voidaankin kysyä, olisiko mahdollista muuttaa ajatusmaailmaa siten, että palveluiden ja tavaroiden sijaan mitattaisiinkin ihmisten kokemaa hyvinvointia. Joidenkin politiikkojen ja kasvukriittisten tutkijoiden mukaan talouskasvuun tähtääminen ei ole perusteltua, sillä se ei tuota suhteessa riittävän suurta kasvua koettuun hyvinvointiin. (Saari 2012, 14.) Toisaalta termit elämään tyytyväisyys ja hyvinvointivaltio eivät ole, tai ainakaan niiden ei pitäisi olla, toisensa poissulkevia asioita (Saari 2012, 107). Myös perheen ja työn yhteensovittaminen on noussut viimeisen kahden vuoden aikana vahvemmin esille poliittisessa keskustelussa. Esimerkiksi perhevapaoikeudet ja isien jääminen kotiin vanhempainvapaalle ovat olleet puhuttelevia teemoja. (Niemelä & Saari 2011, 178–179.)

Nämä seikat huomioon ottaen ihmisten subjektiiviseen hyvinvointiin – onnellisuuteen tai elämän tyytyväisyyteen, lyhyesti onnellisuuspolitiikkaan – on kiinnitetty yhä enemmän huomiota viimeisen 10–15 vuoden aikana. Vaikka edellä mainitut termit eivät olekaan täysin rinnastettavissa keskenään, niitä on käytetty tässä yhteydessä päällekkäisinä etenkin vauraissa yhteiskunnissa. Kehittyvissä yhteiskunnissa termien ero on huomattavasti suurempi: ihminen voi kokea köyhyydestä huolimatta itsensä onnelliseksi, vaikka hän ei olisikaan tyytyväinen elämänlaatuunsa sellaisenaan. Maiden välillä on tässä suhteessa huomattavia eroja. Mitä tasa-arvoisemmassa yhteiskunnassa eletään, sitä suurempi osa väestöstä kokee itsensä hyväosaiseksi.

Hyvinvointia mitattaessa objektiivisen ja subjektiivisen tutkimustavan erot nousevat esiin myös siinä, kuinka mitattavia asioita selvitetään. Asuinoloista tai työsuhteesta puhuttaessa voidaan esimerkiksi kysyä, kuinka monta neliötä kotitaloudella on käytössä tai millainen työsuhte vastaajalla on (objektiivinen mittaustapa). Mittaustapa ei kerro kuitenkaan sitä, kuinka ahtaasti ihminen esimerkiksi itse tuntee asuvansa. Voidaan myös ky-

syä, kuinka tyytyväinen tai tyytymätön vastaaja on asuntoonsa tai työhönsä (subjektiivinen mittaustapa), jolloin saadaan jo huomattavan paljon enemmän tietoa siitä, kokeeko ihminen itse asuvansa ahtaasti vai ei. Esimerkiksi näihin teemoihin, asumiseen ja työhön, liittyen on pohdittu, minkä verran koettua hyvinvointia voidaan ottaa yhteiskuntapolitiikan tavoitteenasettelussa huomioon ja kuinka sitä voitaisiin edistää. Yhteiskunta- tai onnellisuuspoliittisella tasolla kyse on tällöin usein keskipitkän aikavälin kysymyksistä, eli hallituskauden pituisista haasteista tai kehittämiskysymyksistä, joiden avulla pyritään lisäämään ja edistämään koettua hyvinvointia lisääviä sosiaalisia mahdollisuuksia. (Saari 2012, 10.)

Pelkkään subjektiiviseen mittaustapaan siirtymistä ei voida kuitenkaan pitää luotettavana ainoana ja oikeana tason ja laadun mittarina. Myös objektiivisesti kerätty tieto on tärkeää hyvinvointi- ja sosiaalipolitiikan kannalta. Tällä mittaustavalla saadaan kerättyä korvaamatonta tietoa esimerkiksi tuloeroista, toimeentulo- ja asumiestuen saajamääristä, palveluiden saatavuudesta tai eläkkeiden kehityksestä. Tämän rinnalla myös koettu hyvinvointi on tärkeää. (Saari 2012, 10.)

Onnellisuus ja koettu hyvinvointi eivät ole vain yhteiskunnan ja päättäjien vastuulla. On jopa esitetty, että ihmiset toimivat usein itse onnellisuuttaan vähentävästi. Kulttuurihyvinvointikin koostuu siis osittain yksilön omista valinnoista. Saari (2012) tehostaa väittämää esittämällä muutamia esimerkkejä: tupakointi aiheuttaa syöpää, syrjähyppy rikkovat perheitä, alkoholinkäyttö tuhoaa maksaa ja ”sohvaperunointi” altistaa ylipainolle. Kyseessä on tahdon heikkouteen liittyvä ongelma; ihminen altistaa itsensä tietoisesti sairaudelle tai onnellisuuden vähenemiselle, mutta pitää silti kiinni huonoista, tai ainakin kyseenalaisista valinnoistaan. Toisin sanoen ihminen näyttäisi mieluummin kuluttuvan, kuin toteuttavan itseään. Elämä on myös täynnä valintoja: ”Jos 20-vuotias olisi käyttänyt kahdeksanatoista edellisenä vuotena kaksi tuntia päivässä vaikkapa viulunsoiton harjoitteluun television katselun sijaan, hän olisi ehtinyt investoida viulunsoittoon reilut 10 000 tuntia. Kymmenen tuhannen tunnin jälkeen hän olisi varsin kohtuullinen viulisti, joka saisi harrastuksestaan varsin paljon nautintoa ja jonka soitto voisi ilahduttaa muitakin. Sen sijaan kymmenen tuhannen tunnin jälkeen hän tuskin on parempi television katsoja.” (Saari 2012, 28–29.)

Subjektiivisesta hyvinvoinnista puhuttaessa voidaan puhua myös niin kutsutusta onnellisuuden perusyhtälöstä, jota psykologisessa onnellisuustutkimuksessa on esitelty. Yhtälön mukaan ihmisen onnellisuus muodostuu yksilön omasta toiminnasta, psykologisista tekijöistä ja geeneistä. Ihmiset eivät ole suoranaisesti ”geeniensä orjia”, vaan jokainen voi vaikuttaa hyvinvointiinsa yksinkertaisten psykologisten tekijöiden avulla. Oma

hyvinvointiaan voi lisätä jo lyhyellä aikavälillä pienillä ajatusmaailman muutoksilla, pitämällä esimerkiksi päiväkirjaa hyvistä asioista joita itselle on tapahtunut. Myös lähiyhteisöön kytkeytyvillä sosiaalisilla suhteilla on oma merkityksensä koettuun onnellisuuteen, joka on jopa suurempi, kuin kartutetun omaisuuden ja materian avulla saavutettu onni. Perhe, ystävät, rakastaminen ja rakastetuksi tuleminen lisäävät kaikki onnellisuutta ja hyvinvointia. (Saari 2012, 91–92.)

3.3 Kulttuurihyvinvointipalveluiden tarpeellisuudesta

Kulttuuri ja taide mielletään yhteiskunnallisessa keskustelussa helposti joksikin ylimääräiseksi, jota aletaan toteuttaa vasta, kun elämän muut osa-alueet ovat kunnossa. Kulttuurin ajatellaan usein kuuluvan lähinnä elämän erikoistilaisuuksiin, sillä selviäähän ihminen ilman taide-elämyksiä hengissä. Taiteen tuomisessa ihmisten arkeen piilee myös omat ongelmansa, sillä monikaan taho ei varsinaisesti koe olevansa vastuussa taidelähtöisistä hyvinvointihankkeista. Näin ollen yksittäiset hankkeet putoavat helposti sektoreiden väliin. (Bonnaffé ym. 2007, 77–78.)

On mielenkiintoista ajatella, että vaikka taiteilija motivoituu taiteen tekemiseen omista lähtökohdistaan käsin eikä motivaatiota voi pakottaa ulkoapäin, taide tuntuu silti tähtäävän nykyään yhä moninaisemmin hyvinvoinnin edistämiseen. (Honkasalo & Salmi 2012, 245.) Voidaan silti miettiä, ilmeneekö asian suhteen ristiriita; taiteella tuotetaan yhteiskuntaan hyvinvointia, mutta hyvinvointiyhteiskunta ei turvaa onnistuneesti taiteilijoidensa hyvinvointia tai toimeentuloa (Bonnaffé ym. 2007, 78).

Ajatus kulttuurista muotoutuu ihmisten mielissä helposti vain kulttuurin näkyvimmäksi osaksi, kuvataiteeksi, vaikka kulttuuri pitää sisällään muitakin osa-alueita ja muotoja. Myös kirjallisuus, elokuva, media, musiikki, tanssi, teatteri, käsityö, muotoilu ja arkkitehtuuri ovat kulttuurin ilmenemismuotoja. Käsitteenä kulttuuri onkin laaja, jolloin se voidaan ymmärtää monin eri tavoin. Laajimmillaan kaikki inhimillinen toiminta voidaan mieltää kulttuuriksi, ja kuten myös moneen kertaan edellä todettua, kulttuuri on muutakin, kuin taide-elämyksiä. Parhaimmillaan kulttuuri toimii muun muassa syrjäytymiseltä pelastavana, taloutta elvyttävänä ja perinteitä turvaavana tekijänä. Kulttuurista ja itseilmaisusta voi löytää myös apua vaikeiden elämäntilanteiden keskellä, ja taide voi toimia väylänä uuden elämänsuunnan etsimiseen tai surutyön käsittelyyn. (von Bradenburg 2008, 16–19.)

Kulttuurihyvinvointi on noussut viime vuosina esiin useiden tapahtumien kautta. Tapahtumista on kirjoitettu myös artikkeleita, joita hyödynsimme työssämme. Artikkelit tuovat esiin kulttuurihyvinvoinnin moninaisuuden. Aiheesta on alettu kirjoittaa yhä enemmän ja kulttuuria hyödynnetään nykyään monissa eri yhteyksissä, joka todistaa sen, miten monipuolisesti kulttuuri tukee hyvinvointia.

Turun Hair-musikaalista pitkäkestoista hyvinvointia esiintyjille

Turun Sanomien artikkelissa kirjoitettiin Hair-musikaalista, jota esitettiin Turun kulttuuripääkaupunkivuonna 2011. Hair-musikaali kuului Keski-ikäiset hiukset -hankkeeseen. Musikaalissa oli mukana 120 tavallista keski-ikäistä turkulaista, ammattilaisten ohjatessa produktiota. Harjoituksia oli puolentoista vuoden ajan ja esitykset pidettiin Logomossa. Harjoitukset toivat esiintyjille iloa ja yhteisöllisyyttä. Osallistujien hyvinvointia seurattiin ja vuoden kuluttua production päätöksestä tehtiin seurantatutkimus. Havaittiin, että kasvaneen hyvinvoinnin vaikutukset olivat pääosin säilyneet ja sen jäljellä oli tiivis yhteisöllisyys, jota koettiin musikaalia tehdessä. Useimmat harrastivat aktiivisemmin liikuntaa ja kulttuuria kuin ennen projektia. He myös kokivat itsensä energisemmiksi ja avoimemmiksi, kuin ennen musikaaliprojektin alkua. (Turun Sanomat 2013.)

Taide vie elämässä eteenpäin

Päivi Rajamäki haastatteli Mielenterveys-lehden artikkelissa Tampereen yliopiston sosiaalipsykiatrian professori Sami Pirkolaa. Pirkolan mukaan kulttuurin harrastaminen kumpuaa tarpeesta hahmottaa, mitä itse on ja mitä muut ovat. Kulttuuri on hyvä keino oivaluksien tekemiseen ja asioiden jakamiseen muiden kanssa. Kulttuuri kasvattaa yhteisöllisyyttä, eikä se ole pelkästään yhdessä tekemistä. Kun Pirkola oli käynyt katsomassa Kansallisteatterin Tabu-näytelmän, hän oivalsi, että koko yleisö koki yhteisen hetken, joka vie elämässä eteenpäin. Pirkolan mukaan taiteilijat auttavat sietämään epävarmuutta ja ymmärtämään asioiden monimutkaisuuden. He haastavat katsojan pohtimaan, voisivatko asiat olla toisin, kuin miten ne on itse tottunut ajattelemaan, sillä taiteilijoilla on kyky tiivistää jotakin juuri tästä ajasta ja elämästä. Kulttuuri pureutuu läpi järkeilyn piilotajunnan tasolle, ja siksi taide ja psykiatria ovatkin tiiviissä liitossa. Ne toimivat molemmat tiedostamattoman alueella.

Aivotutkimuksissa on saatu eniten tuloksia musiikista. Musiikki aktivoi monia aivojen alueita ja herättää voimakkaita tunteita. Aivot toimivat monimutkaisesti, joten kulttuuri ja

taide ovat erinomainen tapa aktivoida aivoja monenlaiseen käyttöön. Pirkola on huomannut myös sosiaalisen median vaikuttavuuden. Esimerkiksi valokuvaryhmissä, joissa otetaan joka päivä valokuva, joka jaetaan muille, autetaan ihmisiä verkostoitumaan ja lisää osallisuutta. Valokuvaus on myös hauskaa ja luovaa ja siinä päästään pureutumaan syvällisempiinkin asioihin. (Rajamäki 2016.)

Valokuvan eheyttävä voima

Toimittaja Päivi Rajamäki kertoi Mielenterveys-lehden artikkelissaan 59-vuotiaasta Päivi Kanervasta. Kanerva menetti vuonna 2005 Thaimaan tsunamissa kolme lastaan ja ex-miehensä. Kanerva kertoi olleensa ensimmäisen vuoden ajan shokissa, ja seuraavakin vuosi meni sumussa. Hän oli sairaalomalla ja suljettuaan kanalayrityksensä, Kanerva jäi myös työttömäksi. Hän ei pystynyt käymään terapiassa ja muutti toiselle paikkakunnalle. Kanerva kokeili taide- ja kriisiterapiaa sekä Kelan kustantamaa psykoterapiaa, mutta niistä ei löytynyt apua. Myöhemmin Kanerva löysi terapeutti Memmu Miesvirran, jonka kanssa he kokeilivat psykoterapiaa, jonka ote oli keskustelevampi. Miesvirta kysyi Kanervaa lopulta mukaan hänen voimauttavan valokuvan koulutuksen lopputyöhönsä. Kanerva ei alkuun innostunut ajatuksesta, mutta yhteistyö alkoi vähitellen. He etenivät Kanervan ehdoilla, ja hän sai itse päättää kuvauspaikkoja ja miten esiintyisi kuvissa. Miesvirta johdatteli valokuvauksen avulla asioita ammatillisesti eteenpäin, niin, ettei suru ottanut valtaa. Kanervan mielestä hän pääsi valokuvien avulla syvemmälle tunteisiinsa, ja niiden avulla hän osasi katsoa tilannetta uudessa valossa. Kanervan mielestä voimauttava valokuva olisi hyvä terapiamuoto monelle – ennen kaikkea sen laajojen käyttömahdollisuuksien vuoksi. (Rajamäki 2014.)

Kulttuuri ja luovat alat avaavat mahdollisuuksia

Kansanedustaja (sd) ja eduskunnan sivistysvaliokunnan jäsen Eeva-Johanna Eloranta kirjoitti mielipidekirjoituksen Turun Sanomiin. Eloranta painotti, miten taide ja kulttuuri lisäävät henkistä ja fyysistä hyvinvointia ja tuovat merkitystä elämään, ja miten se heijastaa historiaa ja yhteiskuntaa. Kulttuuri avaa erilaisia näkökulmia ja haastaa keskustelemaan. Maailman muuttuessa kulttuuri on erityisen tärkeää lapsille ja nuorille, sillä luova ajattelu on tärkeä voimavara.

Taide ja kulttuuri tarvitsisivat kuitenkin enemmän rahoitusta. Elorannan mukaan yksityisiltä rahaa voisi houkutella tekemällä lahjoituksista verovähennyskelpoisia. Nyt taiteen ja kulttuuriperinteen lahjoitusten verovähennysoikeus koskee vain yhteisöjä. Toinen

keino olisi prosenttiperiaate, eli prosentti rakennushankkeen kustannuksista osoitettaisiin taiteeseen. Esimerkiksi julkisiin tiloihin, kuten terveyskeskuksiin ja kouluihin, se toisi paljon hyvinvointia ja lisäisi taidetta ihmisten pariin

Eloranta kertoo luovan työn tuovan uusia työpaikkoja. Talouskriisistä huolimatta kulttuuri- ja luovat alat ovat kasvaneet ja ne ovat Euroopan suurimpia työllistäjiä. Ala työllistää myös paljon nuoria, joten samalla se kohentaa nuorisotyöttömyyden tilaa. Lopuksi Eloranta kehottaa vielä kaikkia ihmisiä kulttuurin pariin. (Eloranta 2015.)

Kulttuuri- ja liikuntapalvelujen arvostus noussut

Toimittaja Eero Karisto kirjoittaa Kuntalehden artikkelissa, miten kulttuuri- ja liikuntapalveluja arvostetaan nykyään enemmän ja miten kulttuuria pidetään yhä vahvemmin kansalaisten peruspalveluna. Vastaajista 84 prosentin mukaan kulttuuripalvelut ovat kotipaikkakuntansa suuri elinvoimatekijä. 88% on sitä mieltä, että liikuntapalveluihin tulisi panostaa ja neljä viidesosaa on sitä mieltä, että niitä on tuettava verovaroista. 82% koki kulttuurin peruspalveluna, kun kaksi vuotta sitten määrä oli 71%. Tiedot ovat Kantar TNS:n tutkimuksesta. 83% halusi kuntansa panostavan kirjasto-, museo- ja kulttuuripalveluihin, sillä niiden koettiin lisäävän hyvinvointia ja oppimismahdollisuuksia.

Puolueista myönteisemmin kulttuuripalveluihin suhtautuvat vihreät ja sosiaalidemokraatit, kun taas perussuomalaiset arvostavat tutkimuksen mukaan kulttuuria vähiten. Suomalaiset ovat samaa mieltä siitä, että kulttuuria on tuotettava kaikille ikä- ja väestöryhmistä riippumatta. Kulttuuri koetaan myös matkailua lisäävänä tekijänä. Neljä viidestä haluaa palveluihin koulutettua väkeä ja laadun takeena pidetäänkin koulutettuja asiantuntijoita. (Karisto 2017.)

Miesten suusta

Tanssija Malwiina Heikkilä kirjoitti Turun Sanomien verkkosivuilla julkaistavassa Tanssi on turkulainen perusoikeus -hyvinvointiblogissaan tanssiryhmästä, jota hän ohjasi viisi vuotta 45–75-vuotiaille miehille. Mukana olijat olivat ”aivan tavallisia” miehiä. He olivat rohkeita, tuntevia ja herkkiä. Ryhmä pysyi pääosin samana, muutamia uusia osallistujia lukuun ottamatta. Kun Heikkilä oli työskennellyt miesten kanssa viisi vuotta, hän kysyi heidän motiivejaan; mikä sai heidät saapumaan paikalle ja jatkamaan. Miehet uskaltuivat avaamaan kokemuksiaan ja kertomaan omien rajojensa etsimisestä ja niiden ylittämisestä. Tanssi myös altisti uudelle ja heittäytymään, vaikka ei tanssia osaisikaan. Se riitti, kun uskalsi ja teki parhaansa. Miehet kertoivat pitäneensä siitä, miten toiminta oli rentoa ja humoristista. Hyvä porukka ja sosiaalinen kohtaaminen olivat tärkeitä asioita.

Miehet saivat tanssista myös onnistumisen kokemuksia ja mahdollisuuden nähdä itsensä eri näkökulmasta. Heikkilän mukaan miesten ajatukset toimivat myös tanssin ulkopuolella arkielämässä. Heikkilä kirjoitti voivansa itse paremmin, kun hän kokeilee säännöllisesti uutta ja haastaa itseään. Riittää, kun tekee parhaansa. (Heikkilä 2016.)

Kuulumisia konttorilta: Juhlavuosi on alkanut!

Itsenäisyyden juhluvuosi, Suomi 100 vuotta, tuo kulttuuria, taidetta ja liikuntaa vuoden 2017 aikana hyvin näkyväksi. Valtioneuvoston kanslian pääsihteeri Pekka Timonen kertoi artikkelissaan kuulumisia juhluvuoteen liittyen. Vuosi käynnistyi hyvin ja sitä juhlittiin tuhansien ihmisten kanssa monilla eri paikkakunnilla, aina ulkomaita myöden. Päätapah-tuma oli Helsingissä ja siitä on tullut Timosen mukaan positiivista palautetta. Ohjelmaa on kehuttu Amerikassa asti. Tapahtuman onnistumisen takana oli yhdessä tekeminen: tapahtumaa rakensi yli 1000 henkilöä ja esiintyjä oli mukana yli 300. Juhlavuosi on täynnä ohjelmaa ja se starttasi monimuotoisena ja voimallisena. Museot ovat avanneet erityisnäyttelyitä ja Koko Suomi tanssii -hanke haastoi kaikki tanssimaan. Helmikuussa reippailtiin ulkona, jännitettiin Lahden MM-hiihtoja ja laitettiin koko Suomi luistelemaan. Timonen uskoo, että juhluvuosi on uuden alku meille jokaiselle. Hän kannustaa kaikkia mukaan ainutlaatuisiin elämyksiin joita vuosi tuo tullessaan, sillä tämä on elämysten vuosi. (Timonen 2017.)

Luovuus parantaa hyvinvointia: Taide muuttaa mielenterveysosastoja

Kulttuurihyvinvointi näkyy myös ulkomailla. Kansainvälinen esimerkki kulttuurihyvinvoinnista kertoo Lontoon psykiatrisesta osastosta:

Lontoon psykiatrinen osasto skitsofreenikoille koki vuonna 2016 muodonmuutoksen. Taiteilijat, valokuvaajat ja osaston asukkaat kokosivat seinille taideteoksia. Osaston asukas Will kertoi, että pitää muutoksesta. Paikka näyttää rauhallisemmalta ja siistimmältä. Willin mielestä oli uskomatonta työskennellä niin lahjakkaiden ihmisten kanssa. Projekti lähti käyntiin kuraattorin ja taiteilijan ajatuksesta. Heidän mielestään osasto oli liian kolkko ja kliininen, eivätkä värit olleet stimuloivia. Taidetta tehtiin vuoden 2016 aikana, jolloin järjestettiin kymmenen kahden tunnin työpajaa. Projekti on lisännyt osaston asukkaiden itsetuntoa, sillä heitä usein leimataan yhteiskunnassa. Taide on tuonut iloa myös työntekijöille ja kaikki mukana olleet koettiin etuoikeutetuksi. (The Guardian 2017.)

3.4 Kulttuurihyvinvointi hankkeina ja projekteina

Kulttuurihyvinvointiin liittyvien hankkeiden ja projektien määrästä käy ilmi, että aihe oli keväällä 2017 hyvin ajankohtainen. Useita hankkeita ja projekteja yhdistää se, että ne pyrittiin tekemään asiakaslähtöisesti. On nähty, että tiivis yhteistyö kunnan, kulttuuripalveluiden ja asiakkaiden välillä tuo usein parhaan lopputuloksen. Alle on koottu esimerkkejä keväällä 2017 meneillään olevista ja päättyneistä kulttuurihyvinvointiin liittyvistä hankkeista ja projekteista.

Meneillään olevat hankkeet:

Hyvinvoinnin välitystoimisto on hanke, joka tuo taiteilijat, tuottajat ja sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset yhteen. Tarkoituksena saada taiteilijoiden palveluita osaksi soterakenteita, kehittämällä ja tuotteistamalla. Hyvinvoinnin välitystoimisto tutkii, kehittää ja tuo yhteen eri toimijoita. Se myös yhdistää tarjontaa ja kysyntää sekä kouluttaa, neuvoo ja verkostoi. Humanistinen ammattikorkeakoulu vastaa hankkeesta. Partnereita ovat Turun amk, Saimaan amk ja Jyväskylän yliopisto. Myös Taiteen edistämiskeskus, Turun kaupunki ja Jyväskylän kaupunki ovat mukana. Hyvinvoinnin välitystoimisto on valtakunnallinen ESR-rahoitteinen hanke. Hanke käynnistyi keväällä 2015 ja se on kolmivuotinen. Tämän jälkeen toiminta on tarkoitus vakiinnuttaa pysyväksi. (Hyvinvoinnin välitystoimisto 2017.)

Kehittämishanke KUJELMASSA pyritään tukemaan asiakkaiden osallisuutta taiteen ja luonnossa liikkumisen keinoin. Hankkeessa keskitytään poistamaan esteitä työllistymisen tieltä sekä ehkäisemään syrjäytymistä. Kohderyhmänä ovat työikäiset henkilöt, jotka ovat työttömiä ja joiden työ- ja toimintakyky eivät riitä työpaikan saamiseen. Asiakkaille tarjotaan ryhmä- ja yksilötyöskentelyä. Hankkeessa on monia eri toimintamuotoja. Luonnossa liikkuminen yhdistetään taiteeseen taidetyöpajojen avulla ja lisäksi asiakkaille on tarjolla kasvihuoneviljelyä, sienestystä ja retkeilyä luonnossa. Asiakkaille järjestetään myös luentoja elämänhallinnan tukemiseksi. Hankkeeseen osallistujille tarjotaan muiden palveluiden ohella palveluohjausta ja työ- ja toimintakyvyn arviointia. Hanketta johtaa Suomussalmen kunta ja toiminta alkoi keväällä 2016. Toiminta päättyy keväällä 2018. (Suomussalmi 2017.)

Vahvuutta Yhteisössä -hankkeessa kohderyhmänä ovat 18–60-vuotiaat pitkäaikaistyöttömät, jotka ovat kuntoutuksen ja työtoiminnan asiakkaita, asumispalveluyksikön asunnottomia asiakkaita sekä 15–17-vuotiaita vastaanottokeskusten asiakkaita. Hank-

keessa järjestetään ryhmiä, joissa tavoitteena on kohentaa asiakkaiden itsetuntoa tarinateatterin ja soveltavan teatterin avulla. Tavoitteena on myös sosiaalisten taitojen kehittäminen, arjen hallinnan taitojen opettelu ja yhteisöllisyyden lisääminen. Vahvuutta Yhteisössä -hankkeen toteuttajina toimii Tampereen tarinateatteri ja Pirkanmaan Sini-nauha ry. Hanke on kestoaltaan vuoden ja se alkoi keväällä 2016. (Taikusydän 2016.)

Kulttuuri kylässä -hankkeessa pyritään mahdollistamaan kulttuurin saatavuus kaikille ja luomaan osallistujille erilaisia kulttuurielämyksiä. Hankkeen aikana toteutetaan erilaisia kulttuurielämyksiä, kuten lyhytkursseja, kulttuurijoulukalenteria sekä yhteislaulutilaisuuksia. Mukana on paikallisia taiteilijoita ja kesätyöntekijöitä. Hanke toteutetaan Sisä-Savon ja Konneveden alueella. Hankkeesta vastaa Sisä-Savon Sävelet ry., mutta toteutus tapahtuu pääosin kuudentoista yhteistyökumppanin kanssa, sekä hankealueen kuntien yhteistyön avulla. Hanke alkoi syksyllä 2015 ja jatkuu vuoden 2018 alkuun asti. (Sisä-Savon Sävelet 2017.)

MOMU – Moving towards Multiprofessional Work on kansainvälinen projekti, jossa kehitetään moniammatillista yhteistyötä sosiaali- ja taidealojen korkeakouluopetuksessa. Mukana on korkeakouluopettajia, opiskelijoita ja työelämän ammattilaisia. Heidän välistä yhteistyötä pyritään parantamaan projektin avulla, lisäämällä samalla uudenlaista ymmärrystä. Projektin aikana kehitetään koulutuspaketti korkeakouluopettajille moniammatillisesta opettamisesta, sekä käsikirja, jota voi hyödyntää moniammatillisessa opettamisessa ja oppimisessa. Projektissa ovat mukana Suomi, Englanti, Viro ja Espanja ja sitä koordinoi Turun ammattikorkeakoulu. Projekti on kolmivuotinen ja se käynnistyi syksyllä 2015. (Turun amk 2016.)

Kulttuuri kulkee mukana! -hankkeessa tuodaan kulttuuri kaikkien ulottuville: nuorisotaloille, kirjastoihin, asukastupiin ynnä muihin. Tarkoitus on kehittää kulttuurin ja taiteen avulla kulttuurista osallisuutta, yhteisöllisyyttä ja vuorovaikutusta. Maahanmuuttajataustainen väestö otetaan huomioon mahdollistamalla kulttuurien välinen kohtaaminen ja dialogi. Toiminta kumpuaa asukkaiden toiveista ja toimintaa järjestetään myös alueilla, joilla välimatka kulttuurin pariin on pitkä. Asuinalueilla toimii kummitaiteilijoita, jotka tekevät yhteistyötä asukkaiden kanssa. Mukana on erilaisia taiteen muotoja, muun muassa varjoteatteria, musiikkia, draamaa ja tanssia. Hankkeessa on mukana kolme asuinalueita Kuopiosta ja kaksi Pohjois-Savosta. Hankkeen toteuttavat Kuopion kaupunki, Itäinen tanssin aluekeskus, Lastenkulttuurikeskus Lastu sekä kaupungin paikalliset järjestöt, kulttuuritoimijat- ja yhdistykset. Hanke aloitti syksyllä 2016 ja se päättyy vuoden 2017 lopulla. (Taikusydän 2016.)

Sata Omenapuuta -hankkeen tehtävänä on edistää pakolaistaustaisten nuorten kotoutumista kuntiin. Nuoret ovat iältään noin 12–25-vuotiaita ja he ovat kotouttamistoimien piirissä. Nuorten osallisuutta pyritään kasvattamaan sekä liikunnan että kulttuurin keinoin. Samalla halutaan tukea heidän vuorovaikutustaan kantaväestön kanssa. Hankkeessa kehitetään ammattilaisten kulttuurisensitiivistä osaamista muun muassa koulutuksen avulla. Tutkimuksen avulla selvitetään nuorten tuen tarpeita, kerätään asiantuntijoilta tietoa kotouttamisen nykytilasta ja seurataan hankkeen kehittämistyötä. Tutkimus julkaistaan, jonka lisäksi hankkeesta tehdään menetelmäopas ja koulutus. Hanketta koordinoi Turun ammattikorkeakoulu. Toiminta alkoi alkuvuodesta 2016 ja hanke on kolmivuotinen. (Sata omenapuuta 2017.)

Päätyneitä hankkeita:

Kuopion konservatorio hallinnoi **TAKUULLA-hankkeita**. Hankkeissa oli suunnitelmallisesti vuodesta 2012 lähtien tuotu musiikkia ja tanssia muun muassa neuvoloihin, kouluihin ja sairaaloihin. Tavoitteena oli taide- ja kulttuuritoiminnan juurruttaminen sosiaali-, terveys- ja opetusaloille. Mukana oli musiikkikasvattajia, musiikki- ja tanssipedagogeja sekä kunnan ja yhteisöjen työntekijöitä. Hankkeessa tarjottiin lapsille ja nuorille arkeen ilmaisia harrastusmahdollisuuksia parantamaan heidän hyvinvointiaan. Hankehenkilöstö teki yhteistyötä esimerkiksi koulun henkilökunnan kanssa. Suunnittelu ja toteutus tehtiin yhteistyössä. Taide- ja kulttuuritoiminnan niin kutsutut pilotit kestivät muutamasta kuu-kaudesta kokonaiseen lukuvuoteen. Pilotin päätyttyä työyhteisön oli tarkoitus jatkaa haluamansa taide- ja kulttuuritoiminnan järjestämistä.

Pilottien myötä toimintaa mallinnettiin, jotta toimintaa pystyttäisiin levittämään valtakunnallisesti. TAKUULLA-hanketta seurasi TAKUULLA YHDESSÄ! -hanke, jossa tarjottiin nuorille harrastusmahdollisuuksia musiikki- ja tanssipajojen avulla. Tarkoituksena oli myös ehkäistä nuorten syrjäytymistä ja vahvistaa heidän osallisuuttaan ja yhteisöllisyytään, sekä tukea heidän hyvinvointiaan. Pajoja järjestettiin syksyllä 2015 ja keväällä 2016. Omaishoitajille ja heidän läheisilleen järjestettiin keväällä 2017 musiikillista, tanssillista ja kuvataiteellista toimintaa. Kulttuuritoiminnan tavoite oli voimaannuttaa, aktivoita ja ylläpitää toimintakykyä. Hankkeen nimi oli TAKUULLA ILOA! (Hyvinvointivoimama 2017.)

Kulttuurikolmio-hankkeessa ajatuksena oli lisätä asukkaiden osallisuutta asuinalueilla kulttuurin avulla. Mukana oli kolme erilaista asuinalueita Jyväskylästä: ydinkeskusta, kaupunginosat ja maaseutu. Alueiden asukkaat saivat itse suunnitella ja toteuttaa toimenpiteitä ja mukana olleet yhdistykset kehittivät ja loivat toimimisen malleja. Hank-

keessa kehitettiin palveluita ja tapahtumia kulttuurin keinoin. Pääpaino oli joukkoistamisessa ja osallistamisessa. Hanketta hallinnoi Jyväskylän kulttuuripalvelut. Kaupunki ei kuitenkaan ohjannut Kulttuurikolmiota, vaan alueiden toimijoiden oli tarkoitus itse löytää parhaimmat työtavat. Hanke toteutettiin vuosina 2015–2016. (Jyväskylän kaupunki: kulttuuripalvelut 2017.)

Hyvinvointia Huhtasuolle -hankkeessa Jyväskylän hyvinvointiohjelman pohjalta vahvistettiin asuinalueiden kehitystä ja asukkaiden hyvinvointitekijöitä. Hankkeessa pyrittiin myös lisäämään toimijoiden yhteistyötä ja vastaamaan hyvinvointikertomuksessa nousseisiin ongelmiin: liikkumattomuuteen, päihteidenkäyttöön ja yksinäisyyteen. Kehittämis-ideat nousivat asukkailta ja niitä suunniteltiin yhdessä kaupungin työntekijöiden, päätöksentekijöiden sekä kolmannen sektorin kanssa. Ideoita kokeiltiin, jotta hyvät toimintatavat voisivat jäädä alueille pysyväksi toiminnaksi, eivätkä vain hankkeen aikaisiksi.

Esimerkkejä toiminnasta olivat muun muassa Jyväskylän kaupunginteatterin monologiesitys, joka kertoi asumisesta Huhtasuolla asukkaiden tarinoiden ja kokemusten pohjalta. Jyväskylän pyöräilyseura järjesti myös erilaisia tapahtumia niin lapsille kuin aikuisille, senioriryhmän toteuttaessa Tanssii Tavisten kanssa -tanssiesityksen yhdessä tanssiohjaajan kanssa. Huhtasuo-päivässä mietittiin puolestaan keinoja turvallisuuden lisäämiseksi ja väkivallan ehkäisemiseksi. Toimintamalleja on tarkoitus levittää myös muihin kaupunginosiin ja niiden vaikuttavuutta seurataan. Vaikutuksista raportoidaan hyvinvointikertomuksessa. Hanke on aktivoinut asukkaita ja lisännyt tunnetta siitä, että jokainen voi vaikuttaa asuinalueensa hyvinvointiin. Hankkeen toteutti Jyväskylän kaupunki vuosina 2013–2015. (Ara 2016.)

Naura Tanssi Hengitä -projektin pilotissa järjestettiin työpajoja neljässä eri päivätoimintakeskuksessa Helsingin alueella. Pajoja järjestettiin kahdeksan kertaa kussakin päivätoimintakeskuksessa. Asiakasryhmä koostui vammaisista ja pitkäaikaissairaista työikäisistä henkilöistä. Mukana oli myös päivätoimintakeskuksen henkilökuntaa. Pajoissa harjoitettiin luovaa työskentelyä kuten naurujoogaa, tanssi- ja liikeharjoituksia, draamaa ja rentoutusmenetelmiä. Tavoitteena oli edellä mainittujen keinojen avulla tuoda iloa ja yhdessä tekemistä sekä tukea ja kannustaa asiakkaita yhdessä tekemiseen päivätoimintakeskuksissa. Tarkoitus oli myös juurruttaa toiminta viikoittaiseksi tekemiseksi. Naura Tanssi Hengitä -pilotti oli osa Taidetta Hoitolaitoksiin -hanketta. Työpajoja vetivät tanssija-toimintaterapeutti Veja Vainio ja elämäntaitovalmentaja ja naurujoogaohjaaja Noora Västinen. Pilotti toteutettiin keväällä 2016. (Västinen 2016.)

TEOS – Teattereiden osallistavien yhteistoimintamallien kehittäminen -hankkeessa oli mukana Uudeltamaalta kolme ammattiteatteria: Keski-Uudenmaan Teatteri (KUT), Teatteri Metamorfoosi ja Q-teatteri. Hankkeessa teattereiden ammattitaitelijoiden työskentelymahdollisuuksia haluttiin monipuolistaa. Samalla haluttiin kehittää yhteistyötä talon ulkopuolisten toimijoiden kanssa. Hankkeen kautta toivottiin myös syntyvän esimerkiksi syrjäytymistä estäviä yhteistyöhankkeita.

Q-teatteri keskittyi hankkeen aikana kehittämään yhteistyötä alueen yritysten ja järjestöjen kanssa. Yritysten kanssa suunniteltiin yhteistyössä tapahtumia, kuten vaihtuvateemainen kahvila, joka oli avoin kaikenikäisille. Teatteri Metamorfoosi alkoi toteuttaa yhteistyötä eri tahojen, kuten koulun ja sosiaalialan organisaatioiden kanssa soveltavan teatterin parissa. Lopputulemana syntyi ensimmäinen yhteistyö koulun kanssa, johon kaavailtiin esimerkiksi naamiovalmistuksen työpajaa.

Hankkeen aikana päädyttiin tapaamaan muutamia kertoja yhteistyötahojen kanssa, jolloin toimintaa voitiin kehittää yhdessä. Hankkeen aikana kaikki kolme teatteria löysivät juuri heille sopivan yhteistyömallin. Hankkeesta opittiin, että teatterin tulee sitoutua ja panostaa yhteistyöhön. Muut tahot olivat hyvin kiinnostuneita teattereiden kanssa tehtävästä yhteistyöstä ja olivat valmiita tulevaisuudessakin osallistumaan teattereiden ideointipalaveriin. TEOS-hanke käynnistyi syksyllä 2013 ja päättyi keväällä 2014. (Uta 2014.)

4 VERTAILEVAN SELVITYKSEN LÄHTÖKOHDAT

4.1 Opinnäytetyöprosessi

Aiheen tärkeys sosiaalialalla

Työttömyys ja työttömien aktivoiminen ovat suuria, puhuttelevia teemoja nyky-yhteiskunnassa. Halusimme saavuttaa opinnäytetyöllämme hyötyä meitä kiinnostavan aiheen parissa, tuoden samalla esiin kulttuurin ja liikunnan tarpeellisuutta ja toimivuutta hyvinvoinnin edistäjinä. Turussa käytössä oleva Kimmoke-ranneke vastaa osaltaan kaikkia niitä arvoja, joita haluamme itse tulevina ammattilaisina edistää. Taide ja taidelähtöisyys koetaan helposti vain joksikin ylimääräiseksi, johon aletaan panostaa vasta, kun muut tarpeet on tyydytetty. Kulttuurin ja liikunnan merkityksiä on tutkittu laajasti, ja niiden hyvinvointia lisäävästä vaikutuksesta on kerätty kiistatonta tietoa. Siksi näitä ennaltaehkäisevän, ylläpitävän ja kuntouttavan toiminnan muotoja tulisikin lisätä ja korostaa sosiaalialalla.

Kimmoke-rannekkeesta on valmistumassa vuonna 2017 Pro gradu -tutkielma, jossa asiakastytytyväisyyttä ja käyttökokemuksia avataan numeroina. Koska Kimmoke-ranneke nousi myös tämän opinnäytetyön aiheeksi, aiheen ympärillä haluttiin lähteä työstämään jotain sellaista, mitä ei oltu vielä tehty. Työn edetessä ja aiheen selkiytyessä opinnäytetyöstä muodostui vertaileva selvitys, jonka toivomme edesauttavan Kimmoke-rannekkeen jatkokehittämisessä. Vaikka hyvinvointi ja sen alla toimivat palvelut ovat aiheena laajasti käsiteltyjä, toisinaan on hyvä pysähtyä pohtimaan jo olemassa olevia käytäntöjä; mikä toimii ja missä olisi parantamisen varaa. Koska Kimmoke-ranneke ei ole käyttäjäkannaltaan Suomessa ainoa laatuaan, lähdimme kartoittamaan rannekkeen toimivuutta ja hyviä käytäntöjä vertailemalla sitä muissa kaupungeissa käytössä oleviin järjestelmiin: Tampereen Aktiivipassiin ja Espoon ja Kainuun Kaikukorttiin. Vaikka järjestelmissä on eroavaisuuksia, kaikkia vertailtuja kohteita yhdistää työttömien ja vähävaraisten aktivoiminen liikkeelle. Ennen kaikkea keskityimme selvityksessä kuitenkin Kimmoke-rannekkeeseen ja erilaisten kulttuuripalveluiden vertailuun.

Tavoitteenamme oli kerätä yhteen tärkeää ja tarpeellista tietoa siitä, missä on tähän mennessä onnistuttu. Esitimme omien mielipiteidemme tueksi ehdotuksia siitä, mihin suuntaan Kimmoke-rannekettä olisi hyvä lähteä kehittämään. Laaja perehtyminen teoriakirjallisuuteen tuki esittämiämme väittämiä, ja vertailevaksi selvitykseksi muotoutuneen työn on tarkoitus palvella nykyisiä ja tulevia sosiaalialan ammattilaisia ja aiheesta

kiinnostuneita henkilöitä. Tavoitteenamme oli koota aiheesta kattava, selkeäkielinen tietopaketti, johon on kerätty onnistuneesti yhteen ajankohtaista, aihetta käsittelevää tietoa. Tähän asti tietoa on ollut vain pirstaleisesti saatavilla. Pohdimme teemoja monesta näkökulmasta niin asiakkaan kuin tulevan ammattilaisen silmin. Toivomme, että osasimme vastata kysymyksiin, joita rannekkeen käyttäjällekkin saattaisi herätä. Työn edetessä vakuutuimme itse siitä, miten tärkeää juuri tällaista toimintaa olisi tukea ja lisätä sosiaalialalla.

Opinnäytetyön eteneminen

Koko opinnäytetyöprosessi alkoi osaltamme 28.9.2016, jolloin valitsimme aiheen työlemme. Prosessi lähti ajatustasolla liikkeelle kuitenkin jo hieman aikaisemmin, kun päätimme toimia työparina. Tiesimme, että työskentelytapamme sopivat hyvin yhteen ja aikataulutoiveemme olivat samansuuntaiset. Samat suuntaavat opinnot, toiminnalliset menetelmät, auttoivat aiheen valinnassa. Kummallakin oli mielessään sellainen opinnäytetyö, jossa pääsisimme hyödyntämään kursseilla opittuja taitoja. Haimme Taikusydämen koordinoimaa aihetta, jolloin tiesimme vain, että työemme tulisi käsittelemään taidelähtöisiä menetelmiä kuntouttavassa työtoiminnassa.

Suunnitteluvaihe lähti käyntiin heti, kun aiheemme oli varmistunut. Teimme opinnäytetyösuunnitelman. Meillä ei kuitenkaan ollut vielä suunnitelmaa tehdessä tarkentunut millainen opinnäytetyömme tulisi olemaan, joten suunnitelma jäi hyvin pintapuoliseksi. Prosessin edetessä suunnitelmasta oli hyötyä vain aikataulun hahmottamisen osalta. 3.11.2016 tapasimme projektin toimeksiantajan Anna-Mari Rosenlöfin, jolloin meille tarkentui, että opinnäytetyömme käsittelee Kimmoke-ranneketta. Tulisimme myös vertaamaan ranneketta Tampereen Aktiivipassiin ja Espoon ja Kainuun Kaikukorttiin, ja koostamaan näiden eriäviä käytäntöjä vertaillen hyviä ja toimivia käytäntöjä, joiden avulla Kimmoke-rannekettakin voitaisiin jatkossa kehittää. Saimme samalla kerralla myös Turun kaupungin liikuntapalvelupäällikkö Minna Lainio-Peltolan ja kulttuurisihteerin Irina Niemimäen yhteystiedot ja sovimme tapaamisen heidän kanssaan Kimmokkeeseen liittyen 16.11. Veritas Stadionille. Heiltä saimme paljon lisätietoa rannekkeesta. He olivat myös sitä mieltä, että Kimmokkeen, Aktiivipassin ja Kaikukortin vertaileminen olisi tärkeää. Aikaisemmin näitä kolmea ei oltu vertailtu ja näin ollen Kimmokkeeseen ei oltu pystytty poimimaan mukaan muiden kaupunkien hyviä käytäntöjä. Suunnitteluvaiheessa meille oli vielä epäselvää, tulisiko opinnäytetyö olemaan kehittämis- vai tutkimustyö. Opinnäytetyösuunnitelmien työpaja järjestettiin 30.11., jolloin saimme opettajalta palautteen suunnitelmasta sekä vertaisparimme arvion.

Prosessin käynnistymisestä alkaen olemme tavanneet työparina säännöllisin väliajoin vähintään kerran, kaksi viikossa. Työstövaihe alkoi teoriaperustan kirjoittamisella. Teoriaperustan kirjoittaminen sujui meiltä melko nopeasti, sillä aineistoja aiheeseemme liittyen löytyi runsaasti. Tietoperustatyöpajassa 15.2. saimme taas opettajalta ja vertaispariltamme palautteen, jolloin saimme myös vastauksia meitä askarruttaneisiin kysymyksiin. Helmi-maaliskuussa teimme päätöksen opinnäytetyön nopeuttamisesta, ja sovimme ohjaavan opettajan ja toimeksiantajan kanssa esittävämme työn muun ryhmän aikataulusta poiketen toukokuun 2017 lopulla Taikusydämen tiloissa. Myöhemmin työn esitys päätettiin siirtää Turun kaupungin vapaa-aikatoimialan tiloihin. Tapasimme 2.3. jälleen Anna-Marin ja 6.3. ohjaavan opettajamme Outi Linnossuon. Meille tarkentui, että opinnäytetyömme on vertaileva selvitys.

Saimme opinnäytetyön kannalta tärkeää tietoa sekä sähköpostitse että sovituisissa tapaamisissa. Lähetimme 6.3. tarkentavia kysymyksiä Tampereen kaupungin kulttuuri- ja taideyksilölle ja joukkoliikenteen asiakaspalveluun Aktiivipassiin liittyen. Saimme jo päivää myöhemmin kattavat vastaukset koskien muun muassa meille epäselväksi jääneitä joukkoliikenteen hintoja ja käytäntöjä sekä Aktiivipassin kulttuurikohteita. Kimmoke-rannekkeeseen liittyviä epäselvyyksiä selvittelimme puolestaan 29.3. Veritas Stadionilla Irina Niemimäen ja Toni Pekkolan kanssa, ja heiltä saatujen vastauksien perusteella saimme täydennettyä meille epäselväksi jääneitä kohtia Kimmoke-rannekkeeseen liittyen. Irina, Minna ja Toni ovat olleet mukana myös Kimmoke-rannekkeen kehittälyvaiheessa, ja heiltä prosessin aikana saamamme vastaukset ovat avanneet meille hyvin muun muassa eriarvoisuuteen liittyviä teemoja. Materiaalia saimme siis kirjallisuudesta, verkkosivustoilta, haastatteluista ja sähköpostivastauksista.

Opinnäytetyön yhteydessä kirjoitimme artikkelin Hyve-verkkolehteen, jossa käsitelimme Kimmoke-ranneketta. Tapasimme lehden päätoimittajan Päivi Myllymäen 12.4. Hän antoi vinkkejä artikkelin kirjoittamiseen ja esitteli meille pohjan, johon artikkelin kirjoittaisimme. Artikkelin toimi myös kypsyysnäytteenä. Lisäksi kirjoitimme Taikusydämen uutiskirjeeseen artikkelin. 26.4. esitimme opinnäytetyön siihenastiset tulokset tulostyöpajassa, jolloin pyysimme arvioita niistä osioista, joihin kaipasimme palautetta. Saimme 4.5. opinnäytetyön toimeksiantajalta joitain korjausehdotuksia työhömmme. Samalla viikolla saimme myös sähköpostitse Irina Niemimäeltä asiakaspalautteita ja kuvia, joita voimme käyttää työssämme ja julkaistavissa artikkeleissa. Irina kommentoi ja täydensi myös Taikusydämen tietopankkiin tulevaa Kimmoke-rannekkeen toimintamallikuvausta, kuten toimeksiantajamme oli aikaisemmin toivonut. Palautimme opinnäytetyömme esi-

luettavaksi 14.5. ja lopulta arvioitavaksi 24.5. Kesällä 2017 esitämme työn Turun kaupungin vapaa-aikatoimialan tiloissa. Kirjoittamamme artikkelit julkaistaan touko-kesäkuun aikana.

Vertailevan selvityksen metodit

Pyrimme vastaamaan opinnäytetyössämme seuraaviin kysymyksiin:

- 1. Mitä hyviä ja toimivia käytäntöjä Kimmoke-rannekkeessa on jo olemassa?**
- 2. Miten Kimmoke-rannekettä voisi kehittää tulevaisuudessa?**

Opinnäytetyöstämme muotoutui vertaileva selvitys. Työssämme vertailemme Kimmoke-rannekettä, Aktiivipassia ja Kaikukorttia ja etsimme niiden hyviä käytäntöjä. Lisäksi poimme, miten Kimmoke-rannekettä kannattaisi kehittää tulevaisuudessa ja mitä olisi hyvä tehdä seuraavaksi. Koska opinnäytetyömme keskittyi vertailuun, ei tutkimus- tai kehittämistyö olisi täysin vastannut toimeksiantajan esittämiin tarpeisiin. Vertailevassa selvityksessäkin käytimme silti apuna tutkimustyön metodologiaa.

Tutkimuksella pyritään luomaan uutta tietoa, joka voi johtaa uuden kehittämiseen ja luomiseen. Tutkimuksen piirteitä ovat esimerkiksi tilastolliset esitykset, tietojen kerääminen ja haastatteluaineistojen kuvaus. Tutkimus alkaa ideasta ja aiheeseen perehtymisestä esimerkiksi kirjallisuuden ja tutkimusten avulla. Sen jälkeen tutkija laatii suunnitelman ja asettaa tutkimuskysymykset, tehtävät tai ongelmat. Tutkija kerää aineistonsa tutkimusmenetelmänsä perusteella. Kerätty aineisto analysoidaan ja tulokset tiivistetään. Tuloksia pyritään levittämään ja julkaisemaan. (Turun amk 2013, 9–10.)

Opinnäytetyössämme oli paljon tutkimustyön piirteitä. Halusimme tutkimuksen ja vertailun avulla löytää Kimmoke-rannekkeen hyviä käytäntöjä, tehdä vertailua ja etsiä kehitysideoita. Aloitimme tiedonkeruun olemassa olevasta teoretisestä. Keräsimme tietoja myös aikaisemmin tehdyistä PowerPoint-esityksistä sekä sopien tapaamisia, haastatteluja ja vaihtaen sähköposteja. Tutkimme myös Kimmoke-rannekkeen, Aktiivipassin ja Kaikukortin verkkosivut perusteellisesti läpi. Laadimme kaksi tutkimuskysymystä, joihin halusimme löytää työllämme vastaukset. Keskeisenä aiheena oli Kimmoke-rannekkeen olemassa olevat hyvät käytännöt ja Kimmoke-rannekkeen, Aktiivipassin ja Kaikukortin vertailu, joiden pohjalta kirjoitimme kaksi artikkelia. Opinnäytetyömme kehitysoso koostui omista mielipiteistämme ja ajatuksistamme siitä, mitä olisi hyvä tehdä seuraavaksi. Varsinaista kehitystyötä emme täten tehneet, vaan kehitysideoiksi muotoutunut osuus syntyi tutkimuksen ja vertailun pohjalta.

Opinnäytetyömme tutkimusosio oli kvalitatiivinen, sillä käytimme sille tyypillisiä tiedonkeruutapoja, eli valmiita dokumentteja ja aineistoja sekä ryhmä- ja henkilöhaastatteluja. Kvalitatiivisessa eli laadullisessa tutkimuksessa pyritään vastaamaan kysymyksiin miksi, miten ja millainen. Laadullinen tutkimus on suppea ja näytteet kerätään harkinnanvaraisesti. Laadullinen tutkimus auttaa käsittämään tutkittavaa kohdetta ja toimintatapoja. Se myös sopii kehitystyöhön ja sosiaalisten ongelmien löytämiseen. (Tilastollinen tutkimus 2014, 6–8.)

Käytimme opinnäytetyössämme myös vertailevan tutkimuksen metodeja. Tässä tapauksessa vertailimme Turun Kimmoke-ranneketta, Tampereen Aktiivipassia ja Kainuun ja Espoon Kaikukorttia. Vertailussa tarkastellaan ja täsmennetään eroavaisuuksia tuotteiden välillä. Tutkittavan kohteen haluttuja piirteitä laitetaan taulukon muotoon, jolloin piirteitä on helppo vertailla. Vertailevan tutkimuksen edetessä taulukkoon voi lisätä vertailtavia asioita tarpeen mukaan, tai poistaa niitä joista ei ole hyötyä. (Uiah 2007.) Me kokosimme myös taulukon, johon tuli esimerkiksi vertailtavien kohteiden hinta, voimassaoloaika ja käyttömahdollisuudet.

Seuraavissa luvussa avaamme eri paikkakuntien, Turun, Tampereen sekä Espoon ja Kainuun järjestelmiä, jotka oikeuttavat käyttäjät edullisesti tai ilmaiseksi kulttuurin ja liikunnan pariin. Vertailussamme ensisijaisena kohteena oli Kimmoke-rannekkeen, Aktiivipassin ja Kaikukortin tuomat etuudet kulttuurikohteisiin.

4.2 Kimmoke-ranneke

Kimmoke-rannekkeen voi saada, jos on turkulainen ja on oikeutettu määrättyihin tukiiin. Perustoimeentukea, työkyvyttömyyseläkettä, työmarkkinatukea, peruspäivärahaa tai kuntoutustukea saava voi hankkia rannekkeen. Avaamme kappaleen lopussa tarkemmin edellä mainittuja tukia. Yksityisten vakuutusyhtiöiden tuet eivät riitä, vaan tukien on oltava Kelan myöntämiä. Myös alaikäinen henkilö voi saada rannekkeen, mikäli hän saa toimeentulotukea. Kimmoke-rannekkeen ostopaikkoja ovat Turun kaupungin liikuntapalvelukeskus, Impivaaran uimahalli, Petreliuksen uimahalli, Samppalinnan maauimala sekä Yhteispalvelupiste Monitori. Ranneke maksaa 39 euroa ja se on voimassa kuusi kuukautta latauksesta. Ranneke maksaa 8 euroa ja sen käyttäjä joutuu maksamaan vain ensimmäisen ostokerran yhteydessä. Sama ranneke voidaan ladata myöhemmin uudelleen, jolloin uuden puolen vuoden käyttöjakson voi ladata ensimmäisellä kerralla ostamalleen rannekeelle. Rannekettä ostaessa mukana tulee olla myönteinen päätös rannekeeseen oikeuttavasta tuesta, tai enintään kuukauden vanha maksuilmoitus sekä

henkilöllisyystodistus. (Turku 2017.) Tästä syystä rannekkeen osto on rajattu tiettyihin pisteisiin. Kun työntekijät ovat tietoisia rannekkeen eduista ja edellytyksistä, asiointi on jouhevaa, eikä ruuhkauta muiden asiointia. Kimmoke-rannekettä voi käyttää liikuntakoh-teissa vain kerran päivässä. Tapahtumakalenterin menoihin voi kuitenkin osallistua, vaikka samana päivänä olisi käynyt jo esimerkiksi uimassa. Kimmokkeen toimintaa koor-dinoi Turun kaupungin vapaa-aikatoimiala. (Irina Niemimäki & Toni Pekkola 29.3.2017.)

Rannekkeen lisäksi käyttäjä saa myös kortin, jolla pääsee sisään joihinkin kulttuuripal-veluihin. Korttia kehoitetaan pitämään jatkuvasti mukana lompakossa, sillä museosta riip-puen sisään pääsee joko kortilla tai rannekkeella. Suurimmissa museoissa on käytössä lukijalaite, joka toimii ranneketta vilauttamalla. Käyttäjän on huomioitava, että myös kult-tuuripalveluissa on rajatut käyttöajat. (Irina Niemimäki & Toni Pekkola 29.3.2017.)

Kimmoke-ranneke on tuonut vauhtia heikommin toimeen tulevien turkulaisten vapaa-ai-kaan vuodesta 2013 alkaen. Kimmoke-ranneke tarjoaa useita kulttuuripalveluita, muun muassa pääsyn kuuntelemaan Turun Filharmonisen orkesterin kenraaliharjoituksia. Ranneke tarjoaa vapaa pääsyn myös Wäinö Aaltosen museoon, Turun linnaan ja Biolo-giseen museoon. Turun linnan huoneissa pääsee kiertelemään, ja alkuperäiseen kun-toon restauroidussa linnassa toimii myös historiallinen museo. Biologisessa museossa pääsee puolestaan tutustumaan Suomen luontoon ja eläimiin. Perusnäyttelyn lisäksi mu-seossa on vaihtuvia näyttelyitä luontoaiheilla. (Turku 2017.)

Rannekkeen tarjoamien etujen listalla on myös taitotiistait Kuralan Kylämässä, jolloin jokainen pääsee tekemään itse ”käsillään kaunista”. Keväällä 2017 aiheena olivat eri vuosikymmenet. Rannekkeella osallistuvat saavat sisäänpääsyn lisäksi materiaalit ja kahvitarjoilun. Kupittaalla sijaitsevan Seikkailupuiston lastennäytelmiä pääsee seuraamaan veloituksetta neljän itse valitseman henkilön kanssa, jolloin koko perheen on mahdollista nauttia yhdessä teatteriesityksistä. Kirjaston palveluihin pääsee tutustumaan ohjatusti. Tänä vuonna yhtenä kantavana teemana on Suomi 100 vuotta, sillä kirjastossa järjestetään kevään aikana Minun Suomeni -työpaja ja Suomi suloinen -kevätkuuhla. (Turku 2017.)

Alle 29-vuotiaat rannekkeen käyttäjät hyötyvät nuorisopalveluiden eduista. Näihin etuihin kuuluvat Vimman taidepaja, skeittihalli Cube ja pääsy seuraamaan Turku Band Stand -kilpailun alku- ja välieriä. Rannekkeen käyttäjä voi myös ottaa käyttöön tekstiviestipalve-lun, jonka kautta saa kutsuja ja etuja kulttuuripalveluihin. Kimmokkeen käyttäjät voivat saada esimerkiksi koko perheen kutsuja Seikkailupuistoon ja Tanssiteatteri ERI:n esityk-

siin. Etuja tarjoavat myös muut yhteistyökumppanit, kuten Turun kaupunginteatteri, Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymä, Forum Marinum ja Aboa Vetus & Ars Nova. Liikuntaelämyksiä tarjoavat esimerkiksi Paavo Nurmi -Games, TuTo Hockey, TPS-salibandy ja FC Inter. (Turku 2017.) Puhelimeen saapunut kutsu vaihdetaan pääsylippuun viestin ohjeiden mukaisesti. Viesteissä on selkeät toimintaohjeet. Osassa tapahtumista sisäänpääsyyn riittää Kimmoke-kortin näyttäminen, jolloin lipun saa kassalta. Toisissa tapahtumissa asiakas pääsee tapahtumaan näyttämällä puhelimeensa saapunutta tekstiviestiä. Lippuja tapahtumiin on tarjolla rajoitettu määrä ja liput menevät ilmoittautumisjärjestyksessä. Yhteistyökumppanit tarjoavat toisinaan myös avecillisia kutsuja, ja suosittuihin tapahtumiin voi saada toisinaan kysynnän mukaan myös lisälippuja. (Irina Niemimäki & Toni Pekkola 29.3.2017.)

Turun kaupungin Kimmoke-ranneketta esittelevillä verkkosivuilla on linkki Kimmokkeen kevätseiteeseen. Kimmokkeen kevätmenot 2017 -esitteestä käy ilmi kaikki kevään tapahtumat ja menovinkit. Eri vuodenaajoille on omat esitteensä, eli tapahtumia järjestetään ympäri vuoden. Keväällä 2017 kevätmenoissa oli tarjolla joka kuulle vähintään yhdeksän erilaista tapahtumaa, usein enemmänkin. Tarjolla oli muun muassa opastettu kierros Forum Marinumissa, joka on valtakunnallinen merenkulun ja meripuolustuksen museo.

Seikkailupuistossa pyöri koko perheen Nukketeatteri Ofelia, esityksenään Reetu ja Lola. Turun kaupunginteatteri tarjosi lippuja klassikonäytelmään Kissa kuumalla katolla. Kimmokelaisille järjestettiin mobiililaitteiden ABC-kurssi, jolla pääsi opettelemaan mobiililaitteiden saloja ja tutustumaan sosiaalisen median kiemuroihin. Kimmoke myös järjesti Polku-ryhmän, joka kokoontui kuusi kertaa kevään aikana. Päiväryhmässä keskusteltiin arjen iloista ja suruista lounaan yhteydessä. Mikaelinkirkkoon ja sen historiaan pääsi tutustumaan ohjatun kierroksen aikana. Autoharrastajille oli järjestetty automuseoon tutustuminen, jossa oli esillä autoja, mopoja ja leluja. Pyöräretkellä tutustuttiin Aurajoen kaniiniin maisemiin. Kimmoke-rannekkeen käyttäjille on tarjolla myös erittäin kattavat liikuntapalvelut. Rannekkeella saa käyttää kaupungin uimahalleja ja kuntosaleja arkisin kello 15.30 asti sekä viikonloppuisin aukioloaikojen mukaisesti. Kimmoke-rannekkeella voi

osallistua kuntosaliharjoittelun kursseille ja rannekkeella pääsee myös esimerkiksi hiihtämään, luistelemaan ja skeittaamaan veloitukselta. Tarjolla on myös ohjattuja liikuntatunteja. (Turku 2017.)

Kimmoke-ranneke on tarkoitettu perustoimeentulotukea tai Kelan työkyvyttömyyseläkettä, työmarkkinatukea, peruspäivärahaa tai kuntoutustukea saaville henkilöille. Alla avaamme tarkemmin rannekkeen ostoon oikeuttavia etuuksia.

Taulukko 1. Kimmoke-rannekkeen asiakasprosessi.



Perustoimeentulotuki

Toimeentulotuki on taloudellisesti perheen tai henkilön viimesijaisin tuki, joka kattaa perusmenoja. Toimeentulotukea voi hakea Suomen kansalainen tai Suomessa oleva henkilö, jonka varat eivät riitä pakollisiin menoihin. Myös sosiaalietuudet laskeaan tuloiksi. Toimeentulotuki on lyhytaikainen tuki, jonka tavoite on auttaa hetkellisten vaikeuksien yli. Toimeentulotuessa on kolme osaa: perustoimeentulotuki, täydentävä toimeentulotuki ja ehkäisevä toimeentulotuki. Perustoimeentulotuki haetaan Kelasta ja päätös tehdään laskemalla henkilön tulot, varat ja menot. Perustoimeentulo kattaa esimerkiksi ravinto- ja vaatemenot sekä asumismenot. Täydentävä ja ehkäisevä toimeentulotuki haetaan kunnalta, jos henkilöllä on sellaisia menoja joita perustoimeentulotuki ei kata. Tukea voivat hakea kaikenikäiset, myös alaikäinen lapsi, mikäli hän ei asu vanhempiensa kanssa. (Kela 2017.)

Työkyvyttömyyseläke ja kuntoutustuki

Jos henkilö jää työkyvyttömäksi, hänelle maksetaan sairauspäivärahaa 300 arkipäivän, eli noin vuoden ajan. Kun sairauden takia on ollut pois töistä 150 arkipäivää, Kela tiedottaa asiakasta kuntoutusmahdollisuuksista ja eläkkeen hakemisesta. Kuntoutustuki ja työkyvyttömyyseläke voidaan myöntää vain työkyvyttömyyden, ei jokaisen sairauden perusteella. Kuntoutustuella tarkoitetaan määräaikaista työkyvyttömyyseläkettä. Kuntoutustuen maksaminen alkaa yleensä noin vuoden kuluttua työkyvyttömyyden alkamisesta, mutta ellei kuntoutus palauta henkilön työkykyä, asiakkaalla voi olla mahdollisuus säännölliseen työkyvyttömyyseläkkeeseen. Työkyvyttömyyden toteaminen vaatii Kelan asiantuntijalääkärin ja etuuskäsittelijän arvion siitä, miten sairaus heikentää hakijan työkykyä nykyisessä työssä. Päätöksessä otetaan huomioon myös tukea hakevan henkilön ikä, ammatti, koulutus ja asuinpaikka. Samalla myös mahdollisuus saada ammattia vastaava työtä ja mahdollisuus kuntoutukseen selvitetään. (Kela 2017.)

Työmarkkinatuki

Työmarkkinatuella tuetaan työttömän työnhakijan työllistymistä. Se on tarkoitettu Suomessa asuville 17–64-vuotiaille työkykyisille henkilöille. Työmarkkinatukea voi saada henkilö, joka ei täytä työssäoloehtoja, eli ei ole työskennellyt tarpeeksi pitkään tai on vasta saapunut työmarkkinoille. Myös työtön, joka ei voi saada perus- tai ansiopäivärahaa enimmäisajan eli 400 päivän päätyttyä, saa työmarkkinatukea. Työmarkkinatuen suuruuteen vaikuttavat työttömän omat sekä hänen vanhempiensa tulot, mikäli henkilö asuu heidän kanssaan samassa kotitaloudessa. Työmarkkinatu-

kea saa 32,40 euroa päivältä viitenä päivänä viikossa. Työmarkkinatukea haetaan ilmoittautumalla työ- ja elinkeinotoimistoon työnhakijaksi. Tämän jälkeen tukea haetaan netissä tai postitse täyttämällä lomake ja lähettämällä se Kelaan. (Kela 2017.)

Peruspäiväraha

Peruspäivärahaa voi saada, jos henkilö on ollut työttömäksi jäädessään työelämässä ja täyttää palkansaajan tai yrittäjän työssäoloehdon. Peruspäivärahaa voi saada enintään 400 päivän ajalta, jonka jälkeen henkilö voi hakea työmarkkinatukea. Jos työhistoriaa on kuitenkin alle kolme vuotta, peruspäivärahaa maksetaan enintään 300 päivän ajan. Jos henkilö osallistuu työllistämistä edistäviin palveluihin (esimerkiksi työnhakuvallennukseen, työkokeiluun tai opiskelee omaehtoisesti), peruspäivärahaa voidaan maksaa tältä ajalta korotettuna. Myös työtulot ja jotkin saadut sosiaalietuudet (esimerkiksi lasten, ja joissain tapauksissa puolison saama kodinhoidon tuki) otetaan huomioon peruspäivärahan maksussa. Jokainen palkkana maksettu euro vähentää peruspäivärahaa 50 senttiä siinä tapauksessa, jos peruspäivärahan saaja tienaa yli sallitun suojaosan, eli hänen bruttotulonsa ovat suuremmat kuin 300 euroa kuukaudessa. (Kela 2017.)

4.3 Aktiivipassi

Aktiivipassi on Tampereen kaupungin koordinoima ja myöntämä arvolippu, joka voidaan ladata joukkoliikenteen henkilökohtaiseen matkakorttiin (Tampere 2017). Järjestelmän perustamista suunniteltiin jo vuonna 2017, mutta käyttöön se saatiin lopulta huhtikuussa 2015 (Niskanen 2015). Etuus oikeuttaa joukkoliikenteen bussien käyttämiseen Tampereen kaupungin A- ja B-vyöhykkeillä ja käynteihin uimahalleissa ja kuntosaleilla, joissa Aktiivipassi toimii maksuvälineenä, sekä ilmaisiin käynteihin Museokeskus Vapriikkiin, Tampereen taidemuseoon ja Sara Hildénin taidemuseoon. (Tampere 2017.) Museokäynneillä riittää, että kertoo olevansa Aktiivipassin haltija. Passi ei kuitenkaan tarjoa etuuksia muihin Tampereen kaupungin kulttuurikohteisiin. (Toni Huitula 8.3.2017.)

Aktiivipassia voidaan hakea joko vapaamuotoisella hakemuksella, toimeentulohakemuksen yhteydessä tai jättämällä hakemuksen Sarviksenä tunnetun sosiaaliaseman postilaatikkoon. Aktiivipassihakemus käsitellään kahden viikon sisällä siitä, kun hakemus on vastaanotettu. Päätös lähetetään hakijalle hänen omasta valinnastaan riippuen joko kirjeitse tai sähköiseen Omapalveluun. Hyväksytyin päätöksen jälkeen passi voidaan ladata matkakortille joko Tampereen joukkoliikenteen asiakaspalvelussa, jolloin lippu on voimassa heti, tai Nella Nettilatauspalvelussa, jossa tunnistauminen tapahtuu

verkkopankkitunnuksilla tai mobiilivarmenteella ja lippu on ladattavissa kahden tunnin kuluessa ostoksesta. (Tampere 2017.)

Aktiivipassin arvo on 50 euroa, josta hakija maksaa viiden euron omavastuuosuuden. Jos etuuden hakijalla ei ole ennestään matkakorttia, sen voi ostaa samalla joukkoliikenteen asiakaspalvelupisteestä erillisen viiden euron hintaan etuutta ladatessaan. Matkakorttiin ladattava etuus voidaan myöntää enintään kaksi kertaa vuodessa hakijalle, joka on täyttänyt 18 vuotta ja saanut vähintään 10 kuukautta toimeentulotukea viimeisen 12 kuukauden aikana. (Tampere 2017.) Bussimatkojen ja liikuntakohteiden hinnat vaihtelevat sen mukaan, minkä ikäinen palveluiden käyttäjä on kyseessä. Aikuiselta bussimatkan hinta on 1,84 euroa, kun taas 17–24-vuotiaalta nuorelta kertaveloitus on 1,33 euroa. (Tampereen seudun joukkoliikenne 2017.) Uimahallien sisäänpääsymaksu on kaikissa kaupungin uimahalleissa aikuiselta 5,00 euroa ja nuorelta (17–24-vuotiaat) ja seniorilta (yli 65-vuotiaat) 3,10 euroa, kun uinti maksetaan Tampereen seudun joukkoliikenteen matkakortilla. Mikäli uimassa käy kuitenkin arkipäivänä kello 6.00–14.00 välillä, maksaa uintikerta iästä riippumatta vain 3,10 euroa. (Tampere 2017.)

Aktiivipassin haltijoilla on ilmainen sisäänpääsy kaupungin kolmeen museoon. Keväällä 2017 Museokeskus Vapriikissa oli yhdeksän pysyvää ja kuusi vaihtuvaa näyttelyä, joten katseltavaa riitti useammalle kerralle. Yksi näyttelyistä oli esimerkiksi luontoaiheinen, ja näyttelyssä pääsi ihastelemaan Pirkanmaan luonnon monimuotoisuutta. (Vapriikki 2017.) Tampereen taidemuseossa oli kevään aikana vain yksi näyttely. Täältä tullaan! -nimeä kantava näyttely käsitteli 1900-luvun alkupuolen naistaiteilijoiden tekemää murrosta. Vaikka näyttelyitä oli kevään aikana vain yksi, tarjosi museo mahdollisuuden esimerkiksi museovierailulle perheen pienimpien kanssa Vauvan kanssa museoon -tapahutumapäivinä. (Tampereen taidemuseo 2017.) Kolmas Aktiivipassin haltijoille ilmaisen sisäänpääsyn tarjoava museo oli Sara Hildénin taidemuseo. Museossa oli kevään aikana Tampereen taidemuseon tavoin yksi pysyvä näyttely, johon järjestettiin sunnuntaisin yleisöopastus. (Tampere 2017.)

4.4 Kaikukortti

Sekä Espoossa että Kainuussa voi saada Kaikukortin, jos henkilö käyttää sellaisen espoolaisen tai kainuulaisen sosiaali- ja terveysalan toimijan palveluita, joka on mukana Kaikukortin toiminnassa. Kaikukortin voi saada, jos taloudellinen tilanne on heikko eikä henkilöllä ole varaa käydä kulttuurikohteissa. Saadakseen kortin on oltava vähintään 16-

vuotias. (Kulttuuria kaikille -palvelu 2017.) Kaikukortin saa Kainuun alueelta 41 eri toimipaikasta, esimerkiksi Sotkamon kuntouttavasta työtoiminnasta tai Kajaanin sosiaalitoimistosta (Kainuun sote 2017) ja Espoosta 20 eri toimipaikasta, esimerkiksi Soukan työkeskuksesta tai Espoon kaupungin vammaispalveluista. Kaikukorttia voi pyytää henkilökunnalta, eikä se edellytä todistusta henkilön tuloista tai varallisuudesta. (Espoo 2017.) Kainuun Kaikukorttia koordinoi Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä, Kainuun sote, Kainuun kunnat ja Kulttuuria kaikille -palvelu. Espoon toimintaa koordinoi Espoon kaupungin kulttuurin tulosityksikkö yhdessä aikuisten sosiaalipalveluiden kanssa. (Kulttuuria kaikille -palvelu 2017.)

Kaikukortin tavoite on tuoda kulttuuria kaikille, varallisuudesta riippumatta. Kortti parantaa sellaisten nuorten, aikuisten ja perheiden, joilla on taloudellisesti vaikeaa, mahdollisuuksia osallistua kulttuuri- ja taide-elämyksiin. Kaikukortti on käytössä Espoossa ja Kainuussa ja se on voimassa vuoden kerrallaan. (Kulttuuria kaikille -palvelu 2017.) Espoossa Kaikukortilla pääsee moniin Espoon kulttuurikohteisiin, kuten konsertteihin, festivaaleille, teattereihin ja museoihin. Mukana on 27 kohdetta ja iso osa kohteiden tarjonnasta. Mukana on esimerkiksi Sellosali, Espoon kaupunginteatteri ja lasten kulttuurikeskus Pikku-Aurora. Pikku-Aurorassa on koko perheen tapahtumia ja leikkiä. Yhdessä tekemistä vaalitaan. Kerhoja ja pajoja vetävät esimerkiksi ammattitaitelijat. (Espoo 2017.) Suomen merkittävimpiin taidemuseoihin lukeutuva Espoon modernin taiteen museo on saatu mukaan Kaikukortin toimintaan. Kortin haltijoilla on ilmainen sisäänpääsy Saastamoisen säätiön kokoelmaan ja vaihtuviin kotimaisiin ja kansainvälisiin näyttelyihin. (Emma 2017.) Kaikukortilla voi saada myös kurssipaikkoja Espoon Arbiksen kursseilta. Kulttuurikohteiden verkkosivuilla kerrotaan tapahtumista ja esityksistä, joihin Kaikukortilla pääsee. Kulttuurikohteisiin voi myös soittaa tiedustellakseen tarjonnasta. (Espoo 2017.)

Kainuun Kaikukortilla on mahdollisuus saada pääsylippuja elokuvaan ja festivaaleille. Kortti tarjoaa pääsyn moniin museoihin ja kulttuuritaloihin. Tarjolla on myös tanssi- ja teatteriesityksiä. Lisäksi kansalaisopisto järjestää erilaisia kursseja ja kunnat järjestävät vuosittain paljon erilaisia kulttuuritapahtumia, joista tiedotetaan usein myös Kainuun liiton tapahtumakalenterissa. (Kainuun sote 2017.) Sunnuntaisin käyttäjät voivat nauttia Paljakka Kinon elokuvista. Sesonkiaikana Kino esittää uusia elokuvia viikoittain. Tarjolla on myös 3D-elokuvia. (Paljakka 2017.) Kaikukortilla pääsee nauttimaan myös runoista Kajaanin Runoviikolle. Ohjelmistossa on muun muassa runokaraokea, avajaiشهulinat ja runovarti. (Runoviikko 2017.) Kainuun Kaikukortin toiminnassa on mukana neljä eri museota, ja yksi niistä on Raatteen Portin talvisotamuseo. Museo esittelee muun muassa

Suomussalmea ennen sotaa, evakkoon lähtöä ja sotasaalista Raatteen tieltä. Museoon kuuluu myös ulkotilat, joissa on esillä Raatteen tien taisteluissa käytetty venäläinen panssarivaunu. (Raatteen portti 2017.)

5 VERTAILEVAN SELVITYKSEN TULOKSET

5.1 Kimmoke-rannekkeen, Aktiivipassin ja Kaikukortin vertailua

Kokosimme alla olevaan taulukkoon vertailevan selvityksen tulokset selkeyttämään ja kokoamaan kerättyä tietoa. Taulukosta käy ilmi Kimmoke-rannekkeen, Aktiivipassin ja Kaikukortin hinnat, voimassaoloaika, hankintapaikat, palvelut, koordinoija sekä kohde-ryhmä, joka on oikeutettu saamaan palveluita.

Taulukko 2. Kimmoke-rannekkeen, Aktiivipassin ja Kaikukortin vertailua.

	Kimmoke-ranneke	Aktiivipassi	Kaikukortti
Hinta	Lataushinta 39€ Ranneke ensiostolla 8€	Ostavastuuosuus 5€ Matkakortti ensiostolla 5€	Ilmainen
Voimassaolo-aika	6 kuukautta latauksesta	50€ suuruisen etuus voidaan myöntää enintään kaksi kertaa vuodessa	12 kuukautta
Hankintapaikkoja	5kpl	2kpl	Espoo: 20kpl Kainuu: 41kpl
Kenelle myönnetään	Tiettyjä Kelan etuuksia saaville henkilöille	18 vuotta täyttäneelle toimeentulotuen saajille	Nuorille aikuisille ja perheille, joilla on taloudellisesti vaikeaa
Palvelut	Laaja valikoima kulttuuri-kohteita ja vapaa-ajan tapahtumia sekä kaupungin uimahallit ja kuntosalit	Kolme museota sekä kaupungin uimahallit ja kuntosalit	Laaja valikoima kulttuurikohteita
Koordinoija	Turun kaupungin vapaa-aikatoimiala	Tampereen kaupunki	Espoo: 2kpl Kainuu: 4kpl

Taulukko 2 tuo esiin Kimmoke-rannekkeen, Aktiivipassin ja Kaikukortin eroavaisuuksia ja samankaltaisuuksia. Ensimmäisenä taulukosta nousee esiin hinta, joka on Kimmoke-rannekkeessa huomattavasti korkeampi, kuin kahdessa muussa vertailtavassa kohteessa. Rannekkeen voi kuitenkin saada myös harkinnanvaraisesti sosiaalitoimen kustantamana tietyin edellytyksin, esimerkiksi osallistumalla rannekkeeseen oikeuttavaan

ryhmätoimintaan, kuten 1000 päivää työttöminä olleille tarkoitettuun Party-hankkeeseen. Kimmoke-rannekkeeseen ladattu arvo ei laske käytön mukaan puolen vuoden aikana, vaikka liikuntakerroista ja kulttuurikäynneistä muodostuisikin huomattavan paljon suurempi kokonaiskäytön summa, kuin 39 euroa kuudessa kuukaudessa. Aktiivipassin omakustannushinta on huomattavasti alhaisempi, kuin Kimmoke-rannekkeen. Tampereen kaupunki voi ladata toimeentulotuen saajan matkakorttiin kulttuuri- ja liikuntakohteisiin oikeuttavan etuuden enintään kahdesti vuodessa, jolloin omakustannehinnaksi jää vain viisi euroa latauskerralta. Kortin käyttöarvo kuitenkin laskee jokaisen joukkoliikennematkan ja käyttökerran jälkeen, jolloin aktiivinen Aktiivipassin käyttäjä ei hyödy kortille ladatusta arvosta yhtä pitkää aikaa, kuin Kimmoke-rannekkeen haltija. Edullisin kolmesta vertailtavasta kohteesta on Espoon ja Kainuun kaikukortti, joka on käyttäjälleen täysin ilmainen. Samalla Kaikukortti on myös voimassa pisimmän aikaa, mutta liikuntapalvelut on jätetty kokonaan kortin ulkopuolelle.

Myös hankintapaikkojen määrissä on huomattavia eroja. Turussa Kimmoke-rannekkeen voi ostaa tai ladata viidessä eri paikassa, jotka kaikki vaativat fyysisen käynnin paikan päällä. Toisaalta on hyvä, että yhdeksi rannekkeen latauspaikaksi on valittu esimerkiksi käyttäjämäärältään erityisen suosittu Impivaaran uimahalli, jolloin lataaminen ja uiminen eivät vaadi erillisiä käyntejä useampaan eri kohteeseen. Aktiivipassin voi puolestaan ladata vain kahdessa paikassa, joukkoliikenteen asiakaspalvelupisteessä ja Nella Nettilatauspalvelussa. Lataaminen verkossa mahdollistaa kuitenkin sen, että kortin voi ladata vaikka kotona ilman fyysistä käyntiä erilliseen palvelupisteeseen. Espoossa ja Kainuussa toimiva Kaikukortti vetää hankintapaikkojen määrässä pisimmän korren, sillä paikkoja, joista kortin saa, on Espoossa kaikkiaan 20 kappaletta ja Kainuussa 41 kappaletta. Alueena Kainuu on pinta-alaltaan ylivoimaisesti laajin, jolloin myös hankintapaikkoja on hyvä olla useita. Kaikukortin koordinoinnissa on mukana useita tahoja: Kainuussa kortin toimintaa koordinoi Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä, Kainuun sote, Kainuun kunnat ja Kulttuuria kaikille -palvelu. Espoon toimintaa koordinoi Espoon kaupungin kulttuurin tulosityksikkö yhdessä aikuisten sosiaalipalveluiden kanssa.

Myös siinä, kenelle kortti myönnetään, on eroja. Kimmoke-rannekkeen voi saada henkilö, joka saa Kelasta tiettyjä, etukäteen määriteltäviä etuuksia. Kimmokkeen verkkosivujen perusteella on kuitenkin asiakasnäkökulmasta hieman epäselvää, mitä kaikkia etuuksia rannekkeen saaminen todella vaatii; riittääkö, että saa työkyvyttömyyseläkettä, työmarkkinatukea, peruspäivärahaa tai kuntoutustukea, vai täytyykö edellä mainittujen li-

säksi olla myöskin perustoimeentulotuen saaja? Pienellä lisäselvityksellä saimme selville, että yhdenkin tuen, kuten peruspäivärahan, saaminen oikeuttaa rannekkeen hankkimiseen (Irina Niemimäki & Toni Pekkola 29.3.2017). Aktiivipassi voidaan myöntää 18 vuotta täyttäneelle henkilölle, joka on saanut kuluneen vuoden aikana vähintään 10 kuukauden ajan toimeentulotukea. Tieto on mainittu erittäin selkeästi Aktiivipassin omilla verkkosivuilla. Kaikukortin yhteydessä mainittu ilmaisuus ja laaja käyttäjäkunta antavat ensivilkaisulla puolestaan hieman harhaanjohtavaa tietoa kulttuuri kaikille -iskulauseiden myötä, sillä tarkemmalla lukemisella selviää, että kortin saadakseen on oltava vähintään 16-vuotias Kaikukortti-toiminnassa mukana olevan sosiaali- ja terveysalan toimijan asiakas. Kortti tuo kuitenkin etuuksia koko perheelle. Näitä etuuksia on esitelty tarkemmin myöhemmin.

Kimmoke-rannekkeen, Aktiivipassin ja Kaikukortin voimassaoloajat vaihtelevat keskenään. Kimmoke-ranneke on voimassa kuusi kuukautta, jonka jälkeen ranneke täytyy ladata uudelleen. Aktiivipassi on voimassa niin kauan, kuin 50 euron arvoinen arvolippu riittää. Tämä asettaa taloudellisia rajoituksia aktiivisesti liikkuville, sillä summa on mahdollista myöntää enintään kaksi kertaa vuodessa. Kaikukortti on voimassa pisimpään, vuoden kerrallaan. Pitkä voimassaoloaika vähentää heikossa taloustilanteessa olevan stressiä, kun kortin lyhyestä voimassaoloajasta ei tarvitse kantaa huolta eikä tarvitse laskea, koska varat on käytetty.

Palvelutarjonta on hyvin vaihtelevaa Kimmoke-rannekkeen, Aktiivipassin ja Kaikukortin välillä. Aktiivipassin kulttuuritarjonta on suppea, sillä se tarjoaa sisäänkäynnin vain kaupungin kolmeen museoon. Aktiivipassissa on siis selkeästi jätetty kulttuuri takalalle ja keskiössä ovat bussimatkat kuntosalikäyntien ja uimisen ohella. Aktiivipassin palveluita saa kuitenkin käyttää milloin tahansa aukioloaikojen puitteissa. Kimmoke-ranneke on selkeästi panostanut myös kulttuuriin, sillä tarjolla on museoiden ja musiikin lisäksi laaja kirjo erilaisia tapahtumia. Tapahtumakalenteri on kattava, ja pääsylippuja ja tapahtumaetuja tarjoavia yhteistyökumppaneita on useita. Liikuntapuoli tarjoaa urheilua niin kesään kuin talveen. Kimmokkeen käyttöön on kuitenkin rajatut käyttöajat, ja esimerkiksi museoihin pääsee vain tiistaista perjantaihin kello 13.00–16.00 välillä. Kaikukortti eroaa Kimmokkeesta ja Aktiivipassista paljon, sillä Kaikukortin tarjonnassa on mukana ainoastaan kulttuuria. Kulttuurivalikoima on kuitenkin mittava, sillä mukana on laaja kirjo elokuvista tanssiin. Kainuu on alueena suuri, joten matkat kulttuurikohteiden välillä ovat pitkät. Mukana on myös kansalaisopiston kursseja. Tapahtumiin on usein Kimmoke-rannekkeenkin tavoin rajoitettu määrä lippuja tarjolla.

5.2 Hyviä käytäntöjä

Kimmoke-ranneke

Kimmoke-rannekkeen palvelutarjonta on kaikkiaan laaja ja monipuolinen. Kulttuuripuolelta mukana on musiikkia, museoita, teatteria, kirjastoon tutustumista, itse käsillä tekemistä ja nuorisopalveluita. Lisäksi tarjolla on paljon kutsuja ja etuja, joihin saa vaihtelevasti tuoda joko seuralaisen tai koko perheen mukaan. Kulttuuritapahtumat värittävät arkea ja lisäävät yhteisöllisyyttä. Ihmiselle, jolle kulttuuri on vierasta, on hienoa, että Kimmoke tarjoaa esimerkiksi kirjaston palveluiden esittelyä. Myös liikuntapalvelut ovat kattavat ja esimerkiksi useasti uimassa käyminen tulisi pienen käyttöbudjetin kanssa kalliiksi ilman ranneketta, kun yksi uintikerta maksaa 7,50 euroa. Tarjontaa on ympäri Turkuun, vaikkakin keskittyneenä keskustan alueelle. Kaikkialle on kuitenkin hyvät kulkuyhteydet. Kaupungin bussilippu on voimassa kaksi tuntia, joka mahdollistaa edestakaisen kulkeamisen samalla lipulla.

Rannekkeen 39 euron hinta on pieni siihen verrattuna, mihin kaikkeen ranneke mahdollistaa. Kevät- ja syysmenoissa on mukana rahanarvoisia etuja, ja esimerkiksi keväällä 2017 oli tarjolla liput suosittuun Tom of Finland -musikaaliin. Latauspaikkoja löytyy muun muassa uimahallien yhteydestä, jolloin ranneketta maksaessa on mahdollisuus mennä heti latauksen jälkeen myös liikkumaan. Tällöin kaksi erillistä käyntiä ei aiheuta rahallista hukkaa. Valtava etu on myös se, että jokainen lataa liikuntakertansa samantyyppiselle, mustalle rannekeelle. Kimmoke-rannekkeen verkkosivut ovat pääosin selkeät ja tieto on saatu hyvään, tiivistettyyn muotoon. Sivulla oleva Kimmokeen kevätmenot -esite tarjoaa monenlaista tekemistä, ja omia menoja pystyy suunnittelemaan pitkällekin sen perusteella, mihin tapahtumaan tietää haluavansa osallistua. Tapahtumista voi saada myös halutessaan muistutustekstiviestin pari päivää ennen aktiviteettia.

Kimmoke-rannekkeen peruspalvelut ovat erittäin kattavat. Kulttuuri- ja liikuntapalvelut tulisivat myös kalliiksi ilman ranneketta. Peruspalveluihin kuuluu jo nyt laaja kirjo kulttuuria, kun mukana on esimerkiksi musiikkia ja museoita sekä koko perheen lastenteatteria. Kulttuuria on tarjolla monena päivänä, ja esimerkiksi Wäinö Aaltosen museon sisäänpääsy on tiistaista perjantaihin kello 13.00–16.00 välillä, jolloin käyttäjä voi itse päättää, milloin haluaa nauttia kulttuurista. Hienoa on myös se, että rannekkeen toimintapiirissä on mukana useita uimahalleja, sillä uinti voi olla hyvä urheilulaji myös niille, joilla terveys rajoittaa muuta liikumista (Coates 2010, 80–81). Kuntosaleilla taas saa kehitettyä lihaskuntoa ja kestävyyttä. Terveystietäminen ehkäisee monilta sairauksilta ja parantaa mielialaa, parantaen samalla myös yleistä hyvinvointia. (Fogelholm ym. 2011, 43–44.)

Se, että käyttäjä joutuu itse maksamaan tietyn summan rannekkeesta, voi motivoida myös käyttämään ranneketta. Mikäli ranneke olisi täysin ilmainen, sen käyttämättä jättäminen ei haittaisi. Kun käyttäjä on maksanut rannekkeesta, saattaa hän ajatella, että sitä kannattaa käyttää useasti, jotta saa rahoilleensa vastinetta. Käyttäjille on myös suuri etu, että muutkin maksavat asiakkaat saavat samanlaisen mustan rannekkeen, jolloin kimmokelaiset eivät erotu muista käyttäjistä millään tavalla.

Kimmokkeen kevätmenoihin tutustuessamme kiinnitimme huomiota heti Kimmoke-rannekkeen esittelytilaisuuteen, joka järjestettiin kertaalleen kevään 2017 aikana. Varsinkin uusille käyttäjille infotilaisuus oli varmasti hyödyllinen. Rannekkeen esittelytilaisuus tarjoaa mahdollisuuden vaihtaa ajatuksia muiden rannekkeen käyttäjien kanssa. Asiakkaiden palaute ja toiveet ovat kullannarvoisia, sillä heitähän varten palveluita järjestetään. Asiakasmäärät ovat varmasti korkeampia, kun osa tapahtumista on heidän toiveidensa ja palautteidensa pohjalta järjestettyjä. Monissa tapahtumissa on myös kahvitarjoilu. Tällainen pienikin ele voi aktivoida ihmisiä liikkeelle. Opastetut kierrokset esimerkiksi museoissa ja kirjastossa auttavat myös saamaan elämyksestä enemmän irti. Monet eivät myöskään tiedä miten museoissa ja kirjastoissa toimitaan, ja jättävät siksi mieluummin menemättä. Opastetuilla kierroksilla voi tutustua toimintatapoihin yhdessä ryhmän ja oppaan kanssa, mikä voi rohkaista ihmistä käyttämään näitä kulttuurikohteita jatkossa myös itsekseen.

Yksi Kimmoke-rannekkeen parhaita puolia on sen yhteisöllisyyttä lisäävä vaikutus. Kun tapahtumia on useita kuukaudessa, voi niissä tutustua samalla muihin ihmisiin. Jos tapaa aikaisemmista tapahtumista tuttuja henkilöitä, voi heitä uskaltautua lähestymään. Kenties jatkossa osallistutaankin yhdessä Kimmokkeen tarjoamiin palveluihin. Myös Kimmokkeen ohjattuihin liikuntavuoroihin osallistuminen voi tuoda uusia tuttavuuksia. Rannekkeen käyttäjät voivat saada vertaistukea toisiltaan, sillä monet ovat samankaltaisissa tilanteissa, kuten työttöminä. Kulttuurin ja liikunnan pariin saattaa olla helpompi lähteä, kun on joku, jonka kanssa mennä yhdessä (Heikkilä & Arvonen 2014, 117.)

Lapsiperheille oli yllätyksemme tarjolla paljon tapahtumia ja teatteria, ja monessa tapahtumassa on ilmainen sisäänpääsy Kimmoke-rannekkeen haltijan lisäksi neljälle henkilölle. Näin on pyritty varmistamaan, että vaikka perheen taloustilanne olisikin heikko, koko perhe pääsee nauttimaan elämyksistä yhdessä. Perheen kanssa koetut elämykset voivat tiivistää perhettä ja värittää arkea. Kun lapset kokevat iloa, tuo se sitä varmasti vanhemmillekin. Tapahtumat, joihin saa ottaa mukaan seuralaisen, auttavat ylläpitämään ystävyys-suhteita tai parisuhdetta, kun kulttuuriin voi käydä tutustumassa yhdessä tärkeän ihmisen kanssa. Rannekkeen käyttäjälle myös tieto siitä, että pystyy heikossakin

taloustilanteessa tarjoamaan lipun mieleiseen tapahtumaan kaverille tai puolisolle, voi olla itsetuntoa kohottava vaikutus. Kimmoke-rannekkeen kevätmenoja suunnitellessa on otettu hyvin huomioon kaikenikäiset henkilöt ja heidän mielenkiinnonkohteensa. Tarjontaa on laidasta laitaan ja jokaiselle voisi kuvitella löytyvän jotakin. Jo sekin on parempi, että käyttäjä löytää jonkun itseään kiinnostavan tapahtuman, kuin että hän ei hyödyntäisi kulttuuri- tai liikuntaetuja lainkaan. On hienoa, että niin moni yhteistyökumppani on lähtenyt mukaan ja tarjoaa tapahtumiin runsaasti lippuja. Yhteistyökumppanit ovat selvästi ymmärtäneet, kuinka tärkeää on tarjota sosiaalisesti tai rahallisesti heikossa asemassa oleville henkilöille kulttuuri- ja liikuntaelämyksiä.

Kimmoke-ranneke on todettu myös hyväksi aktivointi- ja työvälineeksi heikommin toimeen tulevien ja työttömäksi jääneiden kanssa työskenneltäessä. Sitä on käytetty menestyksekkäästi esimerkiksi pitkäaikaistyöttömien parempaan työ- ja toimintakykyyn tähtäävässä Party-hankkeessa. Kaikki hankkeeseen osallistuvat saavat Kimmoke-rannekkeen ja rannekkeen tarjoamia palveluita käytetään yhdessä. Party-hankkeen sisällä toimii myös asiakasraati, joka antaa säännöllisesti palautetta ja esittää toiveita siitä, millaisia tapahtumia Kimmoke-rannekkeen käyttäjille voitaisiin jatkossa järjestää. (Irina Niemimäki & Toni Pekkola 29.3.2017.)

Kimmoke-rannekkeen kehityksestä vastaava työryhmä on avoin ehdotuksille ja toiminnassa kokeillaan jatkuvasti uutta. Kun toiminnan lomassa heräsi ajatus avantouinnista, lajille järjestettiin pian kokeilukerta. Palautekanavia on monia, ja palautetta voi antaa esimerkiksi kasvokkain tapahtumissa, infotilaisuuksissa ja sähköpostiviestillä. (Irina Niemimäki & Toni Pekkola 29.3.2017.) Kimmokeen parissa työskenteleviä henkilöitä voi kutsua kertomaan rannekkeesta esimerkiksi kohtaamispaikkoihin, joissa on paljon rannekkeen saannin kriteerit täyttäviä henkilöitä. Tämä on hyvä keino lisätä rannekkeen tietoisuutta ja innostaa uusia käyttäjiä mukaan toimintaan. Kohtaamispaikoissa osa asiakkaista saattaa olla toisilleen jo ennestään tuttuja, jolloin rannekkeen palveluiden kokeilemisen kynnys madaltuu, kun niitä lähdetään kokeilemaan yhdessä. Rannekettä on kuvattu jopa hengenpelastajaksi:

"Kimmoke on hengenpelastaja. Ihan hengenpelastusmitali pitäisi myöntää sille, jonka idea tämä on ollut. Aivan loistava keksintö ja on ollut ainakin minulle valtava etu. Sydämellinen kiitos tästä! Tällä tavoin on pystynyt pitämään fyysistä ja psyykkistä toimintakykyä yllä ja jopa parantamaan huikeasti sitä entisestä. Olen saanut uutta virtaa ja uudistunutta työkykyä ja uusia ideoita ja rohkeutta. Voin sanoa, että kuntoni on parempi kuin kertaakaan työssäoloaikana! Ilman palkkatuloja on kuitenkin vaikeata osallistua mihin-

kään sellaiseen virkistystoimintaan, jota itse kaipaa ja tarvitsee. Jos liikunta on ollut itselle elinehto, romahduttaa maksukyvyttömyys lähes koko elämän kunnon lisäksi. Olen saanut myös uusia sosiaalisia kontakteja Kimmokkeen kautta, joten tämä toimii vähän joka tasolla elämänlaatua kohentavasti.” (Minna Lainio-Peltola 26.4.2016.)

Kimmo-kanneesta saatu palaute on ollut kaikkiaan positiivista. Erityisesti asiakkaat ovat kehuneet sitä, miten kanne tarjoamien palveluiden vuoksi tulee lähdeä nykyään useammin liikkeelle. Kanne palveluita hyödyntämällä voi saada uusia ystäviä, uusia näkökulmia ja täytettä päiviin. Kanne rohkaisee liikkeelle ja tekee käyttäjistä samanarvoisia muiden kulttuuri- ja liikuntapalveluista maksavien asiakkaiden kanssa. Yhdessä tekeminen ja esimerkiksi kirjastokierrokset ja kuntosaliin tutustumiset antavat tietoa siitä, miten toimia palveluissa. Kanne tuo elämyksiä, virkistymistä, piristymistä ja virtaa arkeen. (Irina Niemimäki 12.3.2017.)

Toisaalta kaikki Kimmo-kanneen käyttäjiltä kerätyt palautteet eivät ole olleet näin positiivisia. Haastattelimme nuorten kohtaamispaikassa 8.5.2017 muutamia kanne haltijoita. Osa ei ollut käyttänyt kannea lainkaan ja ne jotka olivat, olivat hyödyntäneet lähinnä kanne liikuntapalveluita. Kannea ei osattu asettaa erityiseen arvoon. Nuorten mielipiteiden pohjalta on kuitenkin vaikeaa kehittää kannea, sillä monikaan ei osannut sanoa, millaisia palveluita käyttäisi.

”No mitä mä nyt voisin sanoa. En oo käyny ku muutaman kerran uimassa.”

”Ei oo tullu oikeen käytettyä.”

Aktiivipassi

Aktiivipassin verkkosivut ovat erittäin selkeät. Sivuilla kerrotaan, millä edellytyksin passi myönnetään ja miten prosessi hakemuksen jättämisestä Aktiivipassin käyttöön etenee. Sivuilla kuvataan loogisesti ja seikkaperäisesti, miten ja minne hakemus jätetään, miten hakemuksen hyväksyminen etenee ja miten hyväksytyn päätöksen jälkeen menetellään. Myös kortin lataamiselle Nella Nettilatauspalvelussa on laadittu yksityiskohtaiset ohjeet.

Aktiivipassi ladataan joukkoliikenteen henkilökohtaiseen matkakorttiin. Tämä ominaisuus tukee käyttäjien välistä tasa-arvoa, sillä samanlainen matkakortti on jokaisen joukkoliikenteen asiakkaan käytössä. Näin ollen kortin käyttäjä säästyy leimautumiselta, sillä mikään kortin värissä tai ulkomuodossa ei viittaa siihen, että käyttäjä on toimeentulotuen saaja. Vaikka Aktiivipassi onkin tähän mennessä vakiinnuttanut asemaansa tampere-laisten keskuudessa lähinnä bussikorttina (Vasen kaista 2016), Aktiivipassiin ladatulla

50 eurolla on mahdollista maksaa käyntejä myös kaupungin uimahalleissa ja kuntosaleilla. Kaupungin taidemuseoihin ja museokeskus Vapriikkiin passilla pääsee ilmaiseksi. (Tampere 2017.) Näillä ominaisuuksilla on haluttu tukea vähävaraisten fyysistä- ja kulttuurista hyvinvointia; edullisuus, tai parhaassa tapauksessa jopa ilmaisuus kannustavat ihmisiä liikkeelle. Työttömien päiviin on haluttu tuoda Aktiivipassin avulla sisältöä ja mahdollisuuksia, joita liikunta ja kulttuurielämykset osaltaan tuovat: kortin avulla on mahdollisuus kulkea ja harrastaa varallisuudesta riippumatta. Passin omavastuuosuuskaan ei pääätä huimaa, ja kortin hankinta jää tuskin keneltäkään viiden euron omavastuuosuudesta, tai ensiostolla viiden euron hintaisesta matkakortista, kiinni.

Aktiivipassi ei vanhene puolen vuoden tai vuoden kuluessa ostosta, vaan on käyttäjän omasta aktiivisuudesta kiinni, miten kauan kortilla riittää arvoa. Arvoa voi ladata myös halutessaan kerralla enemmän kuin 50 euroa, aina 80 euroon asti. Passin saa ladattua kätevästi Nella Nettilatauspalvelussa, jolloin lataus onnistuu niin kotona, kirjastossa kuin älypuhelimellakin. Aivan viime tippaan kortin latausta ei kannata jättää, sillä maksun rekisteröityminen vie kaksi tuntia. Aktiivipassin voi ladata kuitenkin myös joukkoliikenteen asiakaspalvelupisteessä, jolloin kortille ladattu arvo on välittömästi asiakkaan käytettävissä. Lopulta kahdestakin vuoden aikana myönnetystä latauskerrasta muodostuu jo mainittava summa, kun omavastuuosuuksien jälkeen Tampereen kaupunki voi myöntää toimeentulotuen saajalle 90 euron edestä bussimatkoja tai liikuntakertoja vuodessa.

Aktiivipassin verkkosivuilta löytyvät linkit niin joukkoliikenteen, nettilatauksen kuin sosiaalipalvelujen neuvonnan sivuille. Sivuilla on myös lueteltu, mitkä kaikki kaupungin uimahallit ja kuntosalit ovat Aktiivipassin käyttöalueen piirissä. Aktiivipassin infosivun alalaidasta löytyy linkki passin esitteeseen, josta ilmenee samat asiat, kuin verkkosivuilta. Värikäs, kuvallinen esite on tehty kuitenkin vielä helpommin luettavaan muotoon. Vaikka vuosina 2015–2017 Aktiivipassin vakiintumisesta lähinnä bussikortiksi ollaan oltu jossain määrin huolissaan, vaatisi järjestelmä todennäköisesti vain lisää yhteistyökumppaneita. Kaupungin kolme museota on koluttu nopeasti läpi, mikäli taide kiinnostaa. Siksi laajempi ja vaihtuvampi valikoima lisäisi varmasti Aktiivipassin käyttöä myös joukkoliikenteen ulkopuolella.

Kaikukortti

Kaikukortin verkkosivut löytyivät helposti netistä. Espoon ja Kainuun Kaikukorteille löytyy yhteinen verkkosivusto, jonka lisäksi molemmilla alueilla on omat sivustonsa. Espoon ja Kainuun yhteisellä sivustolla kerrotaan yleisesti pääkohdat kortista: mikä se on, kuka sen

voi saada ja missä se on käytössä. Näin ollen käyttäjä saa heti hyvän käsityksen siitä, mistä on kyse. Espoon Kaikukortin verkkosivut ovat pelkistetyt, selkeät ja helppolukuiset. Heti otsikon alla on yhteystietopainike, jolloin avun saaminen tai kysymysten esittäminen on tehty käyttäjälle helpoksi. Sivulla on lueteltu selkeästi kortin perustiedot ja kerrottu, miten korttia käytetään. Luettelon muodossa on myös Kaikukortin jakajat ja kulttuurikohteet Espoossa. Käyttäjän on helppo katsoa listasta mitä kaikkea on tarjolla ja mistä kortin saa hankittua itselleen. Sivua on miellyttävä lukea, sillä teksti on isoa ja se on lyhyinä kappaleina. Lihavoituja väliotsikoita on runsaasti, jolloin tiedon hakeminen on vaivatonta.

Kainuun Kaikukortin esite on verkkosivuilla pdf-muodossa ja se on visuaalisesti hyvin miellyttävä. Esite luo mukaansatempaavan kuvan. Tarvittava tieto ja kulttuurikohteet löytyvät helposti sisällysluettelon avulla. Kainuun Kaikukortin jakajat ja heidän yhteystietonsa ja osoitteensa löytyvät esitteestä, jolloin kortin hankkiminen on helppoa. Kainuun Kaikukortin yhteistyökumppanit ovat sitoutuneet siihen, että myös kortin käyttäjän mahdollinen avustaja tai tulkki pääsevät maksutta sisään. Tämä antaa myös kehitys- ja kuu-lovammaisille mahdollisuuden osallistua toimintaan, joka taas lisää tasa-arvoa. Sivuilta löytyvät kattavat toimintaohjeet, eikä meille tullut sivut luettuamme mieleen ainuttakaan lisäkysymystä, johon emme olisi saaneet jo sivuilta vastausta.

Espoo ja Kainuu tarjoavat laajan valikoiman kulttuuria ja tarjonnasta löytyy varmasti jokaiselle jotakin – ikään katsomatta. Espoo tarjoaa Kaikukortin haltijoille taide-elämyksiä esimerkiksi museoiden muodossa. Perheen pienimmätkin on otettu huomioon, sillä toiminnassa on mukana esimerkiksi lasten kulttuurikeskus ja lelumuseo. Luonnosta pitävälle elämyksiä tarjoaa luontokeskus Haltia. Lisäksi mukana on paljon musiikkia, teatteria ja kulttuurikeskuksia. Kainuun kulttuurikohteita tutkiessamme huomasimme monessa kohdassa UUSI-merkin. Oli mukava huomata, että Kaikukortti kehittyy jatkuvasti ja että uusia kulttuurikohteita lisätään säännöllisesti listalle. Erityisesti kansalaisopistojen kursitarjontaa pidimme hyvänä asiana, sillä vapaa-aikana on mukava oppia uutta itseään kiinnostavista asioista. Mukana on paljon koko perheen aktiviteetteja, kuten elokuvia, festivaaleja ja kulttuuritalovierailuja. Tanssi ja teatteri tuovat naurua ja iloa arkeen, kun taas museossa voi syventyä esimerkiksi Talvisodan henkeen. Kaikukortti tarjoaa käyttäjilleen kaikkia edellä mainittuja palveluita, ja lisäksi kunta tarjoaa erillisiä kulttuuritapahtumia, joihin kortilla on ilmainen sisäänpääsy.

Kaikukortti on käyttäjälle täysin ilmainen, jolloin itse joutuu kustantamaan vain matkakulut. Tämä on melkoinen mahdollisuus ja kannustin tutustua kulttuuriin ja kokea ilmaisia elämyksiä yksin tai perheen kanssa. Kaikukortti lisää tasa-arvoa mahdollistamalla kulttuurin myös vähävaraisille. Kortin vuoden pituinen voimassaoloaika takaa monipuoliset

mahdollisuudet tutustua kulttuuriin. Hankintapaikkoja on runsaasti ja kun kortin saa sel-
laisista sosiaali- ja terveysalan palveluista, joita henkilö itse käyttää, saa kortin nopeasti
taskuunsa muun asioinnin yhteydessä. Kaikukortissa on huomioitu koko perhe, sillä lip-
puja tapahtumiin tarjotaan myös perheen alle 16-vuotiaille lapsille. Sillä on varmasti hy-
vinvointia lisäävä vaikutus, että heikossa taloustilanteessa oleva perhe voi hyödyntää yh-
dessä kulttuuripalveluita.

5.3 Kimmoke-rannekkeen tasa-arvon toteutuminen

Tässä luvussa keskitymme Kimmoke-rannekkeeseen. Rannekkeeseen tutustues-
samme esiin nousi eriarvoistumisen näkökulma. Asiakasnäkökulmasta tuntui epäreilulta
ja hankalalta, miten kulttuuri- ja liikuntapalveluita pääsee käyttämään vain rajattuina
ajankohtina. Esimerkiksi museoon ja kirjastoon tutustumiset sijoittuvat kaikki tiistaista
torstaihin päiväsaikaan. Liikuntapalvelut ovat arkisin käytettävissä vain kello 15.30 asti
ja viikonloppuisin aukioloaikojen mukaan. Rajatut käyttöajat voivat olla hankalia etenkin
niille käyttäjille, joilla on lapsia kotona. Tällöin lapsille täytyy hankkia hoitaja siksi aikaa,
kun vanhempi haluaa viettää aikaa kulttuuri- tai liikuntapalveluissa. Jos taas lapsi on päi-
vähoidossa tai koulussa, se hankaloittaa perheen yhteistä palveluiden käyttöä, kuten ui-
mahallikäyntejä. Perheen hyvinvoinnin kannalta yhteiset elämykset ovat tärkeitä. Var-
sinkin niille perheille, joiden toimeentulotaso on heikko ja ilman Kimmoketta osallistumi-
nen kulttuuri- ja liikuntapalveluihin on käytännössä mahdotonta.

Rajattujen käyttöaikojen vuoksi liikunta- ja kulttuuripalveluiden käyttäminen myös ystä-
vien kanssa saattaa vaikeutua. Monet ovat päivisin töissä, joten vaikka kustannukset ei-
vät nousisi ongelmaksi, palveluita ehtii käyttämään vain iltaisin. Ystävyysuhteiden yllä-
pitäminen on tärkeää jaksamisen kannalta, ja ystävän kanssa tekeminen innostaa hel-
pommin myös liikkeelle. Ongelmia ilmenee myös, jos henkilö asuu esimerkiksi alueella,
jossa bussiyhteydet ovat heikot ja auton käyttö kulttuuri- tai liikuntakohteisiin siirtymiseen
on välttämättömyys. Pääasiassa tapahtumat sijoittuvat kuitenkin hyvien kulkuyhteyksien
päänä keskustan alueelle, vaikka asuinalueesta riippumatta urheilemaan pääsee myös
eri puolilla Turku. Mikäli bussikortin hinta nousee esteeksi kulkemiselle, kortin latauk-
sen voi saada harkinnanvaraisesti sosiaalitoimen kustantamana. Jos henkilö on työtön
ja viettää suuren osan päivästä kotona, aikaa vievä bussimatka vaihtoyhteyksineen
kään on tuskin ylitsepääsemätön este palveluiden käyttämiselle.

Kimmoke-rannekkeen ajatus on kaventaa hyvinvointieroja ja lisätä tasa-arvoa, jotta kaikilla olisi mahdollisuus kulttuuri- ja liikuntapalveluihin taloudelliseen tilanteeseen katsomatta. Tämä ei kuitenkaan täysin toteudu, kun kimmokelaisille on asetettu eri käyttöajat, kuin muille asiakkaille. Rannekkeen käyttäjä voi kokea olevansa eriarvoisessa asemassa verrattuna muihin asiakkaisiin. Kimmoke-rannekkeen käyttöaikojen taustalla on kuitenkin ajatus siitä, että kotona olevilla on päivisin aikaa käyttää palveluita. Tällä tavoin voidaan myös kannustaa työttömiä liikkeelle niin kutsuttuun työaikaan kuntouttavastakin näkökulmista, sekä estää liikuntapalveluiden ruuhkautumista iltaisin (Irina Niemimäki & Toni Pekkola 29.3.2017). Monet työssäkäyvät käyttävät palveluita kuitenkin pääasiassa neljän jälkeen.

Ensiajatuksestamme poiketen rajatut aukioloajat eivät ole aiheuttaneet ihmetystä käyttäjien keskuudessa, vaan käyttöajat ja palveluiden monipuolisuus ovat saaneet käyttäjiltään ennen kaikkea kiitosta. Perheille tarjotut edut ajoittuvat usein myös viikonloppuihin, jolloin koko perheen on mahdollista käydä esimerkiksi teatterissa yhdessä. Yhteistyökumppanit tarjoavat Kimmokeen käyttäjille hyviä etuja esimerkiksi teatteri- tai musikaalilippujen muodossa, ja toisinaan tapahtumiin saa tuoda myöskin seuralaisen, kuten ystävän tai puolison, mukaansa. (Irina Niemimäki & Toni Pekkola 29.3.2017.) Onko siis lopulta mainitsemisen arvoinen asia, ettei arkisin ehdi yhdessä uimaan tai kuntosalille ystävän kanssa, kun iltaisin ja viikonloppuisin tarjotaan kuitenkin usein rahanarvoinen mahdollisuus päästä nauttimaan kulttuurista itse valitsemassaan seurassa?

Arvon lataaminen rannekeelle on pyritty tekemään asiakkaille helpoksi ja jouhevaksi. Rannekkeen lataus on keskitetty muutamalle eri toimintapisteelle, jolloin työntekijöilläkin olisi käsitys siitä, miten ranneke ladataan. (Irina Niemimäki & Toni Pekkola 29.3.2017.) Kimmoke-ranneketta ladattaessa käyttäjällä on oltava mukanaan henkilöllisyystodistus ja Kelan myönteinen päätös rannekeeseen oikeuttavasta tuesta tai enintään kuukauden vanha maksuilmoitus. Mikäli henkilökunta on asiansa osaavaa, asiointi tapahtuu ripeästi eikä myöskään ruuhkauta muiden käyttäjien asiointia. Ajatus latauspaikkojen määrän rajaamisesta on näin ollen ymmärrettävä. Toisaalta näemme latauspaikkojen rajaamisessa ja maksusitoumusten esittämisessä myöskin käyttäjiä eriarvoiseen asemaan asettavan puolen. On takuulla ikävää, mikäli rannekkeen lataaminen ei esimerkiksi uuden työntekijän kanssa asioidessa etenekään sujuvasti, vaan tilannetta kutsutaan ihmettelemään paikalle myös kokeneempi työntekijä tai esimies, asiakasjonon kasvaessa taustalla. Pelkkä maksusitoumuksen esittäminen tuntemattomalle kassahenkilölle voi tuntua rannekkeen käyttäjästä ikävältä.

Koimme Kimmoke-rannekkeen tarjoaman tekstiviestipalvelun äärimmäisen hyvänä. Palvelun saa halutessaan käyttöön, jolloin esimerkiksi tarjolla olevista teatteriesityksien tai urheilutapahtumien lipuista saa puhelimeensa muistutustekstiviestin muutamaan päivää ennen tapahtumaa. Tekstiviestit ovat rajatun merkkimäärän vuoksi lyhyitä ja ytimekkäitä, ja pääasiassa ne sisältävät vain tärkeimmät tiedot tapahtuma-ajasta ja -paikasta. Viestin voi vaihtaa tapahtumapaikalla pääsylippuun. Osa Kimmoke-rannekkeen käyttäjistä on kokenut tekstiviestipalvelun kuitenkin ikävänä mainontana, ja kieltänyt viestien lähettämisen puhelimeensa. Tämä on tehty käyttäjille mahdolliseksi, eikä kenellekään lähetetä viestejä vastentahtoisesti, kokivatpa muut viestipalvelun miten hyvänä tahansa. (Irina Niemimäki & Toni Pekkola 29.3.2017.)

Eri- ja tasa-arvoisuus ovat sosiaalialalla kaikkiaan näkyviä teemoja. Tasa-arvon puolesta puhuva, vuosiksi 2015–2020 rahoituksen saanut ArtsEqual-hanke pyrkii parhaillaan muuttamaan taiteen ja kulttuurin sijaa näkyvämmäksi yhteiskunnassa. Taide pyritään nostamaan harvoille kuuluvasta etuoikeudesta kaikille kuuluvaksi peruspalveluksi, jolloin taustalla eivät vaikuttaisi esimerkiksi perheen sosioekonominen asema tai varallisuus. Taideyliopiston koordinoima tutkimushanke tutkii, kuinka hyvinvointia ja tasa-arvoa voitaisiin lisätä yhteiskunnassa julkisten palveluiden avulla. ArtsEqualin toiminnan taustalla on ajatus siitä, että taide kuuluu kaikille. Taidetta ja taidekasvatusta tulisi lisätä niin kouluissa, vanhustalouksissa, vammaistyössä, monikulttuurisuuden parissa kuin vankiloisakin työskenneltäessä. Hanke pyrkii myös tekemään näkyväksi taidekasvatusperusteisia sosiaalisia innovaatioita ja kannustaa rajojen ylittämiseen ja rikkomiseen instituutioiden välillä. Hankkeella on jo nyt useita vuorovaikutuskumppaneita, kuten ministeriöitä, aluehallinto, kuntia ja järjestöjä. Uusia vuorovaikutussuhteita solmitaan aktiivisesti kiinnostuneiden toimijoiden kanssa koko hankkeen ajan. Myös Turun kaupunki ja Turun ammattikorkeakoulu ovat hankkeen vuorovaikutuskumppaneita. (ArtsEqual 2017.)

ArtsEqual tähtää tuottamaan toiminnallaan tietoa siitä, miten taiteen nykyisiä palveluita tulisi kehittää, jotta kansalaisten välistä tasa-arvoa ja laaja-alaista hyvinvointia saataisiin lisättyä. Toiminnalla pyritään myös vahvistamaan luovaa ja osallistuvaa kansalaisuutta sekä vakiinnuttamaan taiteen uusia palveluita. Kerätyn tiedon perusteella ArtsEqual kokoaa myös suosituksia poliittisen päätöksenteon tueksi. Vuoteen 2017 mennessä on tehty esimerkiksi toimintasuosituksia koskien musiikinopetuksen aseman parantamista peruskouluissa ja katsaus siitä, miten taide torjuu yksinäisyyttä. (ArtsEqual 2017.) Lisäämällä yleistä tietoisuutta hanke auttaa varmasti myös Kimmoke-rannekkeeseen liittyvien asenteiden ja palveluiden kehittämisessä.

5.4 Kehitysideoita Kimmoke-rannekkeeseen

Taulukkoon 3 olemme keränneet omasta näkökulmastamme heränneitä kehitysideoita siitä, miten Kimmoke-rannekettä voitaisiin jatkossa kehittää. Jaoimme kehitysajatukset neljään osa-alueeseen: tietoisuuden lisäämiseen, mainontaan, palvelutarjonnan lisäämiseen ja Kimmoke-rannekkeen verkkosivuja koskeviin osa-alueisiin. Ajatuksia on avattu enemmän taulukon jälkeen olevassa kappaleessa.

Taulukko 3. Kehitysideoita Kimmoke-rannekkeeseen.



Kimmoke-rannekkeen tietoisuutta ja näkyvyyttä olisi hyvä lisätä. Törmäsimme prosessin edetessä ilmiöön, jossa moni rannekkeeseen oikeuttavia tukia saava ei ollut edes kuul-

lut rannekkeesta. Kimmoke-ranneke on ollut usein vieras myös esimerkiksi sosionomiopiskelijoiden ja muutamien sosiaalialan ammattilaisten keskuudessa. Näin ollen moni Kimmoke-rannekkeesta hyötyvä voi jäädä rannekkeen tarjoamien palveluiden ulkopuolelle. Tietoisuutta olisi hyvä lisätä varsinkin ammattilaisten keskuudessa, jolloin he voisivat välittää tietoa eteenpäin mahdollisille asiakkaille. Tietoisuutta voisi lisätä ammattilaisille suunnattujen messujen ja seminaarien avulla, joihin Kimmoke-tiimi palveluineen voisi tulla esittäytymään.

Myös sosiaali- ja terveysalan valmistuville opiskelijoille olisi hyvä kertoa Kimmokkeesta. Moni opiskelija suuntaa koulunpenkiltä suoraan työelämään, ja näin heillä olisi jo valmiiksi tiedossa, että tällainen ranneke on ylipäättään olemassa. Moni tulee myös tulevaisuudessa työskentelemään potentiaalisten Kimmoke-asiakkaiden kanssa. Kimmokkeen sähköistä mainosta voisi levittää Facebookissa esimerkiksi Turun ammattikorkeakoulun opiskelijoiden ryhmissä. Internetin valtakaudella mainosta voisi jakaa sähköisesti myös niissä ryhmissä, yhteisöissä ja sivuilla, joissa saattaa liikkua rannekkeen ostoa harkitsevia käyttäjiä. Näitä voisivat olla Facebookin eri kohtaamispaikkojen ja työpajojen yhteisöt ja ryhmät.

Tiedostamme että lehdessä mainostaminen on kallista, jolloin resurssiongelmat tulevat nopeasti vastaan. Myös anonyymiys on ongelma, sillä harva rannekkeen käyttäjä haluaa tulla julkisuuteen omilla kasvoillaan kertomaan Kimmoke-rannekkeesta ja sen käyttökokemuksista. Mielestämme asiakaspalautteita voisi hyödyntää myös nimettöminä, sillä mahdolliset tulevat rannekkeen käyttäjät haluaisivat varmasti kuulla nykyisten käyttäjien kokemuksia rannekkeesta. Jo pelkät tilastot käyttäjämääristä ja heidän suosimistaan käyttökohteista antavat kuvaa siitä, että ranneke on monen tyytyväisen asiakkaan käytössä. Suurten käyttäjämäärien tuominen julki voisi vähentää ajatusta siitä, että ranneketta käyttää vain pieni, tietyn tyyppinen ryhmä. Lehtimainonnan ollessa kallista onkin mielestämme erikoista, ettei sosiaalista mediaa ole hyödynnetty markkinoinnissa tämän enempää. Etenkin nuoret käyttävät sosiaalista mediaa ja seuraavat Facebook-ryhmiä ahkerasti, ja usein vastaantuleva esite tai mainos voisi jäädä paremmin mieleen ja saada aikaan ajatuksen rannekkeen hankkimisesta. Facebook-ryhmissä mainostaminen on ilmaista, jolloin kustannuskysymyksetkään eivät tule esteeksi.

Asiakasmarkkinointia voisi suunnitella kohdennetusti ja rannekkeesta voisi käydä kertomassa ammattilaisten lisäksi myös suoraan kohderyhmille. Esimerkkikohteita markkinoinnille voisivat olla edellä mainitut nuorten ja aikuisten kohtaamispaikat. Jotkut voivat kokea omatoimisen kulttuuripalveluihin tutustumisen vaikeana. Olisi hienoa, jos mahdol-

lisille tuleville rannekkeen käyttäjille järjestettäisiin kokeilukerta, joka ei vaatisi ranneketta. Museossa tai taidepajassa voitaisiin käydä porukalla, jolloin yksittäiset ihmiset saattaisivat innostua käynnistä niin, että päättäisivät hankkia itselleen rannekkeen. Yhdessä meneminen voisi karistaa alkujännitystä ja rohkaista rannekkeen käyttäjäksi. Jos on ihmisiä, jotka eivät vain ole saaneet aikaiseksi Kimmoke-rannekkeen hankkimista, voisi tämä olla hyvä alkusysäys rannekkeen hankkimiselle. Etenkin nuorille Kimmoke-ranneketta voisi markkinoida ennen kaikkea tapahtumien kautta, mikäli peruspalvelut, kuten uimahallit ja museot, eivät itsessään kiinnosta.

Varsinkin nuorempia Kimmoke-rannekkeen nykyisiä tai tulevia käyttäjiä on vaikea saada liikkeelle. Vaikka nuoret olisivat tietoisia rannekkeen olemassaolosta, he eivät välttämättä koe sitä tarpeelliseksi tai riittävän motivoivaksi. Työikäisiä Kimmoke on puolestaan innostanut liikkeelle. Etenkin uimahallit ovat saavuttaneet käyttäjien keskuudessa suurta suosiota. Nuoria käyttäjiä taas motivoisi museoita enemmän varmasti se, mikäli vapaa-lippuja olisi toisinaan tarjolla vaikka vajaan pyörivien elokuvien päivänäytöksiin tai kaupungin festivaaleille. Kesäinen Turku tarjoaa jo nyt monenlaista, ja olisi hienoa, jos Kimmokkeen toimintaan saataisiin kannustettua vielä lisää monipuolisia etuja tarjoavia yhteistyökumppaneita.

Kimmokkeen kehittäjät ovat ottaneet käyttäjien toiveet hyvin huomioon. Toivomme, että myös jatkossa käyttäjien toiveet otetaan huomioon ja että kentällä uskalletaan kokeilla villeimpiäkin ehdotuksia – vaikkakin sillä edellytyksellä, että esiin nousseet ehdotukset ovat toteutuksen kannalta mahdollisia. Mielestämme kokeilukerrat olisivat hyvä ajatus, sillä kokeilemalla huomaa parhaiten, että mikä toimii ja mikä ei. Jos me saisimme päättää millaista toimintaa olisi hyvä lisätä, olisi se jotakin, joka aktivoisi suoraan käyttäjää. Paljon käsillä tekemistä, kuten maalaamista, korujen tekoa tai pientä nikkarointia voisi lisätä. Kimmokelaiset voisivat osallistua esimerkiksi Miljoona linnunpönttöä -kaltaisiin hankkeisiin, jolla pyritään parantamaan Suomessa pesivien lintujen tilannetta.

Tutkiessamme opinnäytetyöprosessin alussa Kimmoke-rannekkeen verkkosivuja, ranneke herätti melko paljon kysymyksiä asiakasnäkökulmasta. Ensimmäisenä kiinnitimme huomiota siihen, että sivuilla ei kerrottu selvästi, täytyykö käyttäjän saada peruspäivärahan lisäksi muutakin tukea, esimerkiksi työttömyystukea, vai oikeuttaako pelkkä peruspäiväraha rannekkeen saamiseen. Sivuilta ei myöskään selvinnyt, onko Kimmokkeessa alaikäraja, kuten Aktiivipassissa ja Kaikukortissa. Pohdimme myös sitä, voiko ranneketta tosiaan käyttää vain kerran päivässä, kuten sivut antavat ymmärtää. Olisi erikoista, jos esimerkiksi aamulla kävisi kuntosalilla ja päivällä saisi tekstiviestikutsun illan

kulttuuritapahtumaan, jota ei voisi rajoituksen vuoksi kuitenkaan enää hyödyntää. Kysymyksiä on selvitetty ja pohdittu opinnäytetyön edetessä useaan otteeseen, ja toivomme vastanneemme kattavasti tärkeimpiin kysymyksiin luvuissa neljä ja viisi.

Kimmokkeen omilla verkkosivuilla ei myöskään kerrota, miten asiakkaan tulee menetellä kulttuuripalveluita käyttäessä. Esimerkiksi museoon mentäessä, täytyykö Kimmoke-ranneketta näyttää kassalla, piipataanko se erilliseen laitteeseen vai riittääkö, että sanoo olevansa rannekkeen haltija. Tällaiset ohjeet rohkaisisivat varmasti käyttämään palveluita. Jos palveluiden käyttäminen askarruttaa, saattaa niiden käyttäminen jäädä kokonaan väliin, mikäli menettelytavat eivät ole selvillä. Kimmokkeen sivuilla käy ilmi ostopaikat, mutta ei rannekkeen latauspaikkoja. Käyttäjää mietityttää varmasti ennen rannekkeen lataamista, voiko latauksen tehdä vain ostopaikoissa vai voiko rannekkeen ladata kaikissa paikoissa, joissa se käy. Toivottavasti olemme vastanneet selvityksessä kuitenkin kattavasti myös näihin kysymyksiin. Lopulta rannekkeen käyttö on kokonaisuudessaan erittäin helppoa, ja tekstiviestinä tulevat tapahtumakutsut ovat toimintaohjeineen hyvin yksityiskohtaiset ja selkeät. Kimmokkeen verkkosivuja voisi kuitenkin täydentää vastaamalla selvityksessä heränneisiin kysymyksiin, joita me ainakin jäimme asiakkaan näkökulmasta pohtimaan.

Kimmoke-ranneke mahdollistaa tällä hetkellä taiteen osalta lähinnä katselukokemuksia museoissa. Vaikka museoiden tarjonta on laaja ja näyttelyt ovat vaihtuvia, olisi hienoa, jos käyttäjät pääsisivät tekemään myös itse taidetta. Mukana on jo Kuralan Kylämäen taitotiistait, mutta ohjelmistoon voisi lisätä vielä enemmän mahdollisuuksia tehdä itse taidetta. Vaikka taiteilijoidenkin työllisyyttä on tietysti syytä tukea, voisi esimerkiksi taidealan opiskelijat tai sosionomiopiskelijat, jotka suuntaavat opintonsa toiminnallisiin menetelmiin, ohjata projekteina taidelähtöistä toimintaa kimmokelaisille. Esimerkiksi sosionomiopintoihin sisältyy projekteja ja projektiharjoitteluita, joihin mainittua toimintaa voisi sisällyttää. Tärkeintä ei ole se, että osaa piirtää tai maalata. Tärkeää on, että omia tunteitaan pääsee ilmaisemaan taiteen avulla.

Myös Aktiivipassissa ja Kaikukortissa on sellaisia hyviä ominaisuuksia, joita voitaisiin ottaa käyttöön Kimmoke-ranneketta kehiteltäessä. Mielestämme yksi Aktiivipassin parhaita puolia on se, että passi toimii maksuvälineenä busseissa. Toimivaa on myös se, että passi ladataan nimenomaan joukkoliikenteen henkilökohtaiseen matkakorttiin. Matkakortti kulkee usein näppärästi ja automaattisesti mukana lompakossa, jolloin käyttäjä ei joudu esimerkiksi tilanteeseen, jossa hän huomaa liikuntarannekkeen unohtuneen kottiin uimahallin porteilla. Toisaalta Aktiivipassiin ladattu arvo laskee jokaisen bussimatkan

ja liikuntakerran myötä. Mikäli Kimmoke-rannekkeeseen yhdistettäisiin mahdollisuus kulkea bussilla, rannekkeen hinta todennäköisesti nousisi. Heikommin toimeen tulevien henkilöiden on myös mahdollista saada jo nyt sekä bussikortti että Kimmoke-ranneke harkinnanvaraisena toimeentulotukena.

Kaikukortin parhaita puolia on mielestämme se, että kortti tarjoaa monipuolisia kulttuurietuja koko perheelle. Myös Kimmoke-rannekkeen käyttäjille tarjotaan toisinaan mahdollisuus tuoda koko perhe mukaan lastenteatteriin tai erilaisiin tapahtumiin, mutta näitä etuja voisi lisätä. Kaikukortti on käyttäjälleen täysin ilmainen, joka olisi tietysti Kimmoke-rannekkeenkin käyttäjille ideaalitalanne. Ilmaisuus lisäisi varmasti rannekkeen hankintamäärää, mutta toisaalta rannekkeen voi saada jo nyt veloituksetta osallistumalla esimerkiksi tietynlaiseen ryhmätoimintaan. Toisaalta se, että rannekkeessa on omaa rahaa kiinni voi myös motivoida kulttuuri- ja liikuntapalveluiden käyttöön useammin. Kimmoke-rannekkeen käyttäjille on myös tarjolla esimerkiksi arvokkaita musikaali- ja teatterilippuja, joiden arvo voi jo yksistään ylittää nopeasti puolen vuoden latausmaksun summan. Lisäksi Kaikukortissa on positiivista se, että kortin voi hankkia kaikista Espoon ja Kainuun sosiaali- ja terveysalan toimijoiden palvelupisteistä. Koska Kaikukortin saaminen edellyttää edellä mainittujen tahojen asiakkuutta, kortin voi hankkia kätevästi muun asiain yhteydessä.

Etenkin Kaikukortin verkkosivut ovat erittäin selkeät ja visuaalisesti miellyttävät. Tutkiesamme Kaikukorttia ja kerätessämme tietoa, kaikki tarvittava tieto löytyi helposti sivuilta. Kimmoke-rannekkeen verkkosivuilta emme löytäneet joihinkin kysymyksiin vastausta, joten sivujen selkeydessä Kimmoke voisi ottaa mallia Kaikukortista. Päädyimme vertailussa siihen tulokseen, että Kimmoke-ranneke monipuolisine palveluineen on jo nyt erittäin toimiva. Pienellä hienosäädöllä siitä voisi saada kuitenkin vielä paremmin käyttäjiään palvelevan.

Kimmoke-ranneke tuo iloa ja vauhtia heikommin toimeen tulevien turkulaisten vapaa-aikaan

Kimmoke-ranneke on tuonut jo lähes neljän vuoden ajan vauhtia turkulaisten vapaa-aikaan kulttuuri- ja liikuntapalveluiden muodossa. Rannekkeen voi ostaa, mikäli henkilö saa Kelasta tiettyjä etuuksia: peruspäivärahaa, työkyvyttömyyseläkettä, työmarkkinatukea, kuntoutustukea tai perustoimeentulotukea. Rannekkeen hinta on 39 euroa ja se on kerrallaan voimassa puoli vuotta. Kimmokelaisille on tarjolla rahanarvoisia etuja vuoden ympäri. Kaupungin uimahallien ja kuntosalien lisäksi käyttäjille on tarjolla lukuisia kulttuuritapahtumia.

Kimmoke-rannekkeen käyttäjille on tarjolla monenlaisia kulttuuritapahtumia. Rannekkeen haltija pääsee vierailemaan esimerkiksi kaupungin museoissa ja Turun Filharmonisen orkesterin kenraaliharjoituksissa. Toisinaan tarjolla on arvokkaitakin lippuja esimerkiksi musikaaliesityksiin. Kimmoke-rannekkeen tapahtumasuunnittelussa on otettu huomioon myös perheen pienimmät, sillä ohjelmistossa on lastenteatteria ja tapahtumia, joihin saa tuoda veloituksetta koko perheen mukaan. Erilaiset tapahtumat on esitelty puolivuositain Kimmokkeen kevät- ja syysesseiteissä, joiden laajasta tarjonnasta löytyy taatusti jokaiselle jotakin. Kevätkaudella järjestettiin esimerkiksi infotilaisuus, jonne sailla kuulemaan ja kysymään rannekkeesta lisätietoja. Ruuanlaitosta kiinnostuneille järjestettiin neljän kerran kokkauskerho ja tekniikasta innostuneille Mobiililaitteiden ABC-kurssi. Opastettuja kierroksia järjestettiin muun muassa Mikaelinkirkossa, Turun automuseossa ja Forum Marinumissa.

Turku ei ole Suomessa ainoa kaupunki, joka tarjoaa heikommin toimeen tuleville mahdollisuuden edulliseen kulttuurin ja liikunnan harrastamiseen. Tampereen Aktiivipassi on perusajatukseltaan hyvin samankaltainen, kuin Kimmoke-ranneke: passin haltijat pääsevät vierailemaan rajatuissa kulttuurikohteissa sekä kaupungin uimahalleissa ja kuntosaleilla. Aktiivipassi on 50 euron suuruinen, joukkoliikenteen henkilökohtaiseen matkakorttiin ladattava etuus, joka voidaan myöntää toimeentulotuen saajalle enintään kahdesti vuodessa. Kortille ladattu summa laskee jokaisen käyttökerran myötä, toisin kuin Kimmoke-rannekkeessa. Aktiivipassin kulttuuritarjonta on Kimmokkeen tarjontaa suppeampi, sillä passin haltijat pääsevät käymään vain kaupungin kolmessa museossa.

Espoon ja Kainuun Kaikukortti eroaa edellä mainituista Kimmoke-rannekkeesta ja Aktiivipassista siten, että liikuntapalvelut on jätetty kokonaan kortin palveluiden ulkopuolelle. Kaikukortin saadakseen henkilön on oltava vähintään 16-vuotias Kaikukortti-toiminnassa mukana olevan sosiaali- tai terveysalan toimijan asiakas. Kortti tarjoaa Kimmoke-rannekkeen tavoin käyttäjälleen kulttuuritapahtumia laidasta laitaan. Myös kattavat perheet kuuluvat kortin hyviin ominaisuuksiin. Kaikukortti on käyttäjälleen ilmainen ja samalla se on voimassa pisimpään.

Kimmoke-ranneke tukee onnistuneesti heikommin toimeen tulevien turkulaisten harrastusmahdollisuuksia. Kattavat kulttuuripalvelut ja jatkuvasti kehittyvä palvelutarjonta takaavat sen, että rannekeelle riittää käyttäjiä myös jatkossa. Rannekkeen käyttäjä ei erotu mitenkään muista asiakkaista, sillä kaikki lataavat liikuntakertansa samanlaiselle, mustalle rannekeelle. Käyttäjien ideat ja palaute otetaan huomioon ja ehdotuksien pohjalta järjestetään tapahtumia ja kokeilukertoja. Käyttäjä saa paljon rahanarvoisia etuja, jolloin rannekkeen 39 euron hinta on erittäin pieni siihen nähden, mitä kaikkea rahalla saa. Kimmoke tarjoaa paljon tapahtumia lapsiperheille, ja moniin menoihin saa ottaa myös seuralaisen mukaan. Kimmoke-ranneke tuo onnistuneesti iloa ja vauhtia vähävaraisempien turkulaisten vapaa-aikaan, jolloin se toimii samalla hyvinvointierojen kaventajana. Rannekkeen käyttäminen lisää yhteisöllisyyttä ja positiivisia kohtaamisia.

Vertaillessamme Kimmoke-rannekettä, Aktiivipassia ja Kaikukorttia, totesimme Kimmoke-rannekkeen kestävästi hyvin vertailussa Tampereen, Kainuun ja Espoon järjestelmien kanssa. Kimmoke-rannekkeen peruspalvelut ja tapahtumatarjonta muodostavat kaikkiaan laajimman kokonaisuuden. Kaikukortista liikuntapalvelut on jätetty kokonaan ulkopuolelle, mikä on harmillista varsinkin niille käyttäjille, jotka käyvät kulttuuripalveluissa vain harvakseltaan. Aktiivipassissa sen sijaan on hyvin samankaltaiset liikuntapalvelut kuin Kimmoke-rannekkeessa. Vertailussa Aktiivipassin kulttuuritarjonta on suppein, sillä käyttäjillä on vapaa pääsy vain kaupungin kolmeen museoon.

Turun ammattikorkeakoulun opiskelijat Liisi Ristimäki ja Ella Samppala tekivät työparina opinnäytetyön Taikusydämelle. Työn tarkoituksena oli tehdä vertaileva selvitys Suomessa toimivista järjestelmistä, jotka tarjoavat kulttuuri- ja liikuntapalveluita heikommin toimeen tuleville. Vertailussa oli mukana Turun Kimmoke-ranneke, Tampereen Aktiivipassi sekä Espoon ja Kainuun Kaikukortti. Opinnäytetyön pääpaino oli Turun Kimmoke-rannekkeessa ja sen kulttuuripalveluissa. Artikkelit kirjoitettiin osana opinnäytetyökokonaisuuksia.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA ARVIOINTI

Vertaillessamme Kimmoke-ranneketta, Aktiivipassia ja Kaikukorttia, totesimme että Kimmoke-ranneke pärjää hyvin vertailussa Tampereen, Kainuun ja Espoon järjestelmien kanssa. Palvelutarjonnaltaan voisimme jopa sanoa, että Kimmoke vie voiton muista sekä peruspalveluillaan että tapahtumillaan. Kaikukortissa ei ole mukana liikuntapalveluita, joka on harmillista varsinkin niille käyttäjille, jotka käyvät kulttuuripalveluissa vain harvakseltaan. Aktiivipassissa sen sijaan on hyvin samanlaiset liikuntapalvelut kuin Kimmokkeessa. Aktiivipassi ei kuitenkaan pärjää kulttuuripalveluiden vertailussa, sillä mukana on vain kolme museota. Kimmokkeen palvelutarjonta on siis kattavin, jolloin jokaiselle löytyy varmasti jotakin.

Vaikka Kimmokkeen palvelutarjonta onkin mielestämme kattavin, on rannekkeessa kuitenkin vielä kehitettävää. Toivoimme että verkkosivut olisivat olleet kattavammat, sillä meille heräsi asiakasnäkökulmasta monia kysymyksiä. Myös rannekkeen näkyvyyttä tulisi lisätä, sillä opinnäytetyöprosessin aikana havaitsimme, että moni ei ollut kuullut Kimmokkeesta aikaisemmin. Toivomme että onnistuimme tiedon kokoamisessa niin, että se auttaa Kimmoke-rannekkeen jatkokehittelyssä. Mahdollisesti myös Kimmoke-rannekkeen, Aktiivipassin ja Kaikukortin kehittelijät voivat hyödyntää ja mallintaa sitä, mitä muissa kaupungeissa on tehty. Tärkeintä kuitenkin on, että kohderyhmä pääsee osalliseksi kulttuuri- ja liikuntapalveluista, sillä niistä on hyötyä esimerkiksi toimintakyvyn lisäämisessä ja ylläpitämisessä. Palvelut tuovat myös silkkaa iloa elämään.

Kootaksemme keräämämme tiedon yhteen, koostimme tuloksista kolme erilaista taulukkoa. Käsittelimme taulukoissa vertailtujen kohteiden eroja ja Kimmoke-rannekkeen asiakasprosessia, ja kokosimme viimeisessä taulukossa yhteen esiin nousseita kehitysideoita. Omasta mielestämme taulukot kiteyttivät onnistuneesti yhteen keräämämme aineiston. Taulukoista oli hyötyä myös siinä vaiheessa, kun aloimme kirjoittaa tuotoksena ja kypsyysnäytteenäkin toimineita verkkoartikkeleita. Toinen artikkeleista tuli toimeksiantajamme Taikusydämen uutiskirjeeseen, toinen Turun amk:n terveyden- ja hyvinvoinnin verkkojulkaisun, Hyve-lehden verkkosivuille. Taikusydämen artikkelissa pääpaino oli järjestelmien avaamisessa ja kulttuuripalveluiden vertailussa. Hyve-lehteen tulleessa artikkelissa keskityimme vertailemaan eri kaupunkien palveluita.

Luotettavuus

Pyrimme lähdeaineiston keräämisessä siihen, että aineisto olisi mahdollisimman tuoretta. Halusimme keskittyä 2000-luvulla kirjoitettuun lähdekirjallisuuteen. Etenkin verkkolähteissä kiinnitimme huomiota tiedon luotettavuuteen ja hyödynsimme vain sivuja, jotka totesimme luotettaviksi ja käyttökelpoisiksi. Lähteitä kerätessämme teimme työtä systemaattisesti ja merkitsimme lähteet ylös saman tien, jottei lähdeluetteloon eksyisi väärää tietoa tai ylimääräisiä lähteitä. Tallensimme myös käydyt sähköpostikeskustelut ja säästimme haastatteluiden muistiinpanot, jotta niihin voisi palata myöhemmin tarpeen vaatiessa.

Kun keräsimme tietoa Kimmoke-rannekkeesta, Kaikukortista ja Aktiivipassista, hyödynsimme paljon järjestelmien verkkosivuja, sillä tiesimme siellä olevan tiedon olevan ajankohtaista. Epäselvyyksiä selvitimme sähköpostein, ja Kimmoke-rannekkeen herättämiä kysymyksiä ratkoimme tapaamalla rannekkeen kehittäjiä muutamaan otteeseen. Näin varmistimme sen, ettei opinnäytetyöhön päädy tietoa, jonka me olisimme vain päätelleet. Halusimme varmistua yksityiskohdista ja siitä, että olimme ymmärtäneet informaation oikein.

Mitä opimme

Opimme etsimään ja hyödyntämään systemaattisesti erilaista lähdeaineistoa opinnäytetyötä tehdessämme. Käytimme monipuolisesti kirja- ja verkkolähteitä, hyödyntäen myös vieraskielistä kirjallisuutta. Olemme kehittyneet tiedon kokoamisessa ja keräämämme tiedon luotettavuuden arvioimisessa. Työmme muotoutui vertailevaksi selvitykseksi, joka oli meille uusi työmuoto. Vertailun edetessä opimme kiinnittämään kriittisesti huomiota myös pienempiin yksityiskohtiin ja löytämään hyviä käytäntöjä vertailtavista kohteista. Kehitysideoiden pohtiminen tuotti meille eniten vaikeuksia. Kimmoke-rannekkeen palvelutarjonta on todella kattava, mutta onnistuimme silti löytämään parannusehdotuksia, joiden avulla ranneketta voitaisiin vielä kehittää.

Kurssikokonaisuus, josta opinnäytetyö muodostui, antoi selkeän aikataulutavoitteen työn etenemiselle. Aikataulu kuitenkin nopeutui, kun päätimme saada työn valmiiksi loppukuvasta 2017 syksyn sijaan. Selkeän tehtävälistan laatiminen, työn aikataulutaminen ja suunnitelmissa pysyminen auttoivat työn valmistumisessa ajallaan. Työskentelymme työparina oli onnistunutta. Työmäärä jakautui tasaisesti ja kummankin ääni pääsi kuulu-

viin. Yhteydenpito ohjaavan opettajan, toimeksiantajan ja muiden työn kannalta oleellisten henkilöiden kanssa oli sujuvaa. Prosessin aikana olemme saaneet uutta tietoa siitä, mitä uutta kulttuurin saralla tapahtuu. Opimme myös paljon käsittelemästämme aiheesta ja työikäisten aktivoimisesta kulttuurin ja liikunnan avulla.

LÄHTEET

Allardt, E. 1976. Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. 1. painoksen muuttumaton lisäpainos. Helsinki: WSOY.

Ara 2016. Hyvinvointia Huhtasuolle -hanke. Viitattu 27.1.2017 http://www.ara.fi/fi-FI/Ohjelmat_ja_hankkeet/Asuinalueiden_kehittamisohjelma/Hankkeet/Jyvaskyla.

Bonnafé, P.; Erävaara, T.; Haapalainen, R.; Heikinaho, M.; Hoikkala, T. & Salasuo, M.; Hooper, C.; Kantonen, L.; Kivimäki, K.; Kolsio, H.; Maguire, C.; Sederholm, H. & Taggart, A. 2007. Yhteyksiä. Asiaa yhteisötaiteesta. Suom. Kolsio, H.; Lammi, T. & Mikola, E. Rauma: Rauman taiteilijavierasohjelma Raumars ry., Lönnströmin taidemuseo, Turun Taideakatemia/ Kuvataiteen koulutusohjelma (Turun Piirrustuskoulu) & Taideteollinen korkeakoulu/ Porin taiteen ja median osasto.

Brogan, K. 2016. A mind of your own. New York: Harper Wave.

Coates, P. 2010. Arthritis. Exercise plans to improve your life. Lontoo: A & C Black Publishers Ltd.

Eloranta, E. 2015. Kulttuuri ja luovat alat avaavat mahdollisuuksia. Turun Sanomat 5.7.2015. Viitattu 3.2.2017 <http://www.ts.fi/mielipiteet/lukijan+kolumni/790790/Kulttuuri+ja+luovat+alat+avaavat+mahdollisuuksia>.

Emma 2017. Taidemuseo Emma lyhyesti ja toimintakertomukset. Viitattu 19.4.2017 <http://www.emma.museum/info/taidemuseo>.

Espoo 2017. Kaikukortti. Viitattu 2.3.2017 <http://www.espoo.fi/kaikukortti>.

Espoo 2017. Lasten kulttuurikeskus Pikku-Aurora. Viitattu 19.4.2017 http://www.espoo.fi/fi-FI/Kulttuuri_ja_liikunta/Kulttuuri/Kulttuurikeskukset_ja_talot/PikkuAurora.

Fogelholm, M.; Lindholm, H.; Lusa, S.; Miilunpalo, S.; Moilanen, J.; Paronen, O. & Saarinen, K. 2007. Tervettä liikettä. Terveysliikunnan hyvät käytännöt työterveyshuollossa. Helsinki: Työterveyslaitos.

Fogelholm, M.; Vuori, I. & Vasankari, T. 2011. Terveysliikunta. 2., uudistettu painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Hannikainen, M. (toim.) 2014. Työväestö ja hyvinvointi. Helsinki: Työväen historian ja perinteen tutkimuksen seura ry.

Hansen, A. & Sundberg, C. 2015. Liikunta – paras lääke. Harjoittele tehokkaammin, voi paremmin, elä pitempään. Suom. Leskinen, T. Karkkila: Kustannus-Mäkelä Oy.

Heikkilä, M. 2016. Miesten suusta. Turun Sanomat 12.2.2016. Viitattu 3.2.2017 <http://hyvinvointi.ts.fi/tanssi-on-turkulainen-perusoikeus/miesten-suusta/>.

Heikkilä, M. & Arvonon, S. Elämäni kunnossa. Hanki kaksi tuntia energiaa lisää päivään! Helsinki: Readme.fi.

Hiilamo, H. & Saari, J. (toim.) 2010. Hyvinvoinnin uusi politiikka – johdatus sosiaalisiin mahdollisuuksiin. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.

Honkasalo, M. & Salmi, H. 2012. Terveyttä kulttuurin ehdoilla. Näkökulmia kulttuuriseen terveys-tutkimukseen. Turku: Painosalama Oy.

Hyvinvoinnin välitystoimisto 2017. Hanke. Viitattu 26.1.2017 <http://www.hvvt.fi/> > Hanke.

- Hyvinvointivoimala 2017. TAKUULLA-hankkeet. Viitattu 27.1.2017 <http://www.hyvinvointivoimala.fi/> > TAKUULLA 2012-2015.
- Hyyppä, M. 2013. Kulttuuri pidentää ikää. 1. painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Itkonen, H. & Kauravaara, K. 2015. Liikunta kansalaisten elämänsäilytyksessä. Tulkintoja liikkumisesta ja liikunnan edistämisestä. Jyväskylä: Liikunnan ja kansanterveyden edistämiskeskitys LIKES.
- Jyväskylän kaupunki: kulttuuripalvelut 2017. Hankkeet. Viitattu 27.1.2017 <http://www.jyvaskyla.fi/kulttuuri/palvelut/hankkeet>.
- Kainuun sote 2017. Elämyksiä kulttuurista! Kaikukortilla maksutta sisään Kainuussa vuonna 2017. Viitattu 2.3.2017 https://beta-sote.kainuu.fi/sites/sote.kainuu.fi/files/documents/library/2017-01/kaikukortti_asiakasesite_kainuu_2017.pdf.
- Karisto, E. 2017. Kulttuuri- ja liikuntapalvelujen arvostus noussut. Kuntalehti 30.1.2017. Viitattu 3.2.2017 <http://kuntalehti.fi/kuntauutiset/sivistys/kulttuuri-liikuntapalvelujen-arvostus-noussut/>.
- Karjalainen, V. & Keskitalo, E. (toim.) 2013. Kaikki työuralle! Työttömien aktiivipolitiikkaa Suomessa. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Kela 2017. Peruspäiväraha. Viitattu 2.3.2017 <http://www.kela.fi/peruspaivaraha>.
- Kela 2017. Toimeentulotuen kokonaisuus. Viitattu 2.3.2017 <http://www.kela.fi/toimeentulotuki-kokonaisuus>.
- Kela 2017. Työkyvyttömyyseläke ja kuntoutustuki. Viitattu 2.3.2017 <http://www.kela.fi/tyokyvyttömyyselake-ja-kuntoutustuki>.
- Kela 2017. Työmarkkinatuki. Viitattu 2.3.2017 <http://www.kela.fi/tyomarkkinatuki>.
- Koivisto, N.; Lehikoinen, K.; Pasanen-Willberg, R.; Ruusuvirta, M.; Saukkonen, P.; Tolvanen, P. & Veikkolainen, A. 2010. Kolmannella lähteellä. Hyvinvointipalveluja kulttuurin, liikunnan ja nuorisotyön aloilta. Helsinki: Kokos palvelut, Teatterikorkeakoulu.
- Kukkonen-Harjula, K. 2015. Liikunnan ja unen yhteyksien tutkimusmenetelmät. Käypä hoito. Viitattu 25.1.2017 <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/suositus;sessio-nid=9C106FC757A08A79F802708581AEBFE0?id=nix02248>.
- Kulttuuria kaikille -palvelu 2017. Espoon Kaikukortti. Viitattu 2.3.2017 http://kulttuuria-kaikille.fi/kaikukortti_espoo.
- Kuntaliitto. 2015. Arkeen voimaa. Pienin muutoksin kohti sujuvaa arkea. 2., korjattu painos. Helsinki: Suomen kuntaliitto.
- Lairio, M.; Heikkinen, H. & Penttilä, M. (toim.) 2008. Koulutuksen kulttuurit ja hyvinvoinnin politiikat. Joensuu: Suomen Kasvatustieteellinen Seura.
- Luona-Helminen, R. & Samstén, R. 2004. Liikkeelle. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Niemelä, M. & Saari, J. 2011. Poliittikan polut ja hyvinvointivaltion muutos. Helsinki: Kelan tutkimusosasto.
- Niemelä, P. (toim.) 2010. Hyvinvointipolitiikka. 1. painos. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Niskanen, E. 2015. Aktiivipassi avaa oven bussiin, uimahalliin ja museoon. Viitattu 14.5.2017 <http://yle.fi/uutiset/3-7798885>.
- Paljakka 2017. Paljakka Kino. Viitattu 27.4.2017 <http://paljakka.fi/elokuvateatteri/>.

- Pigeon, W. 2010. Sleepmanual. How to achieve perfect night's sleep. United Kingdom: New Holland Publishers.
- Peltonen, T. (toim.) 2012. Paistaa se aurinko risukasaankin – vai paistaako? Keskustelua yhdenvertaisuudesta ja eriarvoisuudesta. Kuopio: Kustannusosakeyhtiö HAI.
- Punnonen, R. 2012. Vuosia elämään. Hyvinvointiin ja elinikään vaikuttavia tekijöitä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Raatteen portti 2017. Talvisotamuseo. Viitattu 27.4.2017 <http://www.raatteenportti.fi/talvisotanayttely>.
- Rajamäki, P. 2014. Valokuvan eheyttävä voima. Mielenterveys-lehti 2/2014. Viitattu 2.2.2017 <http://www.mielenterveysseura.fi/fi/tarinat/valokuvan-eheytt%C3%A4v%C3%A4-voima>.
- Rajamäki, P. 2016. Taide vie elämässä eteenpäin. Mielenterveys-lehti 1/2016. Viitattu 2.2.2017 <http://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/hyvinvointi/kulttuuri/taide-vie-el%C3%A4m%C3%A4ss%C3%A4-eteenp%C3%A4in>.
- Reivinen, J. & Vähäkylä, L. 2012. Kansan terveys, yksilön hyvinvointi. Helsinki: Gaudeamus Oy & Suomen Akatemia.
- Runoviikko 2017. Ohjelma. Viitattu 27.4.2017 <http://www.runoviikko.fi/ohjelma/>.
- Saari, J. 2012. Onnellisuuspolitiikka. Kohti sosiaalisesti kestävää Suomea. Helsinki: Kalevi Sorsa -säätiön julkaisuja 1/2012.
- Saarijärvi, P. & Kosonen, A. 2013. Virvote. Viro: TT Print OÜ.
- Sata omenapuuta 2017. Hankkeesta. Viitattu 26.1.2017 <http://www.sataomenapuuta.fi/>.
- Siimes, K. 2010. Hoida mielialaasi. Kuopio: Mielikirjat kustannus shop.
- Sisä-Savon Sävelet 2017. Kulttuuri kylässä. Viitattu 30.1.2017 <http://www.savelet.info/kulttuuri-kylaessae>.
- Suomussalmi 2017. Projektit. Viitattu 30.1.2017 <http://www.suomussalmi.fi/kuntalainen/projektit/prime104.aspx>.
- Taikusydän 2016. Kuopiossa Kulttuuri kulkee mukana! Viitattu 27.1.2017 <http://taikusydän.turkuamk.fi/2016/11/03/kuopiossa-kulttuuri-kulkee-mukana/>.
- Taikusydän 2016. Vahvuutta Yhteisössä -hanke, Pirkanmaa. Viitattu 2.2.2017 <http://taikusydän.turkuamk.fi/2016/06/09/vahvuutta-yhteisossa/>.
- Taikusydän 2017. Kulttuurihyvinvointi. Viitattu 2.2.2017 <http://taikusydän.turkuamk.fi/> > Tietopankki > Käsitteet.
- Tampere 2017. Aktiivipassi. Viitattu 2.3.2017 <http://www.tampere.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/sosiaalinen-tuki-ja-toimeentulo/toimeentulotuki/aktiivipassi.html>.
- Tampere 2017. Sara Hildénin taidemuseo. Viitattu 19.4.2017 <http://www.tampere.fi/sarahilden.html>.
- Tampereen taidemuseo 2017. Viitattu 19.4.2017 <http://tampereentaidemuseo.fi/>.
- The Arts as Public Service: Strategic Steps towards Equality 2015-2020. Tietoa hankkeesta. Artsequal-hanke. Viitattu 18.4.2017 <http://www.artsequal.fi/etusivu> > Tietoa hankkeesta.

The Guardian. 2017. 'Creativity improves wellbeing': art transforms mental health ward. Viitattu 27.4.2017 <https://www.theguardian.com/healthcare-network/2017/feb/15/creativity-improves-wellbeing-art-transforms-mental-health-ward>.

THL 2014. Painonhallinta. Terveysriskit kasvavat ylipainon myötä. Viitattu 25.1.2017 <https://www.thl.fi/fi/web/elintavat-ja-ravitseminen/ravitseminen/ravitseminen-ja-terveys/painonhallinta>.

Tilastollinen tutkimus 2014. Kvantitatiivinen tutkimus. Viitattu 18.4.2017 <http://www.tilastollinen-tutkimus.fi/1.TUTKIMUSTUKI/KvantitatiivinenTutkimus.pdf>.

Timonen, P. 2017. Juhlavuosi on alkanut!. Suomi Finland 100. Viitattu 4.2.2017 <http://suomifinland100.fi/news/juhlavuosi-on-alkanut/>.

Turun amk 2016. Kulttuurihyvinvointi. Viitattu 1.2.2017 <https://www.turkuamk.fi/fi/> > Tutkimus, kehitys ja innovaatiot > Tutkimusryhmät > Kulttuurihyvinvointi.

Turun amk 2016. MOMU, Moving towards Multiprofessional Work. Viitattu 26.1.2017 <https://www.turkuamk.fi/fi/tutkimus-kehitys-ja-innovaatiot/hae-projekteja/momu-moving-towards-multiprofessional-work/>.

Turun amk 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Viitattu 18.4.2017 <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>.

Turku 2017. Kimmokkeen kevätmenot 2017. Viitattu 19.4.2017 https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files/kimmokkeen_keitmenot_2017_1.pdf.

Turku 2017. Kimmoke-ranneke. Viitattu 19.4.2017 <http://www.turku.fi/vapaa-aika/kimmoke-ranneke>.

Turku 2017. Turun biologisen museon historiaa. Viitattu 19.4.2017 <http://www.turku.fi/turunlinna/turun-linna-pahkinankuoressa>.

Turku 2017. Turun linna pähkinänkuoressa. Viitattu 19.4.2017 <http://www.turku.fi/turun-linna/turun-linna-pahkinankuoressa>.

Turun Sanomat 2013. Turun Hair-musikaalista pitkäkestoista hyvinvointia esiintyjille. Turun Sanomat 15.2.2013. Viitattu 2.2.2017 <http://www.ts.fi/kulttuuri/451400/Turun+Hairmusikaalista+pitkakestoista+hyvinvointia+esiintyjille>.

Uiah 2007. Vertailu. Viitattu 18.4.2017 <http://www2.uiah.fi/projects/metodi/072.htm>.

Uta 2014. Ihmisten oma teatteri. Viitattu 2.2.2017 <http://www.uta.fi/cmt/index/Ihmisten-oma-teatteri.pdf>.

Vapriikki 2017. Museokeskus Vapriikki. Viitattu 19.4.2017 <http://vapriikki.fi/>.

Vasen kaista 2016. Aktiivipassi ja sosiaalinen luotto Tampereen köyhyysohjelman hedelmiä. Viitattu 14.5.2017 <https://vasenkaista.fi/2016/06/aktiivipassi-ja-sosiaalinen-luotto-tampereen-koehyysohjelman-hedelmia/>.

von Bradenburg, C. 2008. Kulttuurin ja hyvinvoinnin välisistä yhteyksistä. Näköaloja taiteen soveltavaan käyttöön. Helsinki: Opetusministeriön julkaisuja 2008:12. Saatavissa myös <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2008/liitteet/opm12.pdf?lang=fi>.

Vuori, I. 2015. Liikuntaa lääkkeeksi. Liikunta-ohjelmia sairauksien ehkäisyyn ja hoitoon. Helsinki: Readme.fi.

Västinen, N. 2016. Naura Tanssi Hengitä -projekti. Viitattu 30.1.2017 <http://www.nooravastinen.net/naura-tanssi-hengita-projekti>.

Kimmoke-rannekkeen toimintamallikuvaus

Täytimme osana opinnäytetyötä toimintamallikuvauksen Kimmoke-rannekkeesta toimeksiantajamme Taikusydämen verkkosivuilla olevaan tietopankkiin.

Toimintamallin nimi *

Kimmoke-ranneke

Toimintamallin kuvaus ja tavoite *

Kerro lyhyesti, mitä toimintamalli pitää sisällään. Mitä mallissa tehdään? Mitä vaikutuksia toiminnalla tavoitellaan?

Kimmoke-ranneke tuo pienin kustannuksin kulttuuria ja liikuntaa vähävaraisten turkulaisten vapaa-aikaan. Tiettyjä Kelan tukia saavat henkilöt voivat ostaa rannekkeen 39 euron hintaan, ja yksi latauskerta on voimassa puoli vuotta. Ranneke mahdollistaa liikkumisen Turun kaupungin uimahalleissa ja kuntosaleilla. Kulttuuripalveluiden puolelta tarjolla on muun muassa museoita, musiikkia ja itse käsillä tekemistä. Rannekkeen haltijat saavat myös halutessaan tekstiviestikutsuja, jotka vaihdetaan paikan päällä esimerkiksi teatteriesityksen lippuun. Kaikkiaan Kimmokeen tapahtumatarjonta on laaja, ja kevään ja syksyn menovinkkejä voi seurata Kimmokeen omilta verkkosivuilta tai esitteistä. Rannekkeen tavoitteena on aktivoida työttömiä ja heikossa taloustilanteessa olevia ihmisiä liikkeelle kulttuurin ja liikunnan avulla.

Missä ja kuka/ketkä ovat kehittäneet toimintamallin? *

Kerro, missä organisaatiossa tai hankkeessa malli on kehitetty tai ketkä sen ovat kehittäneet.

Toimintamallin on kehittänyt Turun kaupungin vapaa-aikatoimialan Kimmoke-ranneke -työryhmä.

Missä mallia on käytetty tai käytetään? *

Kimmoke-ranneke on käytössä Turussa. Samantapaisia toimintamalleja on olemassa myös esimerkiksi Tampereella (Aktiivipassi) ja Kainuussa ja Espoossa (Kai-kukortti).

Mihin tarpeeseen toimintamalli on kehitetty?

Voit kuvata tähän, mitä vaikutuksia ja hyötyä, iloa tai apua toimintamallista on ollut. Esimerkiksi poikkihallinnollisen yhteistyön lisääntyminen tai kohderyhmien vuorovaikutustaitojen parantuminen.

Kimmoke-ranneke on kehitetty aktivoimaan työttömäksi jääneitä, heikommin toimeen tulevia turkulaisia. Kulttuuri ja liikunta auttavat ylläpitämään toimintakykyä. Samalla ne tuovat iloa ja vauhtia vapaa-aikaan. Ranneke on saanut käyttäjiltään paljon kiitosta ja etenkin sen liikuntapalveluita on hyödynnetty runsaasti. Kimmoke-työryhmä on ottanut toiminnan suunnittelussa asiakkaiden toiveet hyvin huomioon, ja uusia toiveita pyritään toteuttamaan mahdollisuuksien mukaan jatkuvasti. Ennen kaikkea rannekkeen taustalla on ajatus työttömien toimintakyvyn lisäämisestä ja ylläpitämisestä.

Keskeiset toimijat *

Ketkä toteuttavat toimintamallia ja keiden tukea tarvitaan mallin käyttämiseksi? Mille kohderyhmälle se on suunnattu?

Kimmoke-ranneketta koordinoi ja kehittää Turun kaupungin vapaa-aikatoimiala. Mukana on useita yhteistyökumppaneita, jotka tarjoavat pääsylippuja esimerkiksi teatteriin, museoihin ja urheilutapahtumiin. Kimmoke-ranneke on mahdollista hankkia, mikäli saa Kelasta perustoimeentulotukea, työkyvyttömyyseläkettä, työmarkkinatukea, peruspäivärahaa tai kuntoutustukea. Käyttäjän on oltava turkulainen.

Mitkä ovat toimintamallin kustannukset ja sen vaatimat resurssit?

Esim. henkilöstön määrä, työajat ja -tilat.

Kimmoke-ranneke tarjoaa Turun kaupungin vapaa-aikatoimialan yhteisesti tuottamaa sisältöä. Ranneke kuuluu tuotteena liikuntapalveluihin, eli se on liikuntalautakunnan alaista toimintaa. Liikkumaan aktivoinnin yksikkö vastaa markkinoinnista ja viestinnästä yhteistyössä vapaa-aikatoimialan moniammatillisen Työikäiset-tiimin kanssa. Työikäiset-tiimi vastaa Kimmoke-rannekkeen sisällön tuottamisesta ja kehittämisestä. Tiimi koostuu vapaa-aikapalvelualueiden edustajista, joita ovat museopalvelut, kirjastopalvelut, liikuntapalvelut, Turun Filharmoninen orkesteri, nuorisopalvelut ja tiiminvetäjänä toimiva kulttuurisihteeri. Työikäiset-tiimi käsittelee tarvittaessa Kimmoke-rannekettä koskevia asioita. Tiimi kokoontuu noin kerran kuukaudessa. Suurin vastuu Kimmokeen sisällöntuotannon suunnittelusta ja toteutuksesta on liikuntapalveluvastaavalla ja kulttuurisihteerillä. Kertaluontoisissa Kimmoke-tapahtumissa tai -toiminnoissa henkilöstön määrä vaihtelee oheisohjelman määrän mukaan. Keskimäärin tapahtumissa on mukana yhdestä neljään työntekijää. Kustannuksia

kertyy esitemateriaaleista muutama tuhat euroa vuodessa, lisäksi kertaluontoisten Kimmoke-retkien ja -tilaisuuksien toteutukseen käytetään pieniä menoeriä. Tiloina pyritään käyttämään Turun kaupungin omia tiloja.

Lisätietoja antaa (nimi ja yhteystiedot): *

Lisätietojen kysely ja palautteet: kimmoke.liikuntapalvelut@turku.fi

Minna Lainio-Peltola
liikuntapalvelupäällikkö
050 554 6254
minna.lainio-peltola@turku.fi

Irina Niemimäki
kulttuurisihteeri
040 674 0553
irina.niemimaki@turku.fi

Yhteystiedot saa julkaista toimintamallin esittelyn yhteydessä: *

Kyllä

Lisätietoja (linkki www-sivuille, julkaisut tms.): *

<https://www.turku.fi/vapaa-aika/kimmoke-ranneke>

Hyve-verkkolehden artikkeli

Turun Kimmoke-ranneke kestää vertailun muiden kaupunkien kanssa

Suomessa on toimivia järjestelmiä, jotka kannustavat työttömiä liikkeelle. Näistä esimerkkejä ovat Turun Kimmoke-ranneke, Tampereen Aktiivipassi ja Espoon ja Kainuun Kaikukortti. Kortit, passit ja rannekkeet ovat tuoneet jo muutaman vuoden ajan vauhtia heikommin toimeen tulevien vapaa-aikaan kulttuuri- ja liikuntapalveluiden muodossa.

Turun ammattikorkeakoulun opiskelijat tekivät työparina opinnäytetyön Taikusydämelle, joka on Turun amk:n koordinoima taiteen hyvinvointivaikutusten yhteyspiste. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tehdä vertaileva selvitys edellä mainituista kulttuuri- ja liikuntapalveluiden tarjoajista.

Tavoitteena oli löytää hyviä ja toimivia käytäntöjä, joiden avulla Kimmoke-rannekettakin voitaisiin kehittää. Vertailun pääpaino oli Turun Kimmoke-rannekkeessa ja sen kulttuuri-palveluissa.

Hinnoissa ja voimassaoloajoissa on selviä eroja

Vaikka vertailtujen järjestelmien perusajatus on sama, on Kimmoke-rannekkeen, Aktiivipassin ja Kaikukortin välillä eroja. Kimmoke-ranneke on hinnaltaan kallein, 39 euroa puolelta vuodelta. Aktiivipassin omakustannehinta on viisi euroa 50 euron kokonaissummasta, ja arvo ladataan Tampereen kaupungin puolesta bussikorttiin enintään kahdesti vuodessa. Kaikukortti on käyttäjälleen ilmainen ja se on voimassa vuoden.

Kimmoke-rannekkeen käyttäjille on tarjolla rahanarvoisia etuja esimerkiksi teatteri- ja musikaalilippujen muodossa. Rannekettä voi käyttää puolen vuoden ajan rajattomasti, eikä sen arvo laske, toisin kuin Aktiivipassissa. Aktiivipassiin ladattu kokonaissumma laskee käyttökertojen mukaan.

Kohderyhmä kaupunkien välillä on sama

Kimmoke-ranneke, Aktiivipassi ja Kaikukortti on suunniteltu heikommin toimeen tuleville. Järjestelmien ajatuksena on tarjota tasavertaiset kulttuuri- ja liikuntapalvelut kaikille, taloudellisesta tilanteesta riippumatta.

Kimmoke-rannekkeen voi ostaa, mikäli henkilö saa Kelasta määrättyjä tukia: peruspäivärahaa, työkyvyttömyyseläkettä, työmarkkinatukea, kuntoutustukea tai perustoimeentulotukea. Aktiivipassi voidaan myöntää vähintään 18-vuotiaalle henkilölle, joka on saanut kuluneen vuoden aikana vähintään 10 kuukauden ajan toimeentulotukea. Kaikukortin saadakseen henkilön on oltava vähintään 16-vuotias Kaikukortti-toiminnassa mukana olevan sosiaali- ja terveysalan toimijan asiakas.

Palvelutarjonnassa on huomattavia eroja

Kimmoke-rannekkeen ja Aktiivipassin tarjoamat liikuntapalvelut ovat samat: kaupungin uimahallit ja kuntosalit ovat etuusjärjestelmien piirissä. Kimmoke-rannekkeen kulttuuritarjonta on kuitenkin huomattavan paljon laajempi, kuin Aktiivipassin.

Kimmoke-rannekkeen käyttäjilleen tarjoamat kulttuuripalvelut muodostavat laajan kirjon erilaista toimintaa. Rannekkeen käyttäjä pääsee nauttimaan esimerkiksi musiikista, teatterista ja museoista. Kaikukortti eroaa muista järjestelmistä siten, että sen paino on täysin kulttuurissa. Tarjonta on myös laaja. Kimmoke-ranneke ja Kaikukortti tarjoavat lisäksi etuja koko perheelle.

Aktiivipassin ja Kaikukortin käyttöaikoja ei ole rajoitettu, toisin kuin Kimmoke-rannekkeessa. Kimmoke-rannekettä voi käyttää kaupungin uimahalleissa ja kuntosaleissa arkipäivisin kello 15.30 asti ja viikonloppuisin aukioloaikojen mukaan. Myös kulttuuripalveluiden käyttöä on rajattu. Rajattujen käyttöaikojen takana on ajatus työttömien aktivoimisesta liikkeelle niin kutsuttuun työaikaan.

Kimmoke-rannekkeen kehitys on jatkuvan työn alla

Kimmoke-rannekkeen työryhmä tekee jatkuvasti töitä rannekkeen kehittämisen eteen. Käyttäjien toiveita kuunnellaan ja toiveiden pohjalta etsitään uusia yhteistyökumppaneita. Rannekkeen käyttäjämäärät ovat olleet jatkuvassa kasvussa. Koska palvelutarjontaa laajennetaan vuosi vuodelta, emme näe syytä sille, miksi käyttäjämääräkään kääntyisi laskuun.

Turun Kimmoke-ranneke on loistava väline kansalaisten hyvinvointierojen kaventamiseen ja tasa-arvon lisäämiseen. Kimmoke-ranneke laajoine palveluineen kestää myös vertailun muiden kaupunkien kanssa.

Kirjoittaja(t):

Liisi Ristimäki, Ella Samppala, sosionomi-opiskelija