



TYKYTTÄÄKÖ MAASEUDULLA?

TYKY-ohjelman kehittäminen matkailutila Ruutin kartanossa

Hanna Syrjälä

Opinnäytetyö
Huhtikuu 2009
Matkailun koulutusohjelma
Pirkanmaan ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Pirkanmaan ammattikorkeakoulu
Matkailun koulutusohjelma

SYRJÄLÄ HANNA:

Tykyttääkö maaseudulla? TYKY-ohjelman kehittäminen matkailutila Ruutin kartanossa.

Opinnäytetyö 66 s., liitteet 8 s.
Huhtikuu 2009

Ruutin kartano on laihialainen matkailutila, joka palvelee niin yksityisiä kuin yritysasiakkaitakin. Yritysasiakkaat tulevat Ruutin kartanoon erilaisten kokousten ja TYKY-päivien viettoon. TYKY on lyhenne sanoista työkykyä ylläpitävä toiminta. Tässä työssä keskitytään Ruutin kartanon tarjoaman TYKY-ohjelman kehittämiseen. Työn tarkoituksena oli selvittää, minkälaisia aktiviteetteja TYKY-asiakkaat haluavat maalle tullessaan ja mitkä muut tekijät mahdollisesti rajoittavat TYKY-päivän ohjelmaa. Tulosten pohjalta ideoitiin Ruutin kartanoon ja sen miljööseen sopivia aktiviteetteja.

Tiedonkeruumenetelmänä tutkimuksessa käytettiin sähköisessä muodossa olevaa kyselylomaketta. Kyselylomaketta jaettiin yritysten sähköposteihin yhteys henkilöiden kautta. Yritykset olivat kaupunkilaisia eri alojen yrityksiä, mutta pääosin toimistotyöntekijöitä. Teoreettisena pohjana työssä oli matkailutuotteen suunnitteluprosessin vaiheet tuotekehitysnäkökulmineen. Aktiviteettien suunnittelussa mukana oli teoria matkailun ohjelmopalvelujen jakamisesta eri alaluokkiin. Elämyksellistä näkökantaa aktiviteetteihin haettiin elämysten teorioista.

Tutkimustulokset osoittivat terveyst-, luonto- ja liikuntamatkailuun liittyvien aktiviteettien olevan suosituimpia. Kyselyssä aihepiirit oli nimetty termein rentoutuminen, ympäristöön tutustuminen ja liikunnalliset aktiviteetit.

Yleisimmin vastaajat toivoivat maaseudun TYKY-päivältä kiireetöntä aikataulua, rentoutumista ja yhdessäoloa sekä kosketusta luontoon. Tässä työssä ideoitujen pakettivaihtoehtojen pohjalta voidaan seuraavaksi edetä tuotteiden testaukseen, hinnoitteluun, markkinointiin ja toteuttamiseen.

Asiasanat: TYKY-toiminta, maatilamatkailu, ohjelmopalvelut.

ABSTRACT

Pirkanmaan ammattikorkeakoulu
PIRAMK University of Applied Sciences
Degree Programme in Tourism

SYRJÄLÄ HANNA:

Does it pulsate in the countryside? Developing of TYKY programme in a farm tourism business Ruutin kartano

Bachelor`s thesis 74 pages
April 2009

Ruutin kartano is a farm engaged in tourism in Laihia and it serves both private and company clients. The company clients come to Ruutin kartano to spend different kind of meetings or TYKY(*) days. This study focuses on developing the TYKY programme Ruutin kartano is offering at the moment. The aim of the study was to find out what kind of activities TYKY clients want when they come to the countryside and what other things can possibly restrict the programme of a TYKY day. On the basis of the results suitable activities were created for Ruutin kartano and its milieu.

As a fact-finding method in the study an electronic questionnaire was used. The questionnaire was distributed to the companies` e-mails through the contact people. The companies were urban companies from different branches and the respondents mainly office employees. As a theoretical basis of the study there was the planning process of a tourism product and its different stages with a view to product development. When planning the activities a theory which divides the programme services of tourism into lower categories was used. Different theories of experiences were included to bring some special aspect to the activities.

The results of the study proved that the activities relating to health tourism, nature tourism and sporting tourism were the most popular. In the questionnaire the subject matters were named with terms relaxing, getting to know the environment and sporting activities.

From a TYKY day to be spent in the countryside, the respondents would most commonly expect an unhurried schedule, relaxing and being together with the group in the countryside. The package alternatives of activities created in this study can be used as a basis when moving ahead to testing of the product, pricing, marketing and finally realisation of it.

(* TYKY equates to the term Workplace Health Promotion which is used in several European countries. The exception between them is that Workplace Health Promotion includes also more widely enhancement of health. TYKY is an abbreviation of Finnish words meaning maintenance of the working ability.)

Keywords: TYKY function, farm tourism, programme services.

SISÄLLYS

1. JOHDANTO	5
1.1 Tutkimuksen kohde	5
1.2 Käsitteet ja teoria	6
1.3 Tutkimuskysymykset.....	9
1.4 Aineisto ja menetelmät	10
1.5 Tutkimuksen kulku.....	10
2. RUUTIN KARTANO JA TYKY-TOIMINTA	12
2.1 Ruutin kartano	12
2.1.1 Majoituspalvelut	13
2.1.2 Kokouspalvelut.....	13
2.1.3 Juhlapalvelut	14
2.2 TYKY-toiminta	15
2.2.1 TYKY-toiminnan alkutaival.....	15
2.2.2 TYKY-toiminnan tavoitteet.....	17
2.2.3 Työkykymalli.....	18
2.2.4 Härmän kuntokeskus esimerkkitapauksena.....	21
2.2.5 TYKY-toiminta Ruutin kartanossa.....	22
3. KYSELYLOMAKE JA VASTAAJAT	25
3.1 Kyselyn toteutus	25
3.2 Vastaajien profilointi.....	27
3.2.1 Vastaajien ikä ja sukupuoli.....	27
3.2.2 TYKY-kohteiden yleisyys	29
3.2.3 TYKY-päivän aikaresurssit ja ajankohta.....	31
4. AKTIVITEETTIEN SUOSITTUUS.....	34
4.1 Aihepiirien arviointi	34
4.2 Kiinnostus luentoihin	39
4.3 Ajatukset, ehdotukset ja toiveet.....	42
5. AKTIVITEETTIEN IDEOINTI.....	44
5.1 Terveysmatkailu ja rentoutuminen	44
5.2 Luontomatkailu ja ympäristöön tutustuminen.....	51
5.3 Liikuntamatkailu ja liikunnalliset aktiviteetit.....	56
6. JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	60
LÄHTEET	64
LIITTEET	67

1 JOHDANTO

1.1 Tutkimuksen kohde

Tämän työn aiheena on TYKY-ohjelman kehittäminen matkailutila Ruutin kartanossa. TYKY on lyhenne sanoista työkykyä ylläpitävä toiminta. Ruutin kartano on pieni, päätoimisesti kaksi henkilöä työllistävä perheyritys Laihialla, Vaasan läheisyydessä. Tein ensimmäisen työharjoittelujaksoni kyseisessä yrityksessä, ja puhuimme omistajan kanssa jo silloin mahdollisuudesta tehdä opinnäytetyö heidän yritykselleen. Yhteydenotto tuttuun paikkaan oli siis helppoa.

Työn tarkoituksena on selvittää, minkälaista TYKY-ohjelmaa TYKY-asiakkaat haluavat maalle tullessaan. Tavoitteena on kehittää maaseutumaista ja miljööseen sopivaa ohjelmaa yritysten TYKY-päiviin. Lisäksi tavoitteena on laajentaa ja kehittää Ruutin kartanon TYKY-toimintaa antamalla uusia ideoita aktiviteetteihin, ja täten kehittää yrityksen toimintaa TYKY-toiminnan saralla. Tutkimuksesta saatuja tietoja voivat hyödyntää myös muut TYKY-ohjelmaa tarjoavat yritykset, joten työn merkityksellisyys ulottuu myös laajemmin TYKY-toiminnan saralle.

TYKY-päiviä on tilalla ennenkin pidetty, mutta tavoitteena on kehittää ohjelmaa ja ideoita siihen sopivia, tiiviimpiä ohjelmavaihtoehtoja houkuttelevine nimineen. Pääkohderyhmänä on tähän astinen, TYKY-päivien osalta suurin asiakasryhmä, eli lähikaupunkien Vaasan ja Seinäjoen yritykset. Tällä hetkellä n. 90 % TYKY-asiakkaista on vaasalaisia yrityksiä. Lisäksi Vaasan ja Seinäjoen väliin jäävältä alueelta tulee jonkun verran TYKY-asiakkaita kunnista, mutta heitä on määrällisesti vähemmän. Aktiviteetit suunnitellaan siis etupäässä kaupunkilaisille TYKY-asiakkaille. Samoja aktiviteetteja voi toki käyttää myös kunnista tuleville TYKY-asiakkaille.

1.2 Käsitteet ja teoria

Työn pääkäsitteitä ovat TYKY, elämys, ohjelmapalvelut ja tuotekehitys. TYKY on lyhenne sanoista työkykyä ylläpitävä toiminta. TYKY-toiminnalla tarkoitetaan siis työkyvyn ylläpitoon ja työssäjaksamiseen tähtäävää toimintaa. TYKY-päivät voivat sisältää sekä fyysiseen että henkiseen hyvinvointiin, ihmisen sosiaaliseen kuntoon ja näiden tekijöiden kehittämiseen tähtääviä aktiviteetteja. Myös virkistäytyminen ja yhdessäolo ovat tärkeitä TYKY-toiminnassa. (Verhelä & Lackman 2003, 142.) TYKY-toiminta on suomalainen innovaatio ja se on saanut alkunsa vuonna 1989 (Työterveyslaitos 2007).

Elämys on työni käsitteistä monisyisin. Yleisesti elämys määritellään positiiviseksi, muistijäljen jättäväksi, moniaistiseksi, kokonaisvaltaiseksi, yleensä ainutkertaiseksi ja henkilökohtaiseksi kokemukseksi (LEO: Lapin elämysteollisuuden osaamiskeskus 2002, Verhelän & Lackmanin 2003, 35; Juntusen 2004, 81; Liedeksen & Ketosen 2004, 16; Tarssasen 2005, 8 mukaan). Perttulan mukaan (2004, 33) arkikielessä vahvaa tunnetilaa kutsutaan usein elämykseksi. Tällaisia tunnetiloja voivat olla mm. koetun ainutkertaisuus, tärkeys, jännitys, pelko, hämmästys, hämmennys, syvä rauha ja tunnelman epätodellisuus. (Perttula 2004, 33.) Can-Seng Ooin (2004, 72) mukaan elämykset syntyvät aktiviteeteista, ympäristöstä ja sosiaalisista yhteyksistä aktiviteettien aikana. Elämysten henkilökohtaisuuden kohdalla korostetaan, että elämyksiä ei voi mitata tai laskea, eikä ihmisten tunteita suunnitella tai hallita (Aula, Romppainen & Varanka 2004, 5).

Ohjelmapalvelulle on myös olemassa erilaisia määritelmiä. Kauppa- ja teollisuusministeriö määrittelee matkailun ohjelmapalvelut matkailutuotteeseen liittyviksi aktiviteeteiksi, jotka muodostavat matkan toiminnallisen osan. Ohjelmapalvelut voivat olla matkan ostajan kannalta valintapäätökseen vaikuttavia matkailukohteen vetovoimatekijöitä tai viihtyvyyttä lisääviä elementtejä. Esimerkkeinä ohjelmapalveluista mainitaan luontoon liittyvät ohjatut aktiviteetit, harrastus- ja virkistyspalvelut, rakennetut aktiviteetti- ja huvikohteet, kilpailutapahtumat sekä kulttuuri- ja taidetapahtumat. (Verhelä & Lackman 2003, 16 mukaan.)

Opetushallituksen vahvistamissa matkailualan perustutkinnon perusteissa matkailun ohjelmapalvelut määritellään omatoimiseksi tai ohjatuiksi toiminnoiksi, jotka pohjautuvat asiakaslähtöisesti luontoon, kulttuuriin, viihteeseen, liikuntaan tai terveyteen. Lisäksi palvelun tuottaja voi osana ohjelmapalvelukokonaisuutta tarjota kohderyhmille esimerkiksi aamiaismajoitukseen, kokous- ja koulutustilaisuuksien järjestämiseen, ruokapalvelujen toteuttamiseen tai teemaopastukseen liittyviä palveluita. (Verhelä & Lackman 2003, 17 mukaan.) Tässä työssä puhutaan ohjelmapalvelu-termin sijaan enimmäkseen aktiviteeteista, TYKY-teemaan sopien.

Tuotekehitys tai tuotekehittäminen tarkoittaa toimintaa, jonka tavoitteena on kehittää uusi tai parannettu tuote (Jokinen 2001, 9). Se on myös "taloudellisten hyödykkeiden suunnitteluun ja kehittelyyn liittyvä prosessi, johon sisältyvät esimerkiksi ideoiden etsintä ja seuranta, tuotanto- ja markkinamahdollisuuksien selvittäminen, kysyntä- ja kannattavuusennakointien laadinta, koevalmistus -ja markkinointi sekä toteuttamisen valvonta" (Factum 2005, 355). Tuotekehitysvaihtoehtoja ovat uudet innovaatiot, uudet liiketoiminnot, uudet tuotteet nykyisille asiakkaille, tuotelinjan laajentaminen, olemassa olevan palvelutuotteen parannukset ja tyylinmuutokset (Komppula & Boxberg 2002, 93).

Tuotekehityksen ja ohjelmapalvelun suunnittelun puolelta teoria liittyy matkailutuotteen suunnitteluprosessin vaiheisiin. Verhelän ja Lackmanin (2003, 75-78) luoma suunnittelu- ja kehittämismalli sisältää yhteensä seitsemän vaihetta, jotka ovat ideointi, tuotteistaminen, tuotteen testaus, hinnoittelu, markkinointi ja myynti, toteuttaminen sekä palaute ja kehittäminen. Tässä työssä keskitytään lähinnä kahteen ensimmäiseen vaiheeseen, ideointiin ja tuotteistamiseen, toimeksiannon mukaisesti ja aikarajoitusten vuoksi. Koko prosessi kun veisi huomattavasti enemmän aikaa, mutta on silti hyvä tuntee sen eri vaiheet hyvän tuloksen aikaansaamiseksi.

Uusien tuote- ja palveluideoiden kehittämisessä on Verhelän ja Lackmanin (2003, 75-78) mukaan kaksi perusajatusta: uusien tuotteiden ja palvelujen taustalla on aina oltava asiakkaan tarpeet ja uusien ideoiden on pohjaututtava yrityksen tai yrittäjän liikeideaan tai täydennettävä sitä järkevällä tavalla. Tämän vuoksi yrityksille järjestettiin sähköinen kysely

ja Ruutin kartanon omistajan kanssa pidettiin välillä palavereja. Käytännön toteutuksen suunnittelussa on mietittävä, mitä asiakkaan halutaan ohjelmapalvelussa kokevan, näkevän, tekävän, aistivan, huomaavan ja ymmärtävän. Etukäteen mietittävät ohjelmapalvelun kokonaistavoitteet määrittelevät minkälaisista tekijöistä muodostuu asiakkaalle elämyksiä tuottava kokemus. Kokonaistavoitteiden pohjalta mietitään ohjelmapalvelulle teema eli punainen lanka, johon ohjelmapalvelun kokonaisuus ja kaikki sen osat perustuvat. Teema kertoo konkreettisesti, mihin palvelulla pyritään, ja sitä voi käyttää myös markkinoinnin työkaluna. (Verhelä & Lackman 2003, 77.) Ohjelmapalvelun toteutukseen vaikuttavia tekijöitä, menetelmiä ja käytännön asioita Verhelä ja Lackman käyvät myös lyhyesti läpi.

Verhelä ja Lackman (2003, 93-191) jakavat matkailun ohjelmapalvelut seitsemään eri alaluokkaan, jotka ovat luonto-, liikunta-, terveys-, kulttuuri-, ruoka-, perinne- ja seikkailumatkailu. Nämä matkailun eri muodot ovat olleet pohjana myös yrityksille suunnattavaa kyselylomaketta suunniteltaessa. Useat näistä matkailun aihepiireistä sopivat myös TYKY-ohjelmaan lievästi soveltaen. Seikkailumatkailu on maaseudun TYKY-päivien kannalta kaukaisin ohjelmaidea, koska kovin extreme-tyyppisiä lajeja ei ainakaan matkailutilalla voi järjestää ja toiseksi ne vaativat yleensä melko hyvää kuntoa kun taas TYKY-aktiviteettien tulisi olla suhteellisen kevyitä, jotta kaikki voisivat niihin osallistua. Perinne- ja kulttuurimatkailu soveltuvat puolestaan loistavasti Ruutin kartanoon, koska tarjolla on vanhanaikaisia puitteita ja miljööttä, ja kaupungista tuleville TYKY-asiakkaille maatilan tavat ovat myös pientä kulttuurieroja kaupunkioloihin verrattuna. TYKY-tuotteet itsessään mainitaan osana terveysmatkailun alalajeja, liittyväthän ne sekä terveyteen että hyvinvointiin (Verhelä & Lackman 2003, 139). Osaa näistä matkailun ohjelmapalvelujen eri alaluokista käsitellään myöhemmin luvussa viisi tarkemmin, sen mukaisesti minkä tyyppisiä aktiviteetteja vastaajat toivovat eniten.

Aktiviteettien suunnittelussa hyödynnetään Verhelän ja Lackmanin teorioiden lisäksi osia elämysten eri teorioista. Elämysten teorioita on olemassa useita, ja tähän niistä on valittu kolme erilaisten aktiviteettityyppien vuoksi. Pinen ja Gilmoren teoriassa elämysten suunnittelussa on viisi tärkeää periaatetta, jotka ovat elämyksen teemoittelu, vaikutelmien harmonisointi myönteisillä vaikutteilla, kielteisten viitteiden poistaminen, muistojen

myyminen ja kaikkien viiden aistin työllistäminen (Pine & Gilmore 1998, s. 46-50). Verhelä ja Lackman puolestaan esittävät teorian elämykseen vaikuttavista tekijöistä, jotka jakautuvat tietoiseen ja tiedostamattomaan tasoon. Tietoiseen tasoon kuuluvat aistit: näkö, kuulo, haju, maku ja tunto; muistoihin palaaminen, vastakohtien kokeminen, jännitys ja pelko, tiedot ja kokemukset, illuusiot ja niiden kokeminen sekä uutuus ja yllätyksellisyys. Tiedostamattomaan tasoon puolestaan kuuluvat selviytyminen, hoivaamisen tarve, turvallisuuden tarve, liikkumisen ja tekemisen tarve sekä paluu primitiiviseen elämään. (Verhelä & Lackman 2003, 35.)

LEOn tuotekehityspalveluiden kulmakivenä on elämyskolmio. Se on tarkoitettu työkaluksi, jonka avulla voidaan edistää tuotteen elämyksellisyttä. Kolmion kaksi tarkastelunäkökulmaa ovat tuotteen elementit ja asiakkaan kokemus. Elämyksellisen tuotteen tulisi sisältää kuusi erilaista elementtiä, jotka ovat yksilöllisyys, aitous, tarina, moniaistisuus, kontrasti ja vuorovaikutus. Näiden tekijöiden kautta asiakkaan kokemus etenee kehon eri tasojen kautta kohti elämystä, ehkä jopa muutosta. Nämä tasot tavoitteineen ovat motivaation taso ja kiinnostuminen, fyysinen taso ja aistiminen, älyllinen taso ja oppiminen, emotionaalinen taso ja elämys sekä henkinen taso ja muutos. (LEO 2009.) TYKY-aktiviteeteissa, kuten monissa muissakin ohjelmalveluissa pyritään ensisijaisesti ja yleisesti elämykseen. Muutokseenkin on kuitenkin TYKY-aktiviteeteissa mahdollisuus, koska TYKY-asiakas voi päivän aikana oivaltaa jotain esimerkiksi työhyvinvoinnin luennolta tai innostua liikkumaan ja pitämään huolta kunnostaan mieluisan liikuntakokemuksen jälkeen. Näitä teorioita sovellan elämysten suunnitteluvaiheessa.

1.3 Tutkimuskysymykset

Tutkimuskysymyksiä työssä ovat: minkälaisia aktiviteetteja TYKY-asiakkaat haluavat maaseudulle tullessaan? Miten kehittää Ruutin kartanon nykyistä TYKY-ohjelmatarjontaa? Miten luoda elämyksellisiä aktiviteetteja TYKY-päiviin? Millainen ohjelmalvelutuote sopii Ruutin kartanoon ja minkälainen ohjelma sopii kyseessä olevaan miljööseen? Kyselyn avulla saadaan selville asiakkaiden toiveet ja ideat aktiviteeteista ja niiden luonteesta. Täten

kartoitetaan kiinnostus eri tyyppisiä aktiviteetteja kohtaan. Näistä valitaan suosituimmat, ja kehitetään niiden pohjalta kartanon miljööseen ja resursseihin sopivia elämyksellisiä aktiviteetteja. Teoriat ja asiakaskyselyn tulokset ovat pohjana suunnittelussa. Lähtökohtana on, että kartanoon ja maaseudun rauhaan tulevat TYKY-asiakkaat hakevat tietyyntyyppistä, hieman rauhallisempaa ohjelmaa ja täten miljööllä on jo paikkaa päätettäessä vaikutusta. Miljöö huomioidaan täten vahvasti aktiviteettien suunnittelussa. Miljööllä tarkoitetaan ympäristöä, varsinaista ja välitöntä elinympäristöä sekä oloja (Studia 1994, 81).

1.4 Aineisto ja menetelmät

Tiedonkeruumenetelmänä on yrityksille tehtävä kirjallinen ja sähköinen asiakaskysely. Aineisto koostuu täten kyselylomakkeiden tuloksista. Tutkimus on pääosin kvantitatiivinen eli tilastollinen. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa aineiston kerääminen, käsittely ja analyysi ovat toisistaan erottuvia vaiheita. Aineisto on esitettävissä havaintomatriisin muodossa ja analyysi tapahtuu muun muassa tilastoinnin avulla. (Koivula, Suihko & Tyrväinen 1999, 35.) Kyselylomakkeessa on sekä strukturoituja että avoimia vastausvaihtoehtoja. Strukturoitu tarkoittaa, että vastausvaihtoehdot on luokiteltu valmiiksi, ja vastaaja valitsee niistä yleensä rastittaen (Koivula ym. 1999, 44). Yrityksen asiakasrekisteristä poimittiin kaikki ne kaupunkilaiset yritykset, jotka olivat TYKY-päiviä aikaisemmin Ruutin kartanossa viettäneet, ja lähetettiin heille kyselylomakkeet. Lisäksi mukaan otettiin muutama yritys, jotka eivät ole Ruutin kartanossa TYKY-asiakkaina vierailleet, tuomaan kenties uutta näkökulmaa tuloksiin. Tilastollisia menetelmiä käytetään kyselyn tuloksia analysoitaessa ja lisäksi tuloksia analysoidaan teorioiden avulla.

1.5 Tutkimuksen kulku

Työn toisessa luvussa esitellään Ruutin kartano sekä TYKY-käsite ja sen historia. Kolmannessa luvussa alussa käydään läpi kyselyn lähtöasetelma, kuten jakelutapa ja jakelumäärät. Tämän jälkeen mennään kyselytuloksiin aloittamalla vastaajien perustiedoista ja profiloinnista. Kyselytulosten analysointi jatkuu neljännessä luvussa, jossa käydään läpi

aktiviteetteihin liittyvät vastaukset. Viidennessä luvussa ideoidaan aktiviteetteja sen mukaan, minkälaiset aktiviteettien aihepiirit ovat asiakaskyselyissä nousseet halutuimmiksi ja suosituimmiksi. Ohjelmaehdotukset on koottu esimerkkipaketeiksi, aiheiseen liittyvien nimien kera toimeksiantajaa varten. Viimeisinä lukuina ovat vielä johtopäätelmät ja lopuksi.

2 RUUTIN KARTANO JA TYKY-TOIMINTA

Tässä luvussa esitellään aluksi Ruutin kartano, sen historia ja toimintamuodot. Seuraavaksi käsitellään TYKY-käsitettä ja sen historiaa yleisesti. TYKY-toiminta on käsitteenä laaja, ja esimerkkitapauksena TYKY-toiminnan eri muodoista esitellään Härmän kuntokeskus. Lopuksi kerrotaan vielä Ruutin kartanon nykyisestä TYKY-toiminnasta lyhyesti.

2.1 Ruutin kartano

Seuraavat tiedot perustuvat Ruutin kartanon kotisivujen lisäksi kartanon omistajan antamiin tietoihin ja lisämateriaaliin. Materiaali ei kuitenkaan ole niin virallista, että sen voisi merkitä lähteisiin. Tämän vuoksi tekstiviitteitä on tässä kohdin vähänlaisesti.

Ruutin kartano on Laihian Rudolla, Vaasan lähistöllä, toimiva matkailumaatila, joka tarjoaa vuoden ympäri maatilamajoitusta sekä kokous- ja juhlapalveluja (Ruutin kartano 2009). Tilan omistavat Raija ja Kari Ristiluoma. Jykevä hirsitalo on aikanaan siirretty Kupparlasta Rudolle, nykyiselle paikalleen, uusjaon jälkeen vuonna 1906. Karin isovanhemmat Serafia (o.s. Mallila) ja Matti Ruuti muuttivat Mallilasta tilalle vuonna 1910. Silloisen käytännön mukaan isäntäväki otti tilan nimen sukunimekseen. Talon päätuotantosuunta oli pitkään lypsykarjatalous. Ristiluomat tulivat Kauhajoelta tilalle jatkajiksi vuonna 1989, ja aloittivat matkailumaatilatoiminnan kymmenen vuotta myöhemmin, kesällä 1999. Päätuotantosuuntana on nykyään viljanviljely ja sen rinnalla maatilamatkailutoiminta. Yritys työllistää päätoimisesti ympäri vuoden emännän, isännän avustaessa minkä maataloustöiltään ehtii. Sesonkiaikoina kesällä ja joulun aikaan käytetään ulkopuolista työvoimaa. Kesäsesonki on toukokuusta syyskuuhun ja joulusesonki marraskuun alkupuolelta jouluihin. Pääasiallisesti keväällä ja syksyllä on yritysasiakkaiden kokous- ja

TYKY-päiviä, kesällä on paljon lähinnä yksityisten ihmisten juhlia sekä majoittujia ja joulun alla yritysten pikkujouluryhmiä.

2.1.1 Majoituspalvelut

Ruutin kartanossa yöpyville on tarjolla monenlaista majoitusta. Päärakennuksen MALO-luokitelluissa huoneissa mahtuu kerralla majoittumaan noin 20 vierasta ympäri vuoden. Kesäisin kapasiteetti kasvaa 30-40 henkeen kun käytössä ovat myös ulkorakennusten aitat ja kesäkamarit. Laihialaishuumoriteeman mukaisesti tarjolla on myös ”heinälatohotelli”, jossa asiakas voi yöpyä nuukasti omassa makuupussissa. Majoitusta markkinoidaan pääasiallisesti Bed & Breakfast -tyyppisesti. (Ruutin kartano 2009.) Kesäajan yöpyjistä suurin osa on lomalaisia Suomesta ja muualta Euroopasta.

2.1.2 Kokouspalvelut

Kokouspalvelujen osalta Ruutin kartanoa mainostetaan ”erilaisena kokouspaikkana”, jossa voi ”hieman rennommin keskittyä päivän aiheeseen” (Ruutin kartano 2009). Maatilan rauhallista miljöötä, hyvää ruokaa ja talonväen mutkatonta palvelua korostetaan. Kokoustiloissa vaihtoehtoina ovat päärakennuksessa yläkerran takkatupa, jonka kapasiteetti on 10-30 henkeä, ja alakerran salikamari 10-20 hengelle. Ulkorakennuksen entinen talli on kunnostettu monikäyttöiseksi tilaksi, johon kokousvieraita mahtuu 50. Samoin ulkorakennuksissa sijaitseva ryhmäsauna puolestaan soveltuu 10-20 hengelle. Yli sadan hengen ryhmille on kesäaikaan tarjolla juhlateltoa. (Ruutin kartano 2009.) Kokouspäivään yritysasiakkaat yhdistävät Ruutin kartanossa usein ruokailun, kahvituksen ja saunan, sekä osa asiakkaista myös TYKY-aiheisia aktiviteetteja. Ruutin kartanon

kokousvieraat ovat lähinnä lähikaupunkien Vaasan ja Seinäjoen yrityksistä, pääpainon ollessa Vaasan yrityksissä. Vaasan ja Laihian välimatka on noin 24 kilometriä, ja Seinäjoen ja Laihian puolestaan 55 kilometriä, joten Vaasan suurempi asiakasosuus selittyy paljolti sillä.

2.1.3 Juhlapalvelut

Juhla- ja ruokapalvelut ovat tarjolla sekä yksityisille ihmisille erilaisten juhlapäivien viettoon että yritysasiakkaille kokousten ja virkistyspäivien ohjelman lomaan. Yksityiset ihmiset järjestävät kartanossa muun muassa syntymäpäiviä, häitä, rippijuhlia, ristiäisiä ja läksiäisiä. Sisätiloissa tuvissa ja kamareissa mahtuu vuoden ympäri ruokailemaan 60 hengen ryhmä. Kesällä terrassin ja juhlateltan ollessa käytössä niiden pöytiin mahtuu lisäksi istumaan jopa 120-150 henkeä. Erityisesti hääjuhlissa on käytössä myös tanssilato. Ruokailun menut juomineen sekä ohjelma räätälöidään tilaajan toiveiden mukaisesti emännän avustuksella. (Ruutin kartano 2009.) Suurin osa juhla- ja tilausruokailuvieraista tulee omasta maakunnasta, mutta jonkin verran on myös ryhmämatkalaisia muualta Suomesta. Muualta tulevat ryhmämatkalaiset poikkeavat usein matkan varrella Ruutin kartanossa syömässä, ja jatkavat siitä sitten matkaansa eri kohteita kierellen. Tällaiset ryhmämatkalaiset ovat Ruutin kartanossa usein erilaisia eläkeläisjärjestöjä tai muita yhdistyksiä.

Ruutin kartano on markkinoinnissaan pyrkinyt tuoman esille, että heidän kartanonsa on erilainen vaihtoehto aitoa maalaistunnelmaa etsiville. Erityisesti ulkomaalaisille ja kaupungeista tuleville vieraille maalaisympäristö on jo sinällään elämys. Kun nykyään kaupungeissa asuvilla ei välttämättä enää ole luontaisia yhteyksiä maataloille, pyrkii matkailumaatila korvaamaan entisajan ”mummolan” kaikilla aisteilla. Ruutin kartanolla on myös Maakuntien Parhaat ja Palvelua sydämellä -laatumerkit. (Ruutin kartano 2009.)

2.2 TYKY-toiminta

TYKY on lyhenne sanoista työkykyä ylläpitävä toiminta. TYKY-toiminnalla tarkoitetaan siis työkyvyn ylläpitoon ja työssäjaksamiseen tähtäävää toimintaa. TYKY-hankkeita ja ohjelmia järjestetään työpaikoilla. (Verhelä & Lackman 2003, 142.) Tyypillisesti TYKY-päivät ovat päivän tai kahden mittaisia, mutta myös viikon mittaisia, perusteellisempia TYKY-kursseja järjestetään. Näihin viikon kestäviin TYKY-kursseihin liittyy lisäksi kuntoremonttitilaisuus, joka on viikonlopun tai parin päivän mittainen kertaus ja seurantatapaaminen (Verhelä & Lackman 2003, 143). Terveiden edistäminen työpaikoilla (Workplace Health Promotion) on useimmissa Euroopan maissa vakiintunut käsite, joka vastaa suomalaista TYKY-toiminnan käsitettä, mutta myös laajemmin terveyden edistämistä (Työterveyslaitos 2007).

2.2.1 TYKY-toiminnan alkutaival

Työkykyä ylläpitävä toiminta on suomalainen innovaatio. Se sai alkunsa vuonna 1989 kun keskeiset työmarkkinajärjestöt sopivat tulopoliittisen sopimuksen yhteydessä suosituksesta TYKY-toiminnan järjestämiseksi työpaikalla. TYKY-toiminta sisällytettiin 1990-luvun alkupuolella myös työterveyshuoltosäännöksiin, ja siitä tuli täten osa työterveyshuollon lakisääteistä sisältöä. Myöhemmin TYKY-toimintaa on ryhdytty toteuttamaan myös osana työsuojelua ja henkilöstön kehittämisohjelmia. TYKY-toiminnan tavoitteeksi määriteltiin alussa seuraava: ”Puututaan mahdollisimman varhain ja ennaltaehkäisevästi niihin tekijöihin ja olosuhteisiin työssä, työympäristössä ja työntekijän terveydessä ja toimintakyvyssä, jotka jatkuessaan johtaisivat työkyvyttömyyteen.” Tällä tavoin pyrittiin tukemaan ikääntyvän työntekijän työkyvyn säilymistä siten, että ennaikaiselle työkyvyttömyyseläkkeelle siirtyminen ei olisi ainoa vaihtoehto työkuormitustilanteissa. (Työterveyslaitos 2007.)

TYKY-toiminta alkoi työpaikoilla suhteellisen hitaasti. Suurimpana syynä tähän oli, että toiminnan toteuttamiseen tarvittavia käytännön menetelmiä ei oltu vielä kehitetty sopimuksen solmimisen aikaan. Työkykyindeksin lisäksi luotiin ns. ”kolmiostrategia”, joka pyrki laaja-alaisen TYKY-toiminnan kehittämiseen (ks. kuvio 2, s. 17). Parhaimpaan tulokseen työkyvyn kannalta päästään, kun samanaikaisesti ja koordinoitusti kehitetään työntekijän terveyttä ja toimintakykyä, työympäristön terveellisyyttä ja turvallisuutta ja työyhteisöä. (Työterveyslaitos 2007.)

TYKY-toiminnan käytännön toimenpiteiden keskeisiä kohteita ovat työn ja työympäristön kehittäminen, työyhteisön ja työorganisaatioiden toimivuuden parantaminen sekä työntekijän terveyden ja ammatillisen osaamisen edistäminen. Työterveyshuoltolaissa (1383/2001) korostetaan myös toiminnan suunnitelmallisuutta ja tavoitteellisuutta sekä työterveyshuollon osuutta työ- ja toimintakyvyn edistäjänä. (Työterveyslaitos 2007.)

TYHY eli työhyvinvointi liittyy myös läheisesti TYKY-toimintaan. TYHYssä kiinnitetään huomiota koko työyhteisön ilmiöihin, kuten koettuun hyvinvointiin ja työyhteisön toimivuuteen. Hyvinvoivan työyhteisön tunnusmerkkejä ovat mm. luottamuksen ilmapiiri ja oikeudenmukaisen kohtelun kokemukset. TYHYn johtamisessa otetaan huomioon strategisissa valinnoissa ja käytännön päätöksenteossa ne seikat, jotka edistävät työntekijän terveyttä ja hyvinvointia sekä ehkäisevät ja poistavat terveyttä vaarantavia tekijöitä. (Työterveyslaitos 2007.)

2.2.2 TYKY-toiminnan tavoitteet

TYKY-toiminnassa ovat mukana työnantaja, työntekijät sekä työpaikan yhteistyöorganisaatiot kuten työterveyshuolto. Nämä tahot pyrkivät yhteistyössä edistämään ja tukemaan jokaisen työelämässä mukana olevan työ- ja toimintakykyä hänen työuransa kaikissa vaiheissa. Kun TYKY-toimintaa toteutetaan ammattitaitoisesti ja pitkäjänteisesti, se tukee osaltaan työssä jaksamista ja työkyvyn säilymistä sekä ehkäisee työkyvyttömyyttä. Samalla se parantaa yritysten kannattavuutta ja toimintakykyä kestäväällä tavalla, kun muun muassa sairaspöissaolut vähentyvät. Työkykyä arvioidaan suhteuttaen ihmisen voimavarat työn vaatimuksiin. Voimavarat käsittävät terveyden ja toimintakyvyn, koulutuksen ja osaamisen, arvot ja asenteet sekä motivaation ja työtyytyväisyyden. Voimavarojen tarve riippuu työn ruumiillisista ja henkisistä vaatimuksista, työympäristöstä ja työyhteisöstä. (Työterveyslaitos 2007.)

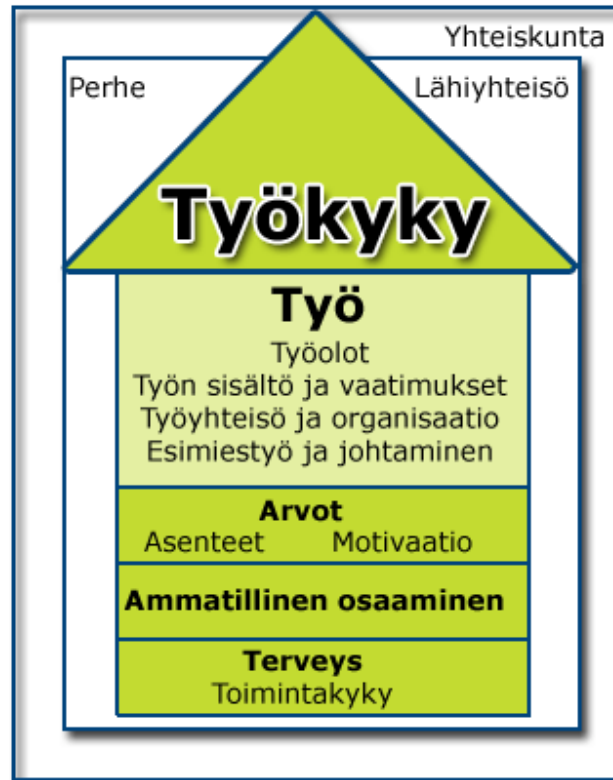
Työkykyä ylläpidetään myös kaikilla ihmisen toiminnan tasoilla. Fyysisen kunnon osalta pyritään kehittämään työntekijän lihaskuntoa, kestävyyttä, motoriikkaa ja liikunnallisia valmiuksia. Henkisen kunnon ylläpitämiseksi voidaan opetella rentoutumista sekä harjoitella elämän hallintaa ja muutoksiin sopeutumista. Tavoitteena on jaksaminen työssä ja elämässä yleensä sekä sopeutuminen muutoksiin. Myös ihmisen sosiaaliseen kuntoon kiinnitetään huomiota. Sen ylläpitämiseksi perehdytään yhteistoimintaan ja yhteistyöhön muiden kanssa sekä vuorovaikutukseen ja sen merkitykseen ihmisten välisessä kanssakäymisessä. (Verhelä & Lackman 2003, 142.)

Nämä aihepiirit liittyvät myös ohjelmalveluihin, sillä suurin osa ohjelmista toteutetaan matkustamisen yhteydessä. Ohjelmien on tarkoitus olla kuntoutusasteeltaan kevyitä, toiminnallisia harjoituksia, leikkejä ja pelejä, joiden ohjaajat ja osaajat ovat joko terveydenhoitoalan ammattilaisia tai majoitusliikkeissä tai matkailukeskuksissa toimivia lomaohjaajia tai muita ohjaajia. (Verhelä & Lackman 2003, 143.)

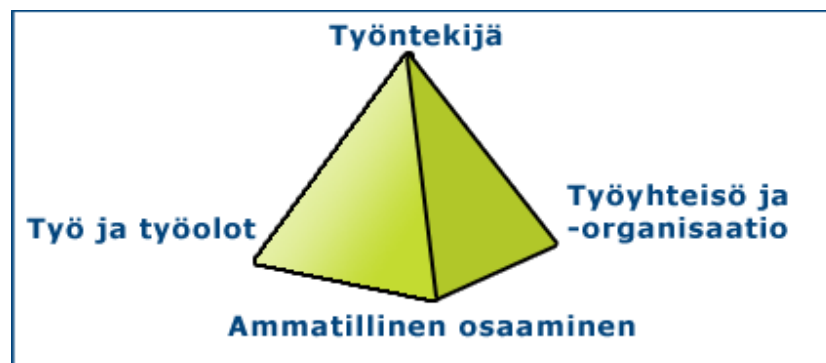
2.2.3 Työkykymalli

Professori Juhani Ilmarinen on kehittänyt Työkyky-talomallin, jossa työkykyä kuvataan symbolisesti talon muodossa (ks. kuvio 1, s. 17). Malli perustuu tutkimuksiin, joissa on selvitetty työkykyyn vaikuttavia tekijöitä. Työkykytalo koostuu neljästä kerroksesta, joista kolme alimmaista kuvaavat yksilön henkilökohtaisia voimavaroja ja neljäs kerros itse työtä ja työoloja. Alimpana kerroksena ja siten talon perustana on terveys ja toimintakyky. Tähän kerrokseen kuuluvat fyysinen toimintakyky, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky sekä terveys. Nämä tekijät muodostavat yhdessä työkyvyn perustan. (Ilmarinen, Työterveyslaitos 2007 mukaan.) Tämän kerroksen tekijöihin pystyy yhdistämään myös TYKY-toiminnan. Sekä fyysistä, psyykkistä että sosiaalista toimintakykyä voidaan vahvistaa TYKY-aktiviteettien avulla ja kaikki nämä tekijät vaikuttavat myös terveyteen omalta osaltaan.

Toisen kerroksen muodostaa ammatillinen osaaminen. Sen perustana ovat peruskoulutus sekä ammatilliset tiedot ja taidot. Tietojen ja taitojen jatkuva päivittäminen eli ns. elinikäinen oppiminen on tärkeää. Kerroksen merkitys on nykyisin korostunut, koska uusia työkykyvaatimuksia ja osaamisen alueita syntyy jatkuvasti kaikilla toimialoilla. (Ilmarinen, Työterveyslaitos 2007 mukaan.) Näistä tekijöistä peruskoulutus ja ammatillisen koulutuksen tiedot ovat työntekijän itsensä vastuulla. Enimmäkseen työpaikan vastuulle kuuluu työntekijän jatkokoulutus tietojen ja taitojen suhteen sekä kurssitus uusiin asioihin. Ammatillinen osaaminen kuuluu yhtä lailla yrityksen laaja-alaiseen TYKY-toimintaan. Tätä kuvataan myös laaja-alaiseen TYKY-toiminnan kehittämiseen luodussa ”kolmiostrategian” mallissa (ks. kuvio 2, s. 17). TYKY-aktiviteetteihin tällaista ammatillista koulutusta ei voi liittää, mutta työssäjaksamista tarvitaan myös tällaisessa toiminnassa, ja sitä voidaan oppia esimerkiksi TYKY-päivään sisältyvällä luennolla. Myös fyysisen kunnon ylläpito luo osaltaan edellytyksiä työssäjaksamiseen.



KUVIO 1. Työkyky-talomalli (professori Juhani Ilmarinen, Työterveyslaitos 2007 mukaan)



KUVIO 2. TYKY-kolmio (Työterveyslaitos 2007 mukaan)

Työkyky-talomallin kolmas kerros koostuu arvoista, asenteista ja motivaatiosta. Tässä kerroksessa esille nousee myös työelämän ja muun elämän yhteensovittaminen. Omat

asenteet työntekoon vaikuttavat suurelta osin työkykyyn. Jos työ koetaan mielekkäänä ja sopivan haasteellisenä, se vahvistaa työkykyä. Mikäli työ taas on pakollinen osa elämää eikä vastaa omia odotuksia, se heikentää työkykyä. Iän myötä työ- ja eläkeasenteet muuttuvat ja voivat johtaa työelämästä luopumiseen tai ennenaikaiseen syrjäytymiseen. (Ilmarinen, Työterveyslaitos 2007 mukaan.) Tässäkin kerroksessa työssäjaksamisella on osansa. Työelämän ja muun elämän yhteensovittaminen sopii myös TYKY-luennon aiheeksi.

Itse työ kuuluu talon neljänteen kerrokseen. Kerros sisältää konkreettisen työpaikan, työn ja työolot, työyhteisön ja organisaation sekä esimiestyön ja johtamisen. Esimiehet ja johtajat ovatkin siinäkin mielessä tärkeä osansa tätä kerrosta, että juuri heillä on valta ja velvollisuus organisoida ja kehittää työpaikan TYKY-toimintaa. (Ilmarinen, Työterveyslaitos 2007 mukaan.) TYKY-päivän aktiviteeteilla on tässä kerroksessa mahdollista vaikuttaa ainakin työyhteisöön parantamalla sen ilmapiiriä ja ihmisten välisiä suhteita. Työpaikalla voidaan puuttua muihin asioihin, kuten työoloihin, osana työpaikan TYKY-toimintaa.

Ilmarisen mukaan työkyvyssä on kysymys ihmisen voimavarojen ja työn välisestä yhteensopivuudesta ja tasapainosta. Työkykytalon toimivuudeksi kaikkien kerrosten on tuettava toisiaan. Ihmisen ikääntyessä alemmissa, yksilön voimavaroja kuvaavissa kerroksissa tapahtuu merkittäviä muutoksia. Neljäs kerros, työ, muuttuu nopeasti eikä aina ota riittävästi huomioon ihmisen edellytyksiä vastata muutoksiin. Usein liian raskaaksi kasvanut neljäs kerros painaa alempia kerroksia huonoin seurauksin.

Talon kaikkia kerroksia tulee kehittää jatkuvasti työelämän aikana. Tavoitteena on, että kerrokset sopivat yhä yhteen ihmisen ja työn muuttuessa. Yksilö on luonnollisesti päävastuussa omista voimavaroistaan, mutta työnantaja ja esimiehet ovat puolestaan päävastuussa talon neljännestä kerroksesta: työstä ja työoloista. TYKY-toiminnassa eri osapuolten ja tukioorganisaatioiden (mm. työterveyshuolto, työsuojelutoimikunta) yhteistyö

tuottaakin parhaimman tuloksen. Työnantaja voi tukea monin eri tavoin yksilön voimavarojen kehittämistä. Työntekijä voi aktiivisesti osallistua sekä oman työnsä että työyhteisönsä hyvinvoinnin edistämiseen. Työkykytaloa ympäröi myös perheen, sukulaisten ja ystävien verkostot. Yhteiskunnan rakenteet ja säännöt vaikuttavat myös yksilön työkykyyn. Vastuu yksilön työkyvystä jakaantuu lopulta sekä yksilön, yrityksen että yhteiskunnan kesken. (Ilmarinen, Työterveyslaitos 2007 mukaan.)

TYKY-toiminta on siis hyvin laaja käsite. Työpaikoilla toteutettava TYKY-toiminta sisältää useita erilaisia osakokonaisuuksia, joita voi ja kannattaa kehittää ja ylläpitää. TYKY-päivät aktiviteetteineen ovat vain yksi kokonaisuus varsinaisesta laaja-alaisesta TYKY-toiminnasta. Ne ovat kuitenkin usein työntekijöille varmasti se mukavin, rennoin ja muistettavin TYKY-toiminnan muoto. Tässä työssä keskitytään TYKY-päivän aktiviteetteihin ja selvitetään, mitä TYKY-asiakkaat päiväänsä mieluiten haluavat.

2.2.4 Härmän kuntokeskus esimerkkitapauksena

Luvun alussa mainittuja pitempiä TYKY-kursseja järjestävät esimerkiksi kuntokeskukset. Tästä esimerkkinä on muun muassa Härmän kuntokeskus Ylihärmässä Etelä-Pohjanmaalla (Härmän kuntokeskus 2009). Kyseinen kuntokeskus järjestää Kuntoremontin nimellä kuuden päivän mittaisia Kuntoremonttijaksoja, jotka voi myös jakaa kahden päivän jaksoihin kolmelle eri kerralle. Lisäksi yritys järjestää perinteisiä TYKY-päiviä, sekä tarjoaa myös TYHY- eli työhyvinvointipalveluja.

Kuntokeskuksen kotisivuilla mainitaan myös Kelan myöntämästä kuntoutusrahasta (Kela 2009), jota voi hakea etukäteen kuntoutusjaksoa varten. Lisäksi kuntokeskus solmii yritysten kanssa ”Liikuntasopimuksia”, joita yritykset voivat tarjota työntekijöilleen.

Tällöin työntekijät voivat käydä kuntokeskuksessa harrastamassa liikuntaa omalla ajallaan yrityksen maksaessa liikuntapalveluista. Toisena vaihtoehtona ovat ”Liikuntasetelit”, jotka ovat kahden tai neljän euron arvoisia, ja niitä voi käyttää muun muassa kylpylä-, kuntosalija liikuntapalveluihin sisältäen myös ohjatut ryhmäliikuntapalvelut. Myös luennoitsijapalveluita tarjotaan TYKY-päivien ohjelmaan. Kysytyimpinä aiheina heidän mukaansa ovat työssäjaksaminen, ergonomia, kunnon kehittäminen ja terveellinen ravinto. (Härmän kuntokeskus 2009.) Liikuntaseteleiden tapaisia alennusseteleitä tarjoavat yleisesti useat erilaiset yritykset. Erilliset TYKY-Kuntosetelit soveltuvat sekä liikunnan että kulttuurin harrastamiseen. Tällaisia ”TYKY-Kuntoseteli” ja ”TYKY-Kuntoseteli+” -nimisiä seteleitä myy valtakunnallisesti mustasaarelainen RJ-Kuntoiluseteli Oy. Jälkimmäisessä setelissä on mukana sekä liikunta että kulttuuri, ensimmäisessä ainoastaan liikunta. Seteli on yrityksille myös verovähennyskelpoinen. (TYKY-kuntoseteli 2009.)

2.2.5 TYKY-toiminta Ruutin kartanossa

Ruutin kartanon TYKY-asiakkaat ovat siis pääasiassa kaupunkilaisia yrityksiä. Tiedustelut TYKY-päivistä tulevat sähköpostitse ja puhelimitse. TYKY-päivän ohjelma räätälöidään aina asiakkaan toiveiden mukaan, ja Ruutin kartanon emännällä on tarjota erilaisia ohjelmaehdotuksia. Verhelä ja Lackman (2003, 77) painottavat, että ohjelmapalvelun osanottajat ja heidän toiveensa on pyrittävä selvittämään etukäteen mahdollisimman tarkkaan. Ruutin kartanon TYKY-asiakkaat ovat kohderyhmänä hyvin samankaltaisia, mutta toki TYKY-ohjelmaa räätälöidään aina tapauskohtaisesti, tarpeen mukaan. Asiakkaiden toiveita puolestaan kartoitettiin tässä työssä yrityksille tehdyn sähköisen kyselyn avulla (ks. Liite 1, kysymykset 6-7 ja 11-12). Lopulliseen toteutukseen eli aktiviteetteihin vaikuttavat asiakkaan toiveiden ohella myös muun muassa ryhmän koko, taidot, kunto ja motivaatio.

Suunnittelussa on huomioitava myös aikatekijät. Vuodenaika ja vuorokaudenaika vaikuttavat ohjelman toteutukseen samoin ohjelman keston tarvittava aika. (Verhelä & Lackman 2003, 78.) Kyselyssä tiedusteltiin täten myös TYKY-päivän aikarajoitteita ja -toiveita sekä yleistä TYKY-päivän ajankohtaa kuukauden tarkkuudella (ks. Liite 1, kysymykset 8-10). Suurin osa TYKY-asiakkaista käy omistajan havaintojen mukaan Ruutin kartanossa keväällä tai syksyllä, joten myös sään vaihtelut on otettava osittain huomioon. Verhelä ja Lackman (2003, 78) mainitsevat sään vaikuttavan merkittävästi erityisesti luontomatkailuohjelmalveluiden onnistumiseen. Koska luotettavia sääennusteita ei kovin pitkälle ajalle voi saada, jää sään vaikutuksen huomioiminen pakosta viimeisiin päiviin ennen tapahtumaa. Ruutin kartanossa aktiviteetit ovat pitkälti ulkotiloihin painottuvia, mikä on haaste TYKY-päivän onnistumiselle. Joskus on tietenkin pakko keksiä korvaavaa toimintaa sisätiloihin, mutta sen suhteen aktiviteettien mahdollisuudet hieman vähenevät. TYKY-päivät pyritäänkin aina pitämään ainakin osittain ulkona.

Nykyiset aktiviteetit ovat yksinkertaisia ja melko itseohjautuvia, koska kartanon normaalihenkilökuntaan kuuluvat vain talon emäntä ja isäntä. Pihapiirissä on ollut erilaisia ”Maajussimeiningeiksikin” kutsuttuja pelejä ja leikkejä, kuten saappaan heittoa ja mölkyn peluuta (Ruutin kartano 2009). Lähimetsässä olevaa luontopolkua on voinut käydä kiertämässä joko rastitehtävien kera tai ilman. Myös sauvakävely onnistuu talon omilla välineillä. Pääasiallisena ideana maatilan TYKY-ohjelmassa on pidetty yksinkertaisen hauskaa reippailua ja yhdessä tekemisen iloa (Ruutin kartano 2009). Yhteistyöyritysten avulla TYKY-asiakkaille on pystytty tarjoamaan myös muun muassa savitöiden tekoa sekä hierontaa ja kasvohoitoja saunomisen ohessa. Ruokailu ja saunominen kuuluvat usein TYKY-asiakkaiden ehdottomiin toiveisiin. Erilaisia ruoka- ja kahvihetkiä on ollut mahdollista toteuttaa luontopolun varrella olevalla laavulla tai kartanon pihapiirissä olevassa aitassa vaikkapa nokipannukahvien ja tikkupullien merkeissä. Ruutin kartanon TYKY-tarjonnassa mahdollisuuksien kirjo on laaja, koska monenlaisia aktiviteetteja voi järjestää vuokravälinein ja myös erityisiä ohjaajia palkkaamalla. Räätelöiden pystytään tekemään erilaisia ehdotelmia hintojen kera.

Tämän työn tarkoituksena onkin antaa uusia ideoita Ruutin kartanon TYKY-tarjontaan. Ohjelmaehdotuksien kokoaminen erilaisiksi pakettivaihtoehdoiksi sopivien nimien kera helpottaisi ohjelman tarjoamista asiakkaalle. Toimeksiantajan toiveissa eivät ole tarkat hintatiedot tai liiallinen resurssien miettiminen, vaan hän on halukas muotoilemaan ohjelmat ja hinnat itse yritysasiakkaalle tapauskohtaisesti, kunhan itse idea tuotteeseen on olemassa. Täten suunnitteluprosessin vaiheista (Verhelä & Lackman 2003, 76) ideointi ja tuotteistaminen ovat minun vastuullani, kun taas tuotteen testaus, hinnoittelu ym. jäävät Ruutin kartanon omistajan vastuulle. Aktiviteeteissa toivotaan otettavan huomioon maaseutumainen miljö ja rauhallinen ilmapiiri. Toisin sanoen meluisat ja ei-luontoystävälliset aktiviteetit, kuten mönkijäajelut eivät kuulu Ruutin kartanon TYKY-päiviin. Sekä Ruutin kartanon omistajat että TYKY-asiakkaat näkevät asian samoin. Maaseudulle tullaan enemmänkin rauhallisuuden, rentouden ja puhtaan luonnon vuoksi. Vauhdikasta kurvailua toivoessaan asiakkaat hakeutuvat automaattisesti esimerkiksi karting-radoille.

3 KYSELYLOMAKE JA VASTAAJAT

Tässä luvussa kerrotaan aluksi kyselyn lähtökohdista, kuten kyselyn rakenteesta, jakelusta ja vastaajamääristä. Lisäksi profiloidaan vastaajia heidän antamiensa vastausten pohjalta. Kyselyn kohdat 1-5 sekä 8-10 analysoidaan siis tässä luvussa. Kohtien 6-7 ja 11-12 analyysi on luvussa neljä.

3.1 Kyselyn toteutus

Asiakkaille mieluisimpien TYKY-aktiviteettien selvittämiseksi päätin tehdä asiakasyrityksille sähköisen kyselylomakkeen sekä suomeksi (liite 1) että ruotsiksi (liite 2). Ruotsinkielinen versio oli aiheellinen, koska lähikaupungeista etenkin Vaasa on hyvin kaksikielistä aluetta. Vuoden 2007 lopussa Vaasan väestöstä 24,8 % oli ruotsikielisiä (Vaasa 2008). Englanninkielisen lomakkeen tarpeen arvioin melko vähäiseksi, koska vain muutamalla kyselyn yrityksistä on ulkomaista työvoimaa. Lisäksi TYKY-aiheinen sanasto aiheutti runsaasti töitä jo ruotsinkielisen version kohdalla. Lomakkeessa kysyttiin perustietojen ja erityyppisten aktiviteettien suosittuuden lisäksi TYKY-päivän aikaresursseista ja -toiveista, TYKY-päivän yleisimmästä ajankohdasta, kiinnostuksesta luentoihin, ja lopuksi sai vielä esittää ajatuksia, ehdotuksia ja toiveita maaseudulla tapahtuvan TYKY-päivän ohjelmaan. Kahdestatoista kysymyksestä neljä oli avoimia, kuusi monivalintaisia, rasti ruutuun -tyyppisiä ja kaksi, joissa käytettiin numerointia.

Sähköinen kyselymuoto tuli mieleen melko alkuvaiheessa, koska monet Ruutin kartanon TYKY-asiakkaista olivat jonkinasteisia toimistotyöntekijöitä, ja kyselyn levitys sähköpostitse oli täten sujuvaa. Lähetekirjeen tekstissä (liite 3) mainittiin, että kysely on

saatavissa työpaikoille myös paperisena versiona mikäli tarvetta ilmenee ja sopiva paikka löytyisi vaikkapa työntekijöiden taukotilasta. Yksikään yritys ei kuitenkaan tiedustellut paperisen version perään, vaan kaikki vastaukset tulivat sähköisinä. Lähetekirjeen teksti oli viestissä sähköpostikentässä sekä suomeksi että ruotsiksi, ja molempien tekstien jälkeen oli linkki vastaussivulle. Kyselyn lopussa oli myös arvontaosio, johon sai jättää yhteystietonsa halutessaan. Samaisista tiedoista pystyin IP-osoitteiden perusteella päättelemään mitkä vastaukset olivat mistä yrityksistä ja kaupungeista myös niissä vastauksissa, jotka eivät olleet yhteystietojaan jättäneet. Suuri osa vastaajista kuitenkin osallistui arvottavan ja työpaikalle toimitettavan Kartanon juhlakakun arvontaan, ja täten jättivät myös tietonsa.

Kyselyä jaettiin yhteensä 36:lle yhteyshenkilölle 32:een eri yritykseen. Nämä yhteyshenkilöt levittivät kyselyä edelleen yritysten työntekijöille. Ruutin kartanon omistaja halusi itse koota yrityslistan yritysrekisteristään. Kahdessa yrityksessä mahdollisia kyselyyn vastaavia osastoja oli useampia, toisessa neljä ja toisessa kaksi. Yrityksistä ja osastoista 25 oli aiemmin Ruutin kartanossa TYKY-päivää viettäneitä. Näistä 11 osastoa vastasi kyselyyn. 11 osastoa puolestaan oli joskus tiedustellut Ruutin kartanon TYKY- tai kokouspalveluista, mutta he eivät olleet vierailleet Ruutin kartanossa asiakkaina. Näistä osastoista kuusi vastasi kyselyyn. Kyselyä välitettiin varta vasten sekä Ruutin kartanon nykyisille yritysasiakkaille että niille, joille paikka ei ollut entuudestaan tuttu. Näin pyrittiin saamaan erilaista näkökulmaa myös vastauksiin. Yhteensä 36:sta osastosta 18 eli tasan puolet päätyi vastaamaan kyselyyn. Vastauksia tuli näistä yrityksistä yhteensä 135, ja kaikki vastaukset otettiin mukaan tutkimukseen. Vastanneiden yritysten joukossa oli teollisuuden alan, pankki- ja vakuutusalan yrityksiä, seurakuntia, liikennöintiin liittyviä yrityksiä, työ- ja elinkeinotoimiston yksiköitä, hyväntekeväisyysjärjestö, sairaala, ohjelmistotalo ja alueellinen tietoliikenneyhtiö. Yrityksistä suurin osa ei halunnut yrityksen nimeä mainittavan tässä opinnäytetyössä, joten siksi yritysten nimiä ei mainita lainkaan.

Kyselyn jakelumäärä oli yrityksissä yhteensä noin 610 vastaajaa, joten täten vastausprosentiksi 135:llä vastauksella tuli 22 %. Tavoitteena oli 80 vastaajan alaraja, sillä Ruutin kartano on kuitenkin pienyritys. Tavoite ylittyi siis hienosti. Vastausaikaa kyselyssä

oli kaksi viikkoa. Kyselyn ajankohta lokakuussa sopi myös hyvin yhteen, sillä syksy on kevään ohella suosittua TYKY-päivien viettoaikaa.

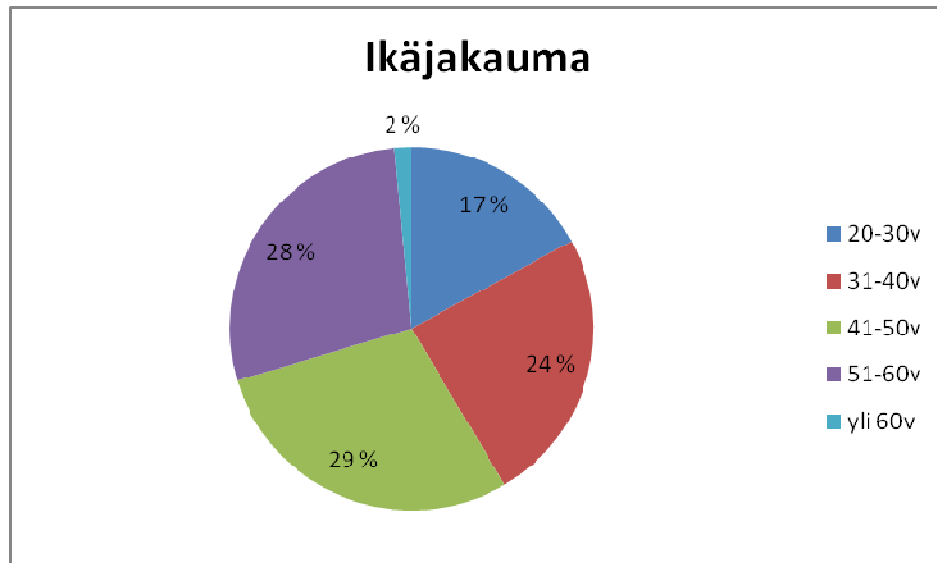
3.2 Vastaajien profilointi

Seuraavaksi siirrytään itse vastaustuloksiin ja aloitetaan profiloimalla vastaajat. Analyysin toinen osio, aktiviteetteihin liittyvien kysymysten analysointi on luvussa neljä. Seuraavissa alaluvuissa käydään läpi vastaajien perustietoja ja TYKY-päivää rajoittavia tekijöitä.

3.2.1 Vastaajien ikä ja sukupuoli

Kyselylomakkeen laadinnassa on perusohjeena, että yleisimmät ja helpoimmin vastattavat kysymykset sijoitetaan lomakkeen alkupuolelle ja tarkemmat loppuun. Alkukysymyksissä kartoitetaan vastaajia koskevia perustietoja, kuten ikä ja sukupuoli. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2000, 190.) Sukupuoli ja ikä kysyttiin tässäkin kyselyssä ensimmäisinä kysymyksinä. Ikä oli rajattu 10 vuoden jaksoihin siten, että vaihtoehtoina olivat alle 20, 20-30, 31-40, 41-50, 51-60 ja yli 60 vuotta. Iän ilmoittaminen voi joillekin olla arka asia, ja valmiit vastausluokat helpottavat tätä ongelmaa (Hirsjärvi ym. 2000, 190). Tarkempaan iänmääritykseen en myöskään nähnyt tarvetta, koska TYKY-ryhmät ovat yrityksen työntekijöistä koostuessaan usein hyvin moni-ikäistä väkeä. Iän tiedustelu antoi kuitenkin hieman lisätietoa vastaajista ja mahdollisti myös vastausten selittämisen ja vertailun ikäryhmittäin.

Vastaajista 69 % (93) oli naisia ja 31 % (42) miehiä (liite 4). Miehetkin siis vastasivat kohtuullisen mukavasti. Osa kyselyyn vastanneista yrityksistä oli naisvoittoisia, mutta varsinkin isommissa yrityksissä työskentelee sekä naisia että miehiä. Yleisesti ottaen kyselyn sähköinen muoto varmasti helpotti entisestään vastaamista ja etenkin miesten kohdalla madalsi kynnystä osallistua kyselyyn.



KUVIO 3. Vastaajien ikäjakauma

Vastaajat olivat pääsääntöisesti 20-60 -vuotiaita (ks. kuvio 3, s. 27). Alle 20-vuotiaita ei ollut lainkaan ja yli 60-vuotiaita 2 %. Suurin osa vastaajista (29 %) oli 41-50 -vuotiaita ja lähes yhtä paljon, 28 oli 51-60 -vuotiaita. Kolmanneksi eniten oli 31-40 -vuotiaita (24 %) ja 20-30 -vuotiaita oli heitäkin 17 %. Eri ikäluokat siis vastasivat mukavan monipuolisesti. TYKY näyttää olevan aiheena kaiken ikäisiä työntekijöitä kiinnostava, ovathan TYKY- ja virkistyspäivät varmasti mukavaa ohjelmaa työn lomassa. Laaja ikäkirjo toi täten hyvin monipuolisuutta myös vastauksiin.

3.2.2 TYKY-kohteiden yleisyys

Perustietoja keräävien alkukysymysten jälkeen kohdissa kolme, neljä ja viisi siirryttiin pääasiaan eli TYKY-aihepiiriin. Kohdassa kolme kysyttiin minkälaisessa kohteessa vastaaja oli yleisimmin ollut työyhteisönsä kanssa TYKY-päivillä. Tarkoitus oli nimenomaan selvittää yleisintä kohdetyyppiä mukaan lukien kaikki työpaikat, joiden TYKY-päiviin vastaaja oli osallistunut. Kohteet tyypiteltiin laajasti erilaisiksi vastausvaihtoehdoiksi, joita olivat kulttuurikohde (sisältäen esim. teatterin ja elokuvat), urheilukohde tai -aktiviteetti (esim. urheilukeskus, melonta, keilailu jne.), kylpylä tai hoitola, maaseutukohde ja joku muu, jossa oli myös lisäkysymys mikä. Tällä kysymyksellä halusin selvittää kuinka suosittu perinteinen liikuntapainotteinen TYKY-päivä on ja kuinka yleisiä ovat muunlaiset kohteet. TYKY-päiviä nimittäin tarjoavat ja mainostavat hyvin erilaiset yritykset. Suluissa olleet tarkennukset selvensivät vastaajalle minkä tyyppisiä kohteita vaihtoehdoilla esimerkiksi tarkoitettiin.

Oletukseni mukaan liikuntakohde tai -aktiviteetti -vaihtoehto oli selvästi suosituin kohdetyyppi 76 %:n enemmistöllä (103) (liite 5). 10 % vastaajista (14) oli valinnut kohdan joku muu. Neljä näistä vastaajista ei ollut osallistunut TYKY-päiviin ollenkaan. Kommentteina oli ”ei missään”, ”en ole ollut”, ”en ole osallistunut vielä (edellinen meni ohi yhteensattuman vuoksi)” ja ”en ole ollut”. Kahdessa jälkimmäisessä vastauksessa vastaaja oli 20-30 -vuotias nainen, joten nuori ikä selittää osaltaan sen, ettei vastaaja välttämättä vielä ollut ehtinyt osallistumaan yrityksen TYKY-päiviin. Nuoren vastaajan kohdalla työpaikka saattaa olla jopa ensimmäinen pitempiaikainen työsuhde, eikä TYKY-päiviä aina kovin pian satu kohdalle. Myös työpaikasta riippuu kuinka usein TYKY-päiviä järjestetään; kerran tai kaksi vuodessa vaiko harvemmin. Kaksi muuta vastaajaa olivat keski-ikäisiä, joten heidän kohdalleen TYKY-päiviä luulisi sattuneen. Arvailun varaan jää, onko syynä ollut oma kiinnostuksen puute vai työpaikan huono TYKY-toiminta-aktiivisuus. Näiden vastausten osa oli kuitenkin vain hyvin pieni kun ottaa huomioon 135 vastaajan määrän, mikä on positiivinen merkki TYKY-aktiivisuudesta.

Muissa tämän kohdan valinneissa vastauksissa mainittiin, että kaikkia vastausvaihtoehtoisissa mainittuja kohteita oli ollut tai kohteet olivat olleet erilaisia, eikä vastaaja osannut kai siksi valita yleisintä. Vastauksiksi oli myös mainittu yksinkertaisilta kuulostavat ”*ulkona kävelemässä*”, ”*ruokailu*”, ”*tutustumismatka johonkin kohteeseen*” ja lisäkysymyksiä herättävä ”*hotelli*”. TYKY-päivän monipuolisuutta osoittivat vastaukset ”*yhdistetty aktiviteettikohde + kulttuuri/ ruokailu*” ja ”*elämysravintolat*” yms.” Kaksi vastaajaa olivat jättäneet selityskohdan tyhjäksi.

Kulttuurikohteen yleisimmäksi mainitsi 7 % (9) vastaajista, maaseutukohteen 5 % (6) ja kylpylän tai hoitolan 2 % (3). Näiden kohteiden suosio oli siis vähäisempää, mutta kysymyksessähän tiedusteltiin nimenomaan yleisintä kohdetta. Maaseutukohde oli kuitenkin kylpylää ja hoitolaa yleisempi kohde, mikä oli kiinnostava havainto. Kyselyvastaajien alueella kuitenkin on tarjolla kylpylöitä, lähimpänä niistä Vaasan Tropiclandia.

Kysymyksissä neljä ja viisi kysyttiin ensin onko vastaaja ollut TYKY-päivillä maaseudulla, ja seuraavaksi onko vastaaja ollut TYKY-päivillä Ruutin kartanossa Laihialla. Laihia-lisäys oli tarpeen, koska yritys ei ole kaikille tuttu ja lisäksi Vaasassa on Ruukin Kartano -niminen hoitokoti, joka olisi voinut sekoittaa vastaajan mieltä. Vastaajista maaseudulla TYKY-päivää viettäneitä oli 44 % (60) ja ei-viettäneitä 53 % (71). Tyhjiä vastauksia oli neljä kappaletta (3 %). Maaseudun kohteistakin löytyy varmasti hajontaa, mutta tässä kysymyksessä ei tiedusteltu tarkkoja kohteita. Sen sijaan vastaustulos osoittaa, että kaupunkilaiset yritykset käyvät TYKY-päivillään sekä maalla että kaupungissa, ja ovat siis valmiita liikkumaan kohteen ja aktiviteettien mukaisesti. Ei-viettäneitä oli tässä kysymyksessä enemmistö, mutta silti maaseudulla TYKY-päivää viettäneitä löytyi heitäkin huomattava määrä. Ruutin kartanossa TYKY-päivää viettäneitä oli kyselyyn vastaajista ainoastaan 7 % (9) kun taas 92 % (124) ei ollut Ruutin kartanossa kyseisissä merkeissä vierailut. Tyhjiä vastauksia oli 2 (1 %). Alhainen määrä oli osittain odotettavissa, koska

kyselyyn vastanneista yrityksistä osa oli melko suuria ja osastoja oli useampia. Osa taas on saattanut vieraila kartanossa kokousasiakkaana, muttei nimenomaan TYKY-asiakkaana. Vastaukseen vaikutti ehkä myös se, minkä asiakas kokee kokous- ja minkä TYKY-päivänä, koska osittain niissä voi olla samankaltaista ohjelmaa, kuten saunomista, rentoutumista, yhdessäoloa ja ruokailu.

3.2.3 TYKY-päivän aikaresurssit ja ajankohta

Avoimissa kysymyksissä kahdeksan, yhdeksän ja kymmenen kartoitettiin aikaresursseja sekä ajankohtaa. Aikatekijät kuuluvat osaltaan matkailutuotteen suunnittelussa huomioon tekijöihin (Verhelä & Lackman 2003, 78). Aluksi kahdeksannessa kysymyksessä tiedusteltiin, kuinka paljon vastaaja toivoisi työryhmällään olevan aikaa käytettävissä TYKY-päivän ohjelmaan. Yhdeksännessä kysymyksessä kysyttiin kuinka paljon aikaa TYKY-ohjelmaan on yleensä käytettävissä työpaikan puolesta. Tarkoituksena oli kartoittaa onko TYKY-ohjelmaan käytettävissä oleva aika yleensä työntekijöiden mielestä riittävä, sopiva vai liian vähäinen. Ruutin kartanon omistajan mukaan työnantajat säätelevät yleensä TYKY-aktiviteetteihin käytettävän ajan melko tiukaksi ja jopa vähäiseksi. Täten TYKY-ohjelman pituus ei voi olla kovin pitkä. Toisekseen tarkoituksena oli ylipäänsä selvittää minkä pituisia TYKY-aktiviteetteihin käytettävät ajat ovat ja mitä vastaajat toivoisivat niiden olevan, koska ennakkokäsitykseni aikateemasta olivat hatarat. Kysymysten avoimuus mahdollisti vapaan vastaamisen mm. tuntien tai päivien asteikolla.

Kysymysten avoimuus toikin laaja-alaisesti vastauksia. Jos kohtien vastauksia vertaa ensin raa`asti keskenään, 65 vastaajaa (48 %) haluaisi TYKY-ohjelmaan käytettävän enemmän aikaa, kun toiveet ja todellisuus asetetaan rinnakkain. 42 vastaajan (31 %) mielestä käytettävissä oleva aika on riittävä ja toiveiden mukainen. Vähemmän aikaa TYKY-

ohjelmaan olisi valmis käyttämään vain 11 (8 %) vastaajista. TYKY-ohjelmalla on siis suosiota. Keskenään vertaamattomissa olevia vastauksia oli 17 (13 %).

Vastauksia oli tullut sekä numeerisessa että kirjoitetussa muodossa, mutta kaikissa puhuttiin tunneista tai päivistä. Tulosten perusteella päädyin rajaamaan vaihtoehdot puoleen päivään (1-4 tuntia), koko päivään (5-12 tuntia) ja muutama päivään (1,5-3 päivää). Kaksi ensimmäistä vaihtoehtoa olivat suosituimpia vastauksia. Eniten vastaajat toivoivat yhden päivän pituisia TYKY-päiviä. Vastaajista 72 % toivoi näin, mutta vain 45 % oli yleisesti viettänyt yhden päivän pituisia TYKY-päiviä. Puolen päivän pituuteen olisi tyytynyt vain 16 % vastaajista, mutta tämä vaihtoehto oli myös hyvin yleinen 37 %:n osuudella. Jopa muutaman päivän pituuteen olisi ollut innokkaita 11 % vastaajista, yleisimmän toiveen ollessa kaksi päivää. Todellisuudessa vain 3 % ilmoitti muutaman päivän yleiseksi TYKY-päivän pituudeksi. Yksi vastaaja mainitsi viikon yleiseksi pituudeksi muodossa ”*puoli pv tai viikon*”. Viikon pituiset TYKY-kurssit ovatkin varmasti harvinaisempia jo kustannustenkin takia. Kysymyksessä kahdeksan, jossa kysyttiin toiveaikaa, vain yksi vastaaja (0,7 %) oli jättänyt kohdan tyhjäksi. Kohdassa yhdeksän kysyttyä yleisintä aikaa jätti arvioimatta 14 % vastaajista. Osa heistä ei osannut sanoa yleisintä aikaa ja kaksi vastaajaa ei vielä ollut ollut mukana TYKY-päivissä.

Kohdassa kymmenen kysyttiin mihin aikaan vastaajat yleensä viettävät TYKY-päivää työryhmänsä kanssa. Vastausta pyydettiin 1-2 kuukauden tarkkuudella. Kuukausista ainoastaan tammikuu jäi täysin ilman kannatusta. 13 % vastaajista oli muotoillut vastauksensa kirjalliseen muotoon, mainitsematta tarkkaa kuukautta. He olivat käyttäneet lähinnä vuodenaikoja vastauksissaan. 8,5 % ei osannut sanoa mitään ajankohdasta, jotkut myös totesivat yksinkertaisesti, että ajankohta ”*vaihtelee*”. 78 % vastaajista ilmoitti kuitenkin tarkan kuukauden. Suosituimmaksi kuukaudeksi nousi toukokuu ja toiseksi suosituimmaksi syyskuu. Seuraavina tulivat lokakuu ja huhtikuu. Koska vastaukset näyttivät painottuvan vuodenaikojen mukaan, luokittelin vielä vastaukset niiden perusteella. Jaoin vuodenaajat sääolojen suhteen samankaltaisiin jaksoihin, jolloin kevät sisälsi maaliskuu-, huhti- ja toukokuun, kesä kesä-, heinä- ja elokuun, syys syys-, loka-, ja marraskuun ja

talvi joului-, tammi- ja helmikuun. Kun vastaukset jakaa näihin lohkoihin, ovat kevät ja syksy yhtä suosittu (42 %), kolmanneksi tulee kesä (14 %) ja viimeisenä on talvi (2 %). Selvät painopisteet keväällä ja syksyissä ovat siis nähtävissä sekä kuukausittain että vuodenaikojittain tarkasteltuna.

4 AKTIVITEETTIEN SUOSITTUUS

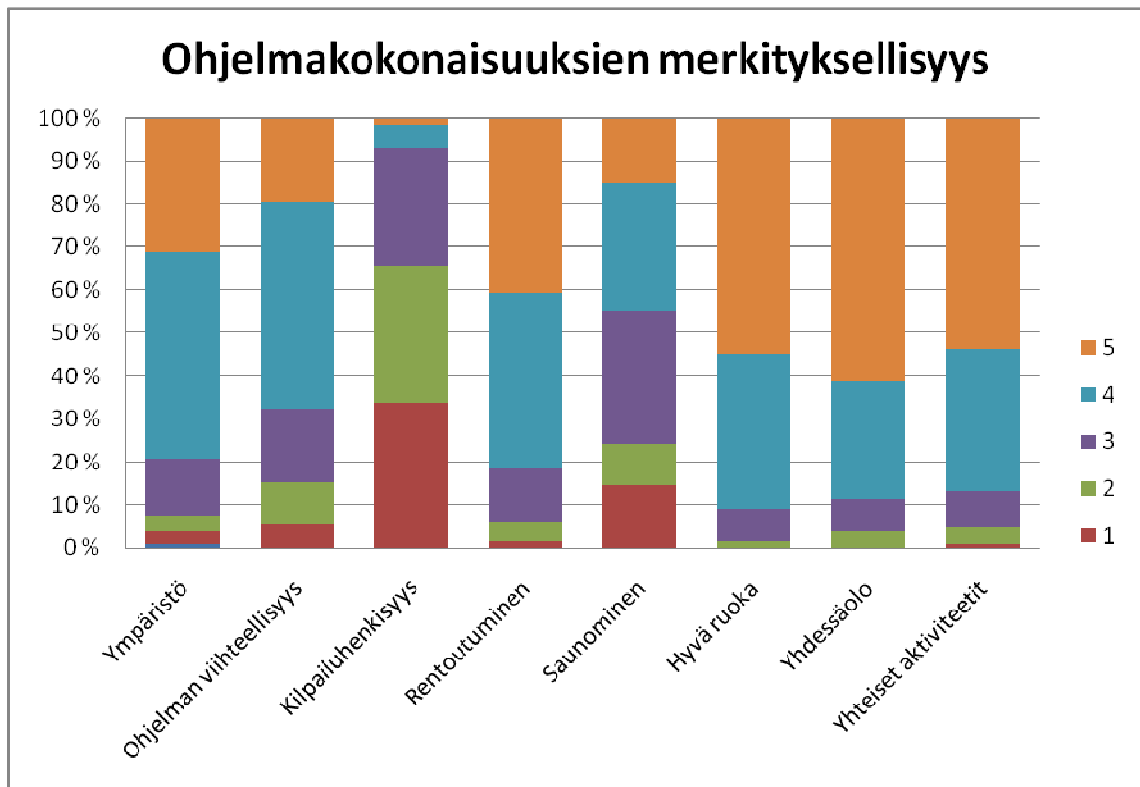
Neljännän luvun muodostavat kyselyn kohtien 6-7 ja 11-12 analysointi. Näissä kohdissa selvitetään eri aihepiirien merkityksellisyyttä TYKY-päivän ohjelmakokonaisuudessa, ja selvitetään myös tarkka suosittuusjärjestys. Lisäksi tiedustellaan TYKY-asiakkaiden luontoinnokkuutta. Lopuksi kootaan vielä yleisimmät ajatukset, ehdotukset ja toiveet koskien TYKY-päivän ohjelmaa.

4.1 Aihepiirien arviointi

Kysymykset kuusi ja seitsemän kohdistuivat suoraan erilaisiin TYKY-päivän ohjelmavaihtoehtoihin. Kohdassa kuusi aihepiirit piti numeroida luvuin 1-5 sen mukaan, kuinka merkityksellisinä koki kyseiset asiat onnistuneen TYKY-päivän ohjelmakokonaisuuden osalta. Numeroista 5 oli hyvin tärkeä, 4 melko tärkeä, 3 samantekevä, 2 melko merkityksetön ja 1 merkityksetön. Tämä kysymystyyppi perustuu asteikkoon eli skaalaan, ja sitä voi kutsua myös Likertin asteikoksi. Likertin asteikot ovat tavallisimmin 5- tai 7-portaisia, ja vaihtoehdot muodostavat nousevan tai laskevan skaalan. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2000, 187.) Kysymyksessä aihepiireinä olivat ympäristö ja siihen tutustuminen, luonto; ohjelman viihteellisyys, kisailut/kilpailut, tarinat; kilpailuhenkisyys (ajanotto kisailuissa, kilpailuasetelma aktiviteeteissa esim. joukkueiden kesken); rentoutuminen ja/tai hiljentyminen, oma hyvinvointi; saunominen; hyvä ruoka; yhdessäolo, ryhmähengen kohotus ja viimeisenä yhdessä tekeminen, yhteiset aktiviteetit.

Kohtia oli siis yhteensä kahdeksan ja ne pohjautuivat soveltaen Verhelän ja Lackmanin (2003, 93-191) ohjelmapalvelujen luokitukseen sekä normaalisti käytössä oleviin, TYKY-

aiheisiin aktiviteetteihin. Seuraavassa kuviossa ohjelmakokonaisuuksien saama arviointi näkyy yhdistetyssä kaaviossa (ks. kuvio 4, s. 35):



KUVIO 4. Ohjelmakokonaisuuksien merkityksellisyys vastaajille. (5=hyvin tärkeä, 4=melko tärkeä, 3=samantekevä, 2=melko merkityksetön, 1=merkityksetön)

Lähes kaikki aihepiirit koettiin merkityksellisinä, ainoastaan kilpailuhenkisyys koettiin suurilta osin melko merkityksettömänä tai merkityksettömänä. Samoin saunominen sai jonkin verran alhaisempia arvosanoja muihin aihepiireihin verrattuna, mutta se koetaan kuitenkin merkityksellisempänä kuin kilpailuhenkisyys. Ainoastaan hyvä ruoka ja yhdessäolo jäivät täysin ilman huonointa arvosanaa 1, merkityksetön. Eniten parasta arvosanaa 5 (hyvin tärkeä) keräsi yhdessäolo ja seuraavaksi eniten hyvä ruoka ja yhteiset aktiviteetit.

Ensimmäinen aihepiiri oli kokonaisuudessaan ”ympäristö ja siihen tutustuminen, luonto”. Melko tärkeäksi (4) ympäristön koki 48 % vastaajista, hyvin tärkeäksi (5) 31 %, samantekeväksi (3) 13 %, melko merkityksettömäksi (2) 4 % ja merkityksettömäksi (1) 3 %. Tyhjiä vastauksia oli 1 %. Ympäristöön siis ollaan valmiita tutustumaan ja se tuntuu olevan kiinnostava asia. Luonto on melko merkittävässä asemassa maatilalla tapahtuvassa ohjelmassa varmasti myös siksi, että ihmiset odottavat aktiviteettien tapahtuvan pääosin ulkona.

Aihepiiri ”ohjelman viihteellisyys ja siihen tutustuminen, kisailut/kilpailut, tarinat” kerää sekä eniten arvosanaa 4 (47 %). Seuraavina tulevat 5 (19 %), 3 (17 %), 2 (10 %) ja 1 (5 %). Tyhjiä vastauksia oli 1 %. Viihteellisyys koetaan siis pääosin melko tärkeäksi asiaksi.

Kolmas aihepiiri ”kilpailuhenkisyys” on tarkennettu suluissa olevalla selityksellä ”ajanotto kisailuissa, kilpailuasetelma aktiviteeteissa esim. joukkueiden kesken”. Tämä vaihtoehto kerää huomattavasti eniten negatiivisia pisteitä. Merkityksettömäksi (1) kilpailuhenkisyyden kokee 33 % vastaajista, ja lähes yhtä moni (31 %) melko merkityksettömäksi (2). Samantekeväkin (3) saa vielä 27 % äänistä. Melko tärkeä (4) saa enää 5 %:n kannatuksen ja hyvin tärkeä (5) 1 %:n. Tyhjiä vastauksia on 3 %. Kilpailuhenkisyys ei siis saa kovin suurta suosiota, tai ainakaan sitä ei koeta merkitykselliseksi. Aktiviteetteja on helppo rakentaa kilpailumuotoon, jolloin lajiin tulee hieman jännitettä ja vauhtia. Ruutin kartanon omistaja on kuitenkin havainnut, että kaikki eivät halua kilpailla aikaa ja toisiaan vastaan, koska kilpailuasetelma saattaa monilla olla läsnä jokapäiväisessä työelämässä. Aktiviteetit kannattaakin rakentaa niin, etteivät ne pohjautu liiaksi ajanottoon ja kilpailuasetelmaan, vaan ne voi suorittaa myös ilman ajanottoa, pelkkä suoriutuminen ja kenties uuden kokeminen tavoitteena. Tällöin muiden kannustuskin muuttuu hyvin positiiviseksi ja voi kohottaa osaltaan yhteishenkeä.

”Rentoutuminen” saa puolestaan runsaasti positiivisia arvosanoja 5 ja 4, molemmat 41 %. Samantekeväksi rentoutumisen merkityksen kokee 13 %, melko merkityksettömäksi vain 4

% ja merkityksettömäksi vain 1 % vastaajista. Tyhjiä vastauksia ei ole lainkaan. Kiireinen työelämä vaatiikin varmasti vastapainoksi rentoutumista, ja rauhallisessa maalaisympäristössä se onnistuu melko helposti. Wellness-ajattelu on muutenkin lähivuosina kasvattanut suosiotaan, mikä osoittaa, että ihmiset haluavat pitää huolta itsestään ja myös henkisestä hyvinvoinnistaan.

Saunominen on Ruutin kartanon omistajan mukaan ehdoton ohjelmanumero TYKY- ja kokousasiakkaiden toiveissa kun he tulevat viettämään päivää Ruutin kartanoon. Itse olin hieman varautuneempi asian suhteen. Kyselyvastausten pohjalta ”saunominen” arvioidaan pääasiassa samantekeväksi (30 %) tai melko tärkeäksi (29 %). Lähes saman suuruiset prosentit saivat myös seuraavina tulevat hyvin tärkeä (15 %) ja merkityksetön (14 %). Melko merkityksetön saa 10 % äänistä ja tyhjiä on 2 %. Tämä aihepiiri siis jakaa mielipiteitä kovasti. Ääripäät jäävät kuitenkin vaille suurinta suosiota. TYKY-päivää suunniteltaessa on tietenkin paljolti varaajasta kiinni, otetaanko saunominen mukaan ohjelmaan. Vaikka saunominen olisikin ohjelmassa, näiden vastausten pohjalta siitä voisi asiakkaille mainita enemmänkin tilaisuutena saunoa, kuin patistella siihen liikaa. Myös vaihtoehtoista ohjelmaa voisi sillä aikaa olla, mikäli kaikki eivät halua saunoa.

”Hyvä ruoka” saa odotetusti paljon positiivisia ääniä, ja se koetaan tärkeäksi asiaksi onnistuneen TYKY-päivän ohjelmakokonaisuuden osalta. Ääniä 5 ja 4 on selvästi eniten (54 % ja 36 %). Vain 7 % kokee hyvän ruoan samantekeväksi ja 1 % melko merkityksettömäksi. Viimeinen vaihtoehto 1 ei saa lainkaan ääniä ja tyhjiä ääniä on 1 %. Ruokaan kannattaa siis nähtävästi panostaa kunnolla, oli se sitten tuvassa nautittu pääateria tai kenties pienempi välipala esimerkiksi nuotiolla.

Kaksi viimeisintä aihepiiriä saavat melko samat prosenttiosuudet eri vaihtoehdoissa, ovathan ne hyvin lähekkäisiä aihepiireissään. Kohta ”yhdessäolo, ryhmähengen kohotus” koetaan hyvin tärkeäksi 61 %:n enemmistöllä ja melko tärkeä saa 27 %:n kannatuksen. Samantekevä saa ääniä 7 %, melko merkityksetön 4 % ja merkityksetön jää ilman ääniä.

Tyhjiä vastauksia on 1 %. ”Yhdessä tekeminen, yhteiset aktiviteetit” -aihepiirin kokee hyvin tärkeäksi 52 %. Seuraavat arvosanat ovat laskevassa numerojärjestyksessä (4, 3, 2 ja 1) prosenttiosuuksilla 32 %, 8 %, 4 % ja 1 %. Tyhjiä vastauksia on 4 %. Yhdessäolo ja yhdessä tekeminen ovat molemmat hyvin läheisiä teemoja TYKY-toiminnassa ja -aktiviteeteissa. Ne auttavat myös ryhmähengen muodostumisessa ja parantamisessa. On positiivista, että myös vastaajat kokivat ne hyvin tärkeiksi asioiksi, ja ovat täten kiinnostuneita työyhteisöistään.

Kysymyksessä seitsemän aihepiirejä oli edellistä kysymystä vähemmän, kuusi kappaletta, ja ne pyydettiin laittamaan paremmuusjärjestykseen. Numerointi oli yhdestä kuuteen siten, että numero yksi oli kiinnostavin ja kuusi vähiten kiinnostava. Aihepiirit oli myös rajattu tarkemmin aktiviteetteihin sopiviksi, kun taas edellisessä kysymyksessä aihepiirit olivat yksityiskohtaisempia osia TYKY-päivän mahdollisuuksista. Valittavina olivat vaihtoehdot liikunnalliset aktiviteetit, kulttuuriset aihepiirit (esim. maatilan vanhat tavat ja perinteet), historia (esim. historialliset tapahtumat alueella), ruoanvalmistus ryhmän kanssa (ohjeistuksen kera), ympäristöön tutustuminen ja rentoutuminen (sauna, hoidot esim. hieronta, luontaishoidot). Suluissa olevat lisäykset tarkensivat jälleen vaihtoehtoja.

Numeroinnin suhteen tässä kysymyksessä tuli virheellisiä vastauksia, sillä vastaajat merkitsivät samaa numeroa useampaan kohtaan, kuten kohdassa kuusi oli mahdollista. Tässä kohdassa oli kuitenkin tarkoitus käyttää nimenomaan paremmuusjärjestystä. Vastausten tullessa sähköisessä muodossa sähköpostiini, oli niiden valvominen ja tarkastelu helppoa pitkin matkaa. Huomasin virheelliset vastaukset suhteellisen nopeasti, ja kyselylomakkeeseen lisättiin välittömästi lause ”Huom! Käytä jokaista numeroa vain kerran!” kiinnittämään vastaajan huomio oikeaan vastaustapaan. Virheellisiä vastauksia tuli yhteensä 36 kappaletta (27 %), joista osa myös tarkentavan lisäyksen jälkeen, siitä huolimatta.

Tuloksissa ovat kuitenkin mukana loput 99 vastausta (73 %), jotka oli merkitty oikein. Aihepiirien saamat pisteet laskettiin yhteen ja pienimmän yhteisluvun saanut aihepiiri oli suosituin, koska numero yksi oli kysymyksessä tarkoittanut kiinnostavinta. Vaihtoehdot saivat melko tasaisesti kannatusta, eikä suuria eroja syntynyt. Suosituimmaksi aihepiiriksi nousi kuitenkin 320 pisteellä rentoutuminen. Ympäristöön tutustuminen keräsi 328 pistettä ja liikunnalliset aktiviteetit 335. Kulttuuriset aihepiirit ja historia saivat tasapisteet 365. Jos näissä eron saamiseksi laskee, kumpi sai enemmän yhden pisteen mainintoja, voittaa historia täpärästi keräten 12 ykköstilaa kun taas kulttuurisilla aihepiireillä ykköstilaja on 10. Viimeiseksi jää ruoanvalmistus 366:lla pisteellä. Tässä kysymyksessä oli tarkoituksena selvittää kolme suosituinta aihepiiriä, joista suunniteltaisiin erilaisia ohjelmakokonaisuuksia TYKY-päivän ohjelmavaihtoehtoihin. Täten ohjelmakokonaisuuksien teemoiksi tulivat vastausten perusteella rentoutuminen, ympäristöön tutustuminen ja liikunnalliset aktiviteetit.

4.2 Kiinnostus luentoihin

Kysymyksessä yksitoista vastaajilta kysyttiin haluaisivatko he TYKY-päivän sisältävän jonkin luennon. Esimerkkiaiheina mainittiin työssäjaksaminen, hyvän työilmapiirin luominen, ravitsemus ja lähiruoan merkitys. Kaksi viimeisintä aihetta ovat olleet Ruutin kartanossa tarjolla emännän itsensä luennoimina, ja ovat saavuttaneet mukavasti suosiota. TYKY-päivään sopivia aiheita löytyy paljon ja valinnan varaa onkin siten runsaasti. Myös ergonomia on käytännönläheisenä ja terveyteen liittyvänä aiheena yksi vaihtoehto.

Vastausvaihtoehtoina olivat yksinkertaisesti kyllä, ei ja ei väliä. Vastaajat suhtautuivat luentomahdollisuuteen myönteisesti. Vastaajista 63 % (85) sisällyttäisi mielellään luennon TYKY-päivän ohjelmaan. 27 %:lle (36) asia on samantekevä ja vain 10 % (14) ei haluisi luentoja ollenkaan. Luentoinnostusta siis löytyisi melko runsaasti TYKY-päivän

asiakkailta. Mahdolliset luennoitsijat hankitaan useimpien aihepiirien kohdalla talon ulkopuolelta, oman alansa asiantuntijoista ja konkareista. Ruutin kartanon omistajan mukaan yritykset yleensä hankkivat itse luennoitsijan paikalle, mutta toisinaan saatetaan Ruutin kartanoa pyytää selvittämään mahdollista luennoitsijaa. Tässä näkisinkin mahdollisuuden luoda yhteistyökontakteja muutamiin luennoitsijoihin, joita voisi tarjota yrityksille valmiiden teemojen kera. Täten tarjonta monipuolistuisi entisestään yhden palvelun verran ja luennoitsijoiden hankkiminen toisi myös hieman lisää myyntituloa, mikäli hintaan lisättäisiin pieni välityspalkkio. Pääasiana olisi kuitenkin palvelun laajentaminen ja asiakkaiden viihtymisen takaaminen.

Kyselyn viimeinen kohta kaksitoista oli avoin kysymys, jossa sai jättää ajatuksia, ehdotuksia ja toiveita maaseudulla tapahtuvan TYKY-päivän ohjelmaan. Myös luentoihin liittyviä kommentteja ja vinkkejä tuli. Luentokysymyksen esimerkkiä lähiruoasta ja ravitsemuksesta kommentoivat Ruutin kartanossa jo vierailut ja aiheesta innostunut, vierailematon vastaaja. ”*Emännän luento lähiruoan merkityksestä jäi mieleen Ruutin kartanosta kesäkuun käynnistä, etenkin kun asiaa oli höystetty mukavasti huumorilla. Työilmapiirissähän ja tiedonkulussa on aina parantamisen varaa, joten luennot niistä vaikuttaisivat myös mielenkiintoisilta TYKY-päivän ohjelmilta.*” (nainen 31-40v., ollut Ruutin kartanossa TYKY-päivillä). Toinen vastaaja kommentoi teemaa lyhyemmin: ”*Ravitsemus ja lähiruoka, hyvä idea.*” (nainen 41-50v., ei ole vierailut Ruutin kartanossa TYKY-päivillä).

Kahdella vastaajalla on myös ehdottaa tiettyä luennoitsijaa: ”*Föreläsning av Lars Losvik, han är super!*” (nainen 31-40v.). Lars Losvik on Uudessakaarlepyyssä asuva kansainvälinen luennoitsija ja tutkija, joka luennoi ruotsin kielellä aikuispedagogiikasta, motivaatiosta, pedagogisesta johtajuudesta ja oppivista organisaatioista. Valmiita luennon aiheita löytyy kotisivuilta pitkä lista, alkaen hyvästä asiakaspalvelusta ja tiimin rakentamisesta. Luennon pituus ja aihe räätälöidään myös yrityksen toiveiden mukaan. (Losvik 2009.)

Toisella vastaajalla on erilainen ehdotus: ”*Vaasan naurukonsultti on ihana!*” (nainen 31-40v). Internetin kautta hakemalla löytyy vaasalainen Maria Andila, joka on Suomen ensimmäinen sertifioitu naurukonsulentti. Hän luettelee naurulla olevan monia vaikutuksia. Työelämässä nauru mm. vahvistaa yhteisöä, vähentää stressiä, lisää hyvinvointia ja tuotteliaisuutta, vähentää henkilökunnan välisiä ongelmia, saa työntekijät viihtymään työssä, lisää yhteistyötä, yhteenkuuluvuuden tunnetta ja me-henkeä. Nauru sopii osaksi jokapäiväisiä henkilöstöpalavereja, kokouksia, isompia seminaareja, kursseja ja juhlatilaisuuksia. Andila pitää erilaisia naurukursseja, jotka pohjautuvat intialaiseen naurujoogaan, ja luentoja, joiden aiheena voi olla esim. työpaikkahuumorin, nauruterapian, kehonkielen, työilon, stressinhallinnan sekä loppuun palaminen (burn out). Naurulla on myös terveydellisiä vaikutuksia, sillä se lievittää kipua, elvyttää verenkiertoa, parantaa ruoansulatusta ja ehkäisee stressiä. Jopa astmaatit saavat apua nauruharjoituksista, sillä ne lisäävät keuhkokapasiteettia ja veren happitasoa. (Andila 2009.)

Toisena naurukouluttajia tarjoavana yrityksenä löytyy jyvaskyläläinen Leikkimieli Ky, joka on valtakunnallinen koulutusalan yritys. Vahvuuksinaan he mainitsevat juuri työhyvinvointiin liittyvät luennot ja koulutukset, joiden aiheina ovat mm. huumori ja nauru, vuorovaikutus, työssäjaksaminen, työilon elvyttäminen ja ryhmänauruterapia. (Leikkimieli Ky 2009.) Leikkimieli Ky:n toimitusjohtaja ja kouluttaja Vesa Karvisen mukaan nauru, ilo ja huumori ovat elämän ja työn suuria voimavaroja. Naurulla on myös biologisia, sosiaalisia ja persoonakohtaisia puolia. Karvinen kutsuu naurua myös sisäiseksi hölkäksi, sillä kahden minuutin kunnan nauru vastaa 45 minuutin rentoutumista. (Karvinen 2000, Nicehouse-sivun 2003 mukaan.) Sekä Andila että Karvinen siis puhuvat naurun terveydellisistä ja rentouttavista vaikutuksista. Näin ollen tällaista rentouttavaa vaikutusta voisi hyödyntää myös TYKY-ohjelmaan toivotussa rentoutusosiossa naurukouluttajien avulla.

4.3 Ajatukset, ehdotukset ja toiveet

Kyselyn viimeinen kohta oli avoin kysymys, jossa sai jättää ajatuksia, ehdotuksia ja toiveita maaseudulla tapahtuvan TYKY-päivän ohjelmaan. 38 % vastaajista (51) oli kirjoittanut kohtaan jotain. Yleisesti toivottiin, ettei TYKY-päivässä olisi liian kiireistä aikataulua, vaan aikaa jäisi myös rentoutumiseen ja yhdessäoloon. Paikalliset, ympäristöön sopivat asiat saivat kannatusta ja moni liitti maaseudun rauhallisuuteen ja rentoutumisen mahdollisuuteen. Ohjelmalta toivottiin monipuolisuutta ja erilaisia aktiviteetteja. Suurin osa toivotuista aktiviteeteista oli melko yksinkertaisia, kuten patikointia, ulkoilua, yhdessäoloa, ulkona vietettyjä kahvihetkiä, hyvää ruokaa ja saunomista.

Jotkut olivat puolestaan yhdistäneet maaseudun ja maatilan eläimiin, ja toivoivat eläimiin tutustumista, lehmien lypsämistä ja maastoratsastusta. Ruutin kartano mainitsee kotisivuillaankin olevansa toimiva maatila ja koti matkailutilan lisäksi, mutta nykyinen maatilatoiminta rajoittuu peltojen viljelyyn, eikä tilalla ole enää lainkaan eläimiä. Lypsämisen kokeilemiseen on olemassa jonkinlaisia laitteita, joita voisi tilallekin harkita lainaan, mutta toki ne olisivat keinotekoisia menetelmiä, kuten erään vastaajan ehdottama mekaaninen härkä. Lisäksi eräs vastaaja toivoo allergisten huomiointia ohjelmassa, ja mainitsee juuri eläimet ja timotein esimerkkinä. Täten tällaisissa eläimiin liittyvissä aktiviteeteissa olisi huomioitava, etteivät ne kaikille sovi, kuten myös erilaiset heinätyöt. Ratsastuskin sopisi vain hyvin pienelle ryhmälle, ja hevosia pitäisi tuoda paikalle paljon. Tällaisissa aktiviteeteissa onkin ehkä järkevämpää mennä suoraan tallille, kuin kuljettaa hevosia paikan päälle Ruutin kartanoon. Maatilatyöt voisi muutenkin yhdistää seitsemännen kysymyksen vaihtoehtoon ”kulttuuriset aihepiirit”, jossa oli esimerkkinä maatilan vanhat tavat ja perinteet. Tämä vaihtoehto ei kuitenkaan ollut kolmen suosituimman joukossa.

Lisäksi järjestäjiltä Ruutin kartanon päässä toivotaan yhdessä suunnittelua ja erilaisia vinkkejä. Tässä auttaisivat varmasti erilaiset ohjelmaehdotukset, jotka voisi luokitella eri

tyyppisiin aihepiireihin vaikkapa juuri kysymyksen seitsemän tavoin. Yleisesti TYKY-päivän kokonaisuuteen joku toivoi, että kuljetus olisi hoidettu, ilmeisesti työpaikan puolesta. Bussikuljetus onkin kannattava vaihtoehto jos ryhmä tulee kaupungista maaseudulle TYKY-päivän viettoon. Tämä seikka on kuitenkin enemmän työpaikan päätettävissä oleva asia. Samalla kuljetuksella voisi toki liikkua kätevästi myös mahdollisissa muissa kohteissa Laihialla, joten se olisi hyvä idea muutenkin kuin ympäristöystävällisen liikkumisen kannalta.

Eräs vastaaja harrastaisi ja opettelisi mielellään erilaisia kädentaitoja ryhmissä, kuten takomista ja veistoa. Samainen vastaaja huomauttaa, että ryhmä itsessään pitäisi ottaa huomioon: ”...Isoille ryhmille, yli 50 henkeä, eri ohjelmaa kuin yhteisölle joka tuntee jo perin pohjin toisensa.” (mies, 31-40v). Hyviä ohjaajia kaivataan myös. Verhelä ja Lackman (2003, 196-198) mainitsevat lähes kaikissa ohjelmapalveluissa tarvittavan palvelun onnistumiseksi asiakkaiden ohjaamista tai opastamista. Ohjelmapalvelun ammattilainen voi vaikuttaa vuorovaikutuslaatuun ja asiakkaan kokemaan elämykseen henkilökohtaisella panoksellaan. Asiakkaan kokemus syntyy hänen omista kokemuksistaan, mutta palvelua tuottava yritys luo ohjelmapalvelussa edellytykset elämyksen syntymiselle. Ohjelmapalvelua ohjaava henkilö tai henkilöt ovat tällöin tärkeässä asemassa, koska he antavat kasvot palvelulle ja toimivat palvelua tuottavan yrityksen edustajina asiakkaalle. Ohjaajan tai oppaan on tunnettava toteutettavan ohjelmapalvelun sisältö ja pyrittävä luomaan toimiva vuorovaikutussuhde asiakkaiden kanssa. Hän myös kuulostelee asiakkaiden tuntemuksia ja kokemuksia, ja kerää tarvittaessa palautetta asiakkailta. (Verhelä & Lackman 2003, 198.) Myös TYKY-päivässä olisi hyvä olla jonkinlainen ohjaaja. Kaikissa aktiviteeteissa ohjaajaa ei välttämättä tarvita, mutta useimmissa se olisi hyvä olla mukana. Tekemisestä riippuen ohjaaja voi olla juuri myös oman alansa ammattilainen, kuten luennoitsija, tai muu yhteistyökumppani, kuten saunomisen ohella hoitoja tarjoava hieroja tai kosmetologi.

5 AKTIVITEETTIEN IDEOINTI

Edellisissä luvuissa kolme ja neljä käytiin läpi kyselyn tuloksia. Kysymyksessä seitsemän selvitetiin aktiviteettityyppien suosittuutta ja saatiin selville kärkikolmikko. Näistä kolmesta aihepiiristä on tässä luvussa tarkoitus kehitellä ideoita aktiviteettivaihtoehtoja varten. Suosituimmiksi aihepiireiksi osoittautuivat rentoutuminen, ympäristöön tutustuminen ja liikunnalliset aktiviteetit. Näistä rentoutuminen liittyy terveysturmatkailuun, ympäristöön tutustuminen mm. luontomatkailuun ja liikunnalliset aktiviteetit liikuntamatkailuun. Matkailutyyppien rajat ovat melko liukuvia, ja ohjelmapalveluissa ja aktiviteeteissa ne usein limittyvät yhteen. Täten yksi aktiviteetti voi sisältää piirteitä useammasta matkailutyyppistä. (Verhelä & Lackman 2003, 94.) Seuraavissa alaluvuissa kerrotaan ensin aktiviteettien aihepiireihin liittyvistä matkailutyypeistä, ja sen jälkeen ideoidaan aihepiirien mukaisia aktiviteettivaihtoehtoja yritysten valittavaksi TYKY-päivien ohjelmaan.

5.1 Terveysturmatkailu ja rentoutuminen

Suosituimmaksi aihepiiriksi kyselyssä nousi rentoutuminen. Monet vastaajat näkivät maaseudun rauhallisuuden, hiljaisuuden, ympäristön ja luonnon mahdollisuutena ja suorana yhteytenä rentoutumiseen. Rauhallinen ohjelma sopii hyvin Ruutin kartanon TYKY-ohjelmaan, sillä se tukee yrityksen liikeidea maaseudun mummolasta, kuten myös omistajan näkemystä Ruutin kartanoon sopivista TYKY-aktiviteeteista.

Terveysturmatkailulla tarkoitetaan matkailua, jossa matkailija matkan aikana hoitaa joko fyysistä tai henkistä terveyttään tai harrastaa terveyttä ylläpitäviä asioita. Terveysturmatkailu

on vanha matkustuksen laji, ja sen juuret ovat parantavia vesiä tarjoavissa kylpylöissä ja terveydelle suotuisien ilmastojen etsimisessä. Terveysmatkailuun yhdistetään asioita kuten virkistyminen, lepo, terveyden ja mielenterveyden hoitaminen, kuntoutuminen, TYKY-tuotteet, wellness-ajattelu ja itseensä keskittyminen. (Verhelä & Lackman 2003, 139.) Matkailun edistämiskeskus MEK (2005, 6-7) esittelee useita määritelmiä terveysmatkailuun. Heidän mukaansa Kuopion terveysmatkailu-projekti määrittelee terveysmatkailun, englanniksi Health and Medicine Tourism, seuraavasti: ”Terveysmatkailu tarkoittaa uusien terveyttä ylläpitävien, edistävien ja parantavien palveluiden liittämistä olemassa oleviin matkailupalveluihin. Terveysmatkailuksi luetaan jokainen terveyspalvelun sisältämä matka, joissa perusmotivaatio alueelle tulemiseksi on tarve terveydentilan parantamiseen.” Akateemisessa matkailututkimuksessa puolestaan terveysmatkailu luokitellaan pääasiallisesti ns. ylätermiksi, jolla tarkoitetaan kaikenlaisia oman terveyden ja hyvinvoinnin hoitamiseksi ja ylläpitämiseksi tehtyjä matkoja. (MEK 2005, 7.)

Etenkin 2000-luvun aikana terveysmatkailun rinnalle on tullut termi hyvinvointimatkailu, wellness-matkailu (Verhelä & Lackman 2003, 139). MEK (2005, 11) puolestaan käsittelee nämä kaksi termiä erikseen, ja liittää wellness-matkailutuotteisiin mm. korkeat laatuksiteerit ja ylellisyyden. Verhelän ja Lackmanin mukaan terveysmatkailu ja hyvinvointimatkailu ovat sisällöltään osittain päällekkäisiä käsitteitä. Molempien toteutukseen liitetään usein liikuntamatkailua ja erityisesti mielenterveyden vaalimisen kohdalla myös luonto- ja kulttuurimatkailua. Kun terveysmatkailu painottuu fyysisen terveyden ja mielenterveyden hoitamiseen ja ylläpitoon, on hyvinvointimatkailu laajempi käsite, jossa ihminen ja hänen hyvinvointinsa käsitetään kokonaisvaltaisemmin. Kokonaisvaltaista hyvinvointia voidaan matkailun keinoin tavoitella hakemalla rauhaa luonnosta, liikkumalla aktiivisesti, ottamalla hoitoja, osallistumalla terveellisestä ruokavaliosta kertovalle luennolle tai vain olemalla jouten ja keskittymällä omaan itseen. (Verhelä & Lackman 2003, 140.) Tämänkaltaiset aktiviteetit sopivat hyvin myös TYKY-ohjelman osiksi.

MEK (2005, 7-9) luettelee hyvinvointimatkailutuotteiden sisällön oleellisiksi asioiksi samantapaisia tekijöitä. Esimerkkeinä ovat rauhoittava saunominen, erilaiset hemmotteluhoidot sekä hyvät, terveelliset ateriat lisättynä muilla aktiivisilla liikunta-, kulttuuri- ja harrastepalveluilla. Jyväskylän MEKin solmukohdassa hyvinvointimatkailu määritellään matkailuksi, joka tuottaa matkailijoille hyvää oloa vielä matkan päätyttyäkin. Hyvinvointimatkailu ei ole sairautta parantavaa eikä kuntoa korjaavaa vaan kulloistakin matkailijan terveydentilaa ylläpitävää ja edistävää sekä vireyttä elämään antavaa. Hyvinvointimatkailu tuottaa asiakkaalle yksilöllistä ja kokonaisvaltaista hyvää oloa, joka voi olla sekä fyysistä että psyykkistä vireyttä antavaa. Jyväskylän MEK jakaa suomalaisen hyvinvointimatkan osa-alueet esteettisyyteen, hemmotteluun, sosiaaliseen humputteluun ja fyysiseen venymiseen. Esteettisyys tarkoittaa, että kaikki aistit ovat läsnä, samoin luonto ja kulttuurinen toimintaympäristö. Hemmotteluun kuuluvat esimerkiksi hieronta, sauna, ravitsemispalvelut ja kauneudenhoitopalvelut. Sosiaalinen humputtelu pitää sisällään kanssakäymisen ilman sosiaalisia paineita ja fyysinen venyminen liikuntaa ja fyysistä aktiivisuutta. (Kuha 2004, MEK 2005, 8 mukaan.)

Wellnessin MEK luokittelee osaksi hyvinvointimatkailua. Wellness-tuote voi täten pitää sisällään useita hyvinvointimatkailun muotoja ja palveluja, tai vain yhtä niistä. Se sisältää usein myös kulttuurisen elämyksen. Wellness-tuotteessa korostuu korkealaatuisuus niin paikan, ilmapiirin, puitteiden, palvelun, tuotekokonaisuuksien kuin henkilökunnan ammattitaidonkin suhteen, ja wellnessissä onkin häivähdys luksusta. (MEK 2005, 56.)

Yhteenvedossa MEK mainitsee terveysturismia (health tourism) olevan kattotermi, jonka alle kuuluvat terveydenhoitomatkailu ja hyvinvointimatkailu. Terveydenhoitomatkailussa (health-care and medical tourism) on erona se, että se sisältää lääketieteellisiä toimenpiteitä. Hyvinvointimatkailuun liittyvät mm. vesikylvyt, kauneushoidot, hiljentyminen, virkistyshoidot, liikunta, saunapalvelut ja luontaishoidot, ja kaikki nämä hyvinvointimatkailun muodot liittyvät wellnessiin, joka on siis alakäsite hyvinvointimatkailulle. TYKY-matkailu voi tässä luokittelussa kuulua sekä terveydenhoitomatkailuun että hyvinvointimatkailuun. Kuntoutuslomat, jotka vaativat

lääketieteellisiä toimenpiteitä, ovat terveydenhoitomatkailua. Yleisemmin TYKY-matkailu sisältää kuitenkin liikunta-, virkistys- ja yhteishengenkohotuspaketteja, jotka liittyvät hyvinvointimatkailuun. (MEK 2005, 55.)

MEKin jaottelu terveysturmatkailun suhteen on kaiken kaikkiaan tarkempi ja erottelevampi. Verhelä ja Lackman (2003, 139-140) pitävät terveysturmatkailua ja hyvinvointimatkailua rinnakkaisina termeinä, ja wellness ja hyvinvointi lasketaan samaksi termiksi. He eivät mainitse termiä terveydenhoitomatkailu lainkaan, mutta mainitsevat lääketieteellisten hoitojen liittyvän terveys- ja hyvinvointimatkailuun. Tarkkoja alalajeja ei siis tässäkään jaotella. Toisaalta tämä yksinkertaistaa ja yleistää termit samaan matkailun alalajiin kuuluviksi, mutta MEKin mallin pohjalta termien erot ymmärtää helpommin.

Ensimmäisessä aktiviteettivaihtoehdossa teemana on rentoutuminen. Psykologi Leppäsen (1999, 4-5) mukaan rentoutuminen on luova tapahtuma, jossa mieli ja keho yhdistyvät. Rentoutumisen on osoitettu tasapainottavan ja elvyttävän elintoimintoja. Säännöllisen rentoutumisen avulla voidaan parantaa myös elämisen laatua. Jokainen osaa rentoutumisen taidon luonnostaan, taidon olla tekemättä mitään. Se on hetki hiljaisuutta, levollisuutta ja hiljentymistä. Nykyihmisen kiireisessä ja stressaavassa elämäntyylissä rentoutumista tarvitsee toisinaan jopa harjoitella ja opetella. Liikunnanohjaaja ja suggestoterapeutti Kataja (2003, 22-23) puolestaan kuvailee rentoutumista elimistön toiminnan rauhoittamisena. Se kohdistuu sekä mieleen että fyysisiin toimintoihin - joko erikseen tai samanaikaisesti. Rentoutumista voidaan kuvailla tajunnan tilojen vaihteluna. Tietoisuuden vaihtelua esiintyy kaikissa rentoutumisen muodoissa ja tekniikoissa. Kun tietoinen huomio siirtyy lyhyeksikin ajaksi sivuun, syntyy hetki, jossa rentoutumiselle otolliset prosessit voivat käynnistyä. Rentoutuminen on aina henkinen kokemus, vaikka siihen yhdistyisikin fyysinen rasitus. (Kataja 2003, 22-23.)

Vastaajat toivovat viimeisessä, avoimessa kysymyksessä rentoutukseen liittyen itsensä hoitamisen taitojen kehittämistä, rauhallista olemista, hyvinvoinnin edistämistä ja yhteistä

ajanviettoa työyhteisön kanssa. Vastajat kuvailevat toiveitaan mm. näin: ”*Hiljaisuuden kuuntelemista, rentoutumista, rauhallista olemista, ei liikaa ohjelmaa.*” (nainen 51-60v). ”*...Yhdessäolo tärkeää työporukan kanssa ilman työpaineita...* (nainen 51-60v). ”*Rentoutusta ja luonnonrauhaa...*” (nainen 51-60v). ”*Rauhallisuus, puhelimet pois KAIKILTA.*” (mies 51-60v). ”*...Program för att hantera stress och för att undvika utbrändhet...*” (mies, 31-40v). ”*Maaseudun rauhan ja ulkoilman hyväksikäyttö...*” (nainen 20-30v). ”*...Yhdessäololle riittävästi aikaa...*” (mies 31-40v).

MEK toteaa monien kylpylöiden, kartanoiden ja hiljaisuutta, tilaa ja rauhaa tarjoavien yritysten tuotteiden olevan sovellettavissa hyvinvointimatkailutuotteiksi (MEK 2005, 9). Yksinkertainen hiljentyminenkin on siis hyvinvointimatkailun muoto. Ruutin kartanossa näitä kaikkia on tarjolla, ja maatalon ympäristö viljapeltojen keskellä rauhallisella paikalla tarjoaa hyvät edellytykset pysähtymiselle ja rauhoittumiselle. Ruutin kartano tarjoaa jo ennestään kahden vuorokauden pituisia ”Täyden palvelun latauslomaa” yksityisille ja ryhmille. Pakettiin kuuluu yöpyminen, ruoat, saunominen, joutenoloa, vapaata ohjelmaa ja pihapiirin ajanvietteet. (Ruutin kartano 2009.) Yritysassiakkaat ovat mielellään vuokranneet ryhmäsaunaa, ja hoitojakin on saunalle toisinaan tilattu mm. yhteistyöyritys Annan luontaishoidot kautta (Annan luontaishoidot 2009).

Saunomiseen voisi helposti liittää juuri tämänkaltaisia muita ohjelmanumeroita. Annan luontaishoidot tarjoaa vyöhyketerapiaa, shiatsua, aromaterapiaa, turvehoitoja ym. hoitoja (Annan luontaishoidot 2009). Lisäksi voisi eri yhteistyökumppanien avulla tarjota perinteistä hierontaa ja kasvohoitoja. Saunominen ja hoidot kuuluvat aiemmin mainitussa suomalaisen hyvinvointimatkan osa-alueiden mallissa hemmotteluosioon. Samasta mallista sosiaalinen humputtelu eli kanssakäyminen ilman sosiaalisia paineita olisi mahdollista yhdistää tähän. (Kuha 2004, MEK 2005, 8 mukaan.) Saunominen olisi rentoa yhdessäoloa työyhteisölle, ja sallisi samalla rennot ja kiireettömät juttutuokiot. Saunomisen ja hoitojen lisäksi tähän ohjelmapakettiin voisi yhdistää vielä erään vastaajan mainitseman ”hiljaisuuden kuuntelemisen”. Yksinkertaisimmillaan tämä voisi olla ”hiljaisuuden jakkara”, pihapiirin kaukaisessa nurkassa oleva tuoli, johon voisi yksin mennä istumaan

hetkeksi, katsella viljapeltojen merta, kuunnella luonnon ääniä ja hiljaisuutta. Paketti voisi siis näyttää tältä:

Saunatontun hunajahetket

- Ryhmäsauna käytössä
- Saunan ohella hierontaa ja muita hoitoja
- Hiljaisuuden jakkara tontin nurkassa, johon voi yksin mennä viettämään rauhoittumisen hetken ja hengittää hetken luontoa.

Tässä paketissa ohjelman kesto on muokattavissa aikataulun mukaisesti, mutta vähintään aikaa pitää varata noin 2,5 tuntia. Kaikki osallistujat eivät välttämättä halua hoitoihin, joten aikaa pitäisi hoidoillekin riittää. Jos halukkaita on paljon, voi hoidot myös arpoa ikään kuin palkinnoksi pitkän päivän ja eri ohjelmanumeroiden jälkeen. Ne voivat olla myös palkintoina hyvistä suorituksista päivän aikana. Arvonta olisi kuitenkin yllätyksellisempi ja hausempi tapa arpoa hoitoihin pääsevät.

Rentoutumisen keinoja ja menetelmiä on monia. Leppänen (1999, 14-38) luettelee seuraavat menetelmät: hengitysrentoutus, venytysrentoutus, lihasjännitys, lihasvenytys, jännitys - rentouta -menetelmä, lihasrentouden ajatteleminen, autogeeninen rentoutuminen, mielikuvarentoutus, epäsuora- ja tarinarentoutus ja eri menetelmien yhdistäminen. Myös musiikki voi olla apuna rentoutumisessa. Näistä vaihtoehdoista ainakin erilaisissa hengitys- ja venytysmenetelmissä olisi hyvä olla ammattitaitoinen ohjaaja. Esimerkiksi mielikuvaharjoituksissa puolestaan on usein jonkinlainen tarina, jonka ohjaaja voi lukea ääneen tai se voi tulla nauhalta. Tässä lukijaksi kävisi mahdollisesti ei-ammattilainenkin, kunhan tarinan lukee tarpeeksi rauhallisella äänellä ja verkkaiseen tahtiin. Rentoutujat voisivat asettua kartanon takapihan pihanurmelle tai terassille makuualustojen päälle kuuntelemaan ohjaajan pitämää mielikuvarentoutusta. Tarina saisi olla suhteellisen pitkä ja aluksi ja lopuksi voisi olla jonkinlaista taustamusiikkia ja luonnonääniä. Lopuksi rentoutujat heräteltäisiin varovasti takaisin syvän rentouden tilasta. Eri menetelmiä yhdistelemällä saa helposti luotua erilaisia vaihtoehtoja.

Mielikuvarentoutuksen lisäksi samaan ohjelmapakettiin voisi yhdistää vastaajien ehdottaman naurukonsultin vierailun harjoituksineen tai luentoineen (ks. luku 4, Andila ja Leikkimieli Ky). Molemmat luvussa neljä esitellyt naurukonsultit mainitsivat naurulla olevan sekä terveydellisiä että rentouttavia vaikutuksia. Andila pitää erilaisia naurukursseja, jotka pohjautuvat intialaiseen naurujoogaan, ja luentoja, joiden aiheena voi olla esim. työpaikkahuumori, nauruterapia, kehonkieli, työilo, stressinhallinta sekä loppuun palaminen (burn out) (Andila 2009). Leikkimieli Ky puolestaan mainitsee vahvuuksinaan työhyvinvointiin liittyvät luennot ja koulutukset, joiden aiheina ovat mm. huumori ja nauru, vuorovaikutus, työssäjaksaminen, työilon elvyttäminen ja ryhmänauruterapia (Leikkimieli Ky 2009). Toinen ohjelmapaketti voisi näyttää tältä:

Linnunlevosta sisäiseen hölkkään

- *Rentoutushetki kartanon puutarhassa (esim. mielikuvarentoutus)*
- *Naurukonsultin pitämä sisäisen hölkin hetki (esim. ryhmänauruterapiaa, naurujoogaa, nauruharjoituksia ryhmässä)*

Ohjelman keston voi tässä paketissa jakaa siten, että rentoutushetkeen olisi noin puoli tuntia aikaa ja naurukonsultille vähintään tunti, mieluummin enemmänkin. Leikkimieli Ky:n valmiissa luento- ja koulutusvaihtoehtoissa ohjelman kesto vaihtelee tunnista neljän tuntiin, ja räätälöinnin mahdollisuus on luonnollisesti aina tarjolla (Leikkimieli Ky 2009).

Tarkasteltaessa näitä rentoutumisen pakettivaihtoehtoja elämysten teorioiden valossa, erinäisistä tekijöistä esiin nousee ehkä eniten kontrasti. Verhelä ja Lackman mainitsevat tietoisella tasolla tapahtuvan vastakohtien kokemisen (Verhelä & Lackman 2003, 35). LEO:n mallissa kontrasti on niin ikään yhtenä tuotteen elementtinä (LEO 2009). Kontrasti muodostuu tuotteesta siitä, kun kiireiseen työ- ja muuhun elämään tottunut TYKY-asiakas tulee maalle hengähtämään ja kokemaan rentouttavia hetkiä. Myös tiedot ja kokemukset oman hyvinvoinnin hoitamisesta voivat karttua luennolta, ja tällöin tapahtuu älyllisellä tasolla oppimista (Verhelä ja Lackman 2003, 35, LEO 2009). Rentoutumisen aktiviteeteissa on mukana yksilöllisyyttä, koska tarkoituksena on keskittyä juuri omaan hyvinvointiin, mutta toisaalta myös vuorovaikutusta, koska harjoituksia tehdään ryhmissä.

Kaikissa elämysten teorioissa mainittu moniaistisuus on mukana, mutta aisteista korostuvat kuulo ja tunto. (LEO 2009.) Kielteisten viitteiden poistamiseen voisi liittyä erään vastaajan ehdotus siitä, että puhelimet kerättäisiin kaikilta pois. Näin mikään ei häiritsisi rentoutusta. Rauhallinen ympäristö pitäisi muutenkin pyrkiä pitämään yllä. Vaikutelmien harmonisointiin myönteisillä vaikutelmilla liittyy sekin, ettei hiljaisuuden jakkaralta tarvitse kuunnella ja katsella traktoreiden työskentelyä pelloilla. (Pine & Gilmore 1998.)

5.2 Luontomatkailu ja ympäristöön tutustuminen

Toiseksi suosituimmaksi aihepiiriksi kyselyssä nousi ympäristöön tutustuminen. Tämä aihe on lähinnä luontomatkailua, vaikka ympäristöön lasketaan tässä myös lähiympäristö eli Ruutin kartanon pihapiiri. Luonto matkailun toimintaympäristönä ja matkustusmotiivina on vanha, mutta luontomatkailu on kuitenkin kehittynyt huimasti ja erityisesti maailman globalisoitumisen ja matkustamisen lisääntyneenä ja lisääntyessä luonnon merkitys matkailun elementtinä kasvaa koko ajan. Luontoympäristön arvostus onkin kasvussa. (Verhelä & Lackman 2003, 97.)

Luontomatkailu on matkustamista luontoon joko omatoimisesti tai matkanjärjestäjän ohjaamana. Olennaisena osana matkaa on oltava lihasvoimiin tai luonnonvoimiin perustuva liikkuminen luonnossa. Matkailijan elämys muodostuu luonnossa liikkumisesta, luonnon vaikutuksesta sekä kasvillisuuden, eläinten ja luonnon olojen tarkkailusta. (Verhelä & Lackman 2003, 98.) Hemmin (1995, 158-159) mukaan luontomatkailu on luonnonympäristössä tapahtuvaa matkailua, joka pyrkii noudattamaan kestävän kehityksen matkailun periaatteita. Luontomatkailun yritystoiminta onkin parhaimmillaan silloin, kun se vahingoittaa luontoa mahdollisimman vähän tai ei lainkaan. Tämä on mahdollista vain pienimuotoisessa yritystoiminnassa. Luontomatkailijan matka kohdistuu suhteellisen luonnonvaraisille alueille, joilla on mahdollisuus opiskella luontoa, ihailla

luonnonkauneutta, maisemaa, eläimiä, kasveja ja erikoisia geologisia muodostumia sekä myös tutustua luontoon liittyvään kulttuuriin. (Hemmi 1995, 158-159.)

Verhelä ja Lackman (2003, 98) erottelevat luontomatkailusta vielä luontoon kohdistuvan matkailun ja luontovastuullisen matkailun. Luontoon kohdistuvassa matkailussa luonto ja sen mahdollisuudet ovat tuotteen toimintaympäristönä. Tällaisessa tapauksessa matkaa eivät rajoita liikunnallisuus tai luonnon elämyksellisyys, vaan ainoa kriteeri on luontoon suuntautuneisuus. Esimerkkinä he mainitsevat laskettelun. Luontovastuulliseen matkailuun sisältyvät niin ympäristövastuullisen kuin luontomatkailunkin tuntomerkit. Mikä tahansa luontomatkailun muoto voi olla luontovastuullista matkailua, kunhan puitteiden ympäristövastuullisesta järjestämisestä on huolehdittu. Tämä luontomatkailun muoto on ympäristön kannalta kaikkein haitattominta luontomatkailua. (Verhelä & Lackman 2003, 98.)

Aktiviteeteissa luontomatkailun eri muotoja voivat olla mm. eri vuodenaikoihin sijoittuvat vaellukset, luonto-opastukset, linturetket, marja- ja sieniretket, luonnon ja eläinten tarkkailu ja valokuvaaminen, vesiretket, kalastusmatkailu ja hieman kiistelty metsästysmatkailu. Kaikki eivät laske metsästystä luontomatkailuun kuuluvaksi, koska se ei ole kestävän luontomatkailun periaatteiden mukaista. Luonnossa liikkuminen, luonnon tarkkaileminen ja luonnosta muutenkin nauttiminen ovat joka tapauksessa luontomatkailua perusmuodossaan. Marjojen ja sienten poimintaan liittyvissä aktiviteeteissa on kuitenkin hieman yllättäen otettava huomioon, ettei jokamiehenoikeuksiin perustuva luonnon käyttäminen kaupallisissa tuotteissa ole sallittua, vaan palvelun tuottajan on ensin hankittava lupa maa-alueen käyttöön. Tämä voi toisinaan aiheuttaa hankaluuksia. (Verhelä ja Lackman 2003, 98-100.)

Vesiretket ja metsästys ovatkin Ruutin kartanon kohdalla aktiviteetteja, jotka jäävät selvimmin pois TYKY-aktiviteettien valikoimasta. Vesistöjä on alueella hyvin niukasta, eivätkä ne ole tarpeeksi suuria, saati sitten lähellä. Metsästyskin varmasti kiinnostaa vain

pienehköä osaa TYKY-asiakkaista, joten tämän kaltaiselle ryhmälle se ei sovi. Tavoite on kuitenkin kokea jotain mieluisaa yhdessä, jotain, mikä kiinnostaisi mahdollisimman montaa ryhmän jäsentä ja sopisi yleisesti kaikille. Kyselyn vastaajat toivovat yleisesti kosketusta luontoon, tarinoita alueesta ja tutustumista tilan perinteisiin, vanhanaikaisiin töihin: ”Lehmän lypsämistä :) voin kirnuamista. oman villalangan tekemistä (kehräämällä sillä rukilla), ratsastusta, ja kyllä se kunnon ruoka ja saunominen kuuluu asiaan. Ihan sellasia perinteisiä juttuja, jotta saa koskestusta luontoon tyky-päivänäkin.” (nainen 20-30v). ”Isännän/ emännän tarinoita kokouspaikan historiasta päivän avauksessa on hieno juttu. ...” (nainen 51-60v). ”Aluksi paikan esittely, historiaa ym ...” (nainen 51-60v). ”Selvän liikunnallisen ohjelman lisäksi voisi olla tutustumista vanhanajan työtapoihin, esim. lypsäminen, heinien laittoa seipäille, heinärattaiden kuormaamista ja mitä vain vastaavaa, niin että osallistujat saisivat itse kokeilla mitä se on. ...” (nainen 41-50v).

Ruutin kartanon esittely päivän aluksi on siis nähtävästi tärkeä ja mieluinen asia TYKY-kävijöille. Esittelyn pitäisi olla paljon tietoa antava, mutta ei kuitenkaan liian mainostava. Eräs vastaaja toivoo myös tarinoita ja tietoa Pohjanmaasta yleensä, ja mainitsee, että monet työntekijät tulevat muilta paikkakunnilta, ja haluaisivat varmasti oppia lisää Pohjanmaasta. Jonkinlainen laajempi alueen esittely kuvasarjojen kera voisikin olla hyvä vaihtoehto sateisen ilman sattuessa. Alueesta saisi varmasti myös näyttelyn, jota voisi pitää piharakennuksen vanhassa tallissa. Tätä tilaa on Ruutin kartanossa ennenkin hyödynnetty erilaisten näyttelyiden pitopaikkana.

Aihepiirien rajausta on ongelmallista, koska ne ovat usein osittain päällekkäisiä. Melko toivotut maatalan vanhanaikaiset työt yhdistäisin enemmän samaisessa kysymyksessä olleeseen vaihtoehtoon ”kulttuuriset aihepiirit (esim. maatalan vanhat tavat ja perinteet)”. Maatalan perinteisillä töillä on kuitenkin yhteytensä myös ympäristöön tutustumiseen, historiaan ja osaltaan myös liikunnallisiin aktiviteetteihin. Selvää kuitenkin on, että niissä olisi kehittelemisen aihetta aktiviteetteihin. Työnäytökset ja askareet, joita TYKY-osallistujat pääsisivät itse kokeilemaan, olisivat varmasti mieluisia.

Myös nähtävyyksiin tutustuminen olisi yhteydessä ympäristöön tutustumiseen, mutta myös historiaan. Lähistöllä olevat Nuukuurenmuseo, Rudon kivisilta ja näköalatorni voisivat olla vierailun kohteina (Laihian matkailu 2009). Kulkuvälineenä voisi useamman kohteen kierroksella ja aikataulusta riippuen olla bussi tai liikunnallisempi polkupyörä.

Selvimmin ympäristöön tutustumiseen ja luontoon liittyivät kuitenkin seuraavat ehdotukset: ”kasvi- ja yrttitietoutta, sienikurssi” (nainen 41-50v). ”... nuotio illanvietto esim. kodassa, luontoaiheinen kilpailu, jossa on rasteja ja joukkueita jne.” (mies 31-40v). Kasvien ja hyönteisten tunnistaminen luonnosta olisi erään vastaajan mielessä myös: ”*Om på sommaren så ut i naturen med frågformulär tex. igenkänning av växter, myror.mm.*” (nainen 41-50v). Myös leikkimielisempi majanrakennus sekä eväshetki nuotiolla on erään vastaajan mielessä: ”-*leka vildmarksliv: bygga koja i skogen, koka kaffe o göra mat över öppen eld (inte bara grilla korv)*” (nainen 41-50v).

Luonto-ohjelmaa sisältävä paketti voisi olla monivalintainen, ja ryhmän voisi jakaa kahteen osaan sen mukaan, mitä he haluaisivat tehdä. Mahdollisuuksien mukaan ryhmät voisivat lopuksi kokoontua yhteen nuotiolle eväshetken viettoon. Paketti voisi näyttää vaikkapa tältä:

Menninkäisen kasvatit:

- *Marjojen ja sienten poimintaa. Kasvien keruuta ja tunnistamista havaintolomakkeen kera. Opas mukana neuvomassa.*
- *Lintujen ja muiden eläinten bongausta ja valokuvausta. Jälkien etsintää ja tutkimista. Opas mukana ohjaamassa.*
- *Lopuksi eväshetki nuotiolla.*

Ohjaava opas olisi molemmissa aktiviteeteissa hyvä olla, koska osallistujien tietopohjat voivat olla hyvin vaihtelevia. Erilaiset opaskirjat voisivat olla lisänä, mutta oikean oppaan

neuvot mm. sienten tunnistamisessa ja eläinten tarkkailussa olisivat myös turvallisuustekijä tässä aktiviteetissa. Turvallisuusasiat liittyvät Verhelän ja Lackmanin (2003, 78) suunnitteluprosessissa mainitsemaan käytännön asioihin, jotka on otettava huomioon. Liikkuminen paikan päälle maastoon pitäisi myös miettiä, mutta tässä aktiviteetissa olisi mukana myös liikunnallisuus joka tapauksessa. Lintujen tarkkailuun parasta aikaa ovat kevät- ja syysmuuttoajat. Parhaimmillaan kevätmuutto on toukokuun kahdella viimeisellä viikolla, ja syysmuutto puolestaan alkaa jo kesäkuun lopulla ja jatkuu lokakuun lopulle asti. (Verhelä ja Lackman 2003, 115-116.) Nämä ajat ovat myös yleistä TYKY-päivien ajankohtaa ja siten hyvänä vinkkinä aktiviteettien mahdollisuuksissa. Laihialla lintujen tarkkailuun soveltuisivat alueina myös syrjässä sijaitsevat Kuutto-Levanevan luonnonsuojelualue ja Rajavuoren retkeilyalue (Laihian matkailu 2009, Levanevan luonnonsuojelualue 2009). Etäisyys Ruutin kartanosta on kuitenkin huomattava. Eläinten tarkkailussa käytetään lisäksi piiloja, lintutorneja, ruokintapaikkoja ja jopa hirvikoiran avulla tapahtuvaa hirvihaukkua, jossa koira pitää hirven paikallaan ja kääntää sen huomion itseensä kun tarkkailijat tulevat lähemmäs. (Verhelä & Lackman 2003, 116-118.) Näistä helpoimmin käytettäviä vaihtoehtoja lienevät tornit ja ruokintapaikat.

Elämyksellisyyden kannalta ympäristöön tutustuminen on hyvin moniaistista (LEO 2009). Näkö ja kuulo ovat vallitsevia, mutta myös haju ja maku voivat olla mukana. Metsän tai rypsipellon tuoksun voi aistia, ja marjoja ja sieniä voi myös maistella. Kokemuksen tasoista sekä fyysisen tason aistiminen ja älyllisen tason oppiminen ovat vahvasti mukana. Aitouskin on maastossa taattu. (LEO 2009.) Verhelän ja Lackmanin (2003, 35) teoriasta tietoisella tasolla vaikuttavat vastakohtien kokeminen, jännitys ja pelko, tiedot ja kokemukset sekä uutuus ja yllätyksellisyys. Esimerkiksi eläin- tai lintuhavainnon odottaminen voi olla hyvinkin jännittävää ja kun kohde osuu kohdalle, se yllättävää ja ilahduttaa. Tiedostamattomalta tasolta vaikuttavat selviytyminen, liikkumisen ja tekemisen tarve sekä osittain paluu primitiiviseen elämään. (Verhelä ja Lackman 2003, 35.) Nykyihmiselle ja etenkin kaupunkilaiselle luonnossa selviytyminen ei useimmiten ole enää lainkaan itsestään selvyys, vaan pikemminkin uusi ja erilainen kokemus. Tällaiset aktiviteetit voivatkin tuoda ihmisen lähemmäs luontoa, ja tarjota oppimisen, oivalluksen ja ymmärryksen kokemuksia. Myös halu luonnonsuojeluun voi lisääntyä.

5.3 Liikuntamatkailu ja liikunnalliset aktiviteetit

Kolmanneksi suosituimmaksi aktiviteettien aihepiiriksi nousi kyselyssä liikunnalliset aktiviteetit. Ne liittyvät tietenkin eniten liikuntamatkailuun (Verhelä & Lackman 2003, 125). Liikuntamatkailu kasvaa tasaiseen tahtiin. Sen alkuna voidaan pitää antiikin olympialaisia. Suomessa nykyisessä muodossa oleva, matkailuelinkeinon osana oleva liikuntamatkailu on alkanut vasta 1980- ja 1990-luvuilla. Erään määritelmän mukaan liikuntamatkailu on matkailua, jossa ulkopaikkakuntalaiset hyödyntävät alueen liikuntapalveluja, ja matkan motiivina on osallistuminen liikunta-aktiviteetteihin tai -tapahtumiin tai tällaisten tapahtumien seuraaminen. Liikuntamatkailussa ei kaikkien matkailijoiden kohdalla ole tärkeintä oma fyysinen suoritus, vaan olennaista on se, että matkailupalvelujen kokonaisuus liittyy liikuntaan. (Verhelä & Lackman 2003, 125.) Myös TYKY-aktiviteeteissa on osaltaan ideana tuottaa iloa liikunnasta, ja innostaa työntekijöitä liikkumaan.

Liikunta- ja terveysturmatkailu ovat kytköksissä toisiinsa itsensä hoitamisen ja fyysisen kunnan ylläpitämisen kautta. Liikunnallinen itsensä hoitaminen on liikuntamatkailua. Liikkuminen on myös osa hyvinvointiajattelua, ja aktiivisen liikuntamatkailun suosion kasvu johtuukin muutoksista ihmisten elämäntavoissa ja arvomaailmassa. Toisaalta liikuntamatkailua on perinteisesti pidetty tavalla tai toisella luontomatkailuun liittyvänä. Koska luonnon, vihreiden arvojen, kestävän kehityksen ja luonnonsuojelun arvostus on noussut, myös luonnossa liikkuminen on lisääntynyt. (Verhelä & Lackman 2003, 125-126.)

Liikunta ja urheilu tarjoavat nykypäivänä tärkeitä elämyksiä monella eri tasolla. Itse liikunnallinen suoritus tuo jo hyvän olon. Lisäksi ryhmässä tai joukkueessa olo palvelee ihmisen sosiaalisia tarpeita, menestyminen suorituksissa kohottaa itsetuntoa, ja myös toisten suoritusten seuraamisesta ja ihailusta voi nauttia. Erilaiset TYKYyn ja TYHYyn liittyvät projektit ovat myös tuottaneet liikuntaharrastuksia varten sekä paikkoja että rahoitusta liikunnallisten lyhytlomien ja kuntoremonttien järjestämistä varten. Liikunnan

yhdistäminen matkalla olemiseen tai TYKY-päivän viettoon on helppoa, koska uusien asioiden kokeilu onnistuu paremmin kun ollaan muutenkin irti arjen rutiineista. (Verhelä & Lackman 2003, 126.)

Liikuntamatkailun asiakkaat muodostuvat kotimaisista ja ulkomaisista vapaa-ajan matkustajista sekä nykyisin yhä useammin myös työmatkalaisista. Liikuntamatkailua yhdistetään usein työmatkailuun liittyviin incentive- eli kannustematkoihin. Liikuntamatkailua sisältävissä aktiviteeteissa on kuitenkin muistettava huomioida eri asiakasryhmien tarpeet ja mahdollisuudet osallistua erilaisiin lajeihin, sekä sovellettava aktiviteettien vaikeusaste asiakkaiden voimien ja kykyjen mukaisiksi. (Verhelä & Lackman 2003, 127.) Eräs kyselyyn vastaaja toivookin ettei ohjelmassa olisi ”suuria urheilusuorituksia”. Osanottajien erilaiset kuntotasot onkin otettava huomioon TYKY-aktiviteeteissa, niin ettei mikään laji tai ohjelmanumero ole liian rankka. Myös lämmittely ennen liikuntasuoritusta ja venyttely suorituksen jälkeen kuuluvat urheilulliseen ohjelmaan. TYKY-päivissäkin kunnon kohottaminen on hyvä aloittaa kevyellä liikunnalla. (Verhelä & Lackman 2003, 133-134.)

Liikuntapalvelutarjonta voidaan jakaa kuntoliikunta-, virkistysliikunta- ja urheilupalveluihin. Liikuntamatkailun osiot voidaan jakaa puolestaan peleihin ja leikkeihin, wellness-ajatteluun, aktiiviseen liikuntaan, yleisönä olemiseen ja nostalgiamatkailuun. Yleisönä oleminen liittyy urheilutapahtumien ja -kilpailujen seuraamiseen ja täten passiiviseen liikuntamatkailuun. Nostalgiamatkailussa kohteena ovat urheilusuoritusten tai -tapahtumien järjestämispaikat, museot ja esimerkiksi kannattajajoukkojen kohtaamiset. Aktiivista liikuntaa sisältävissä matkailutuotteissa käytetään oheispalveluna arkiliikuntaa, esimerkiksi kävelyä, sauvakävelyä tai holkkaa. Muita aktiviteetteja voivat olla vaeltaminen, murtomaahiihto, laskettelu, lumikenkäily, polkupyöräily, melonta, ratsastus ja viihteelliset kilpailut ja leikit. Pyöräilyssä on huomioitava, että maastopyöräily on maantiepyöräilyä rankempaa ja vaatii liikkujalta parempaa kuntoa. Viihteellisissä kilpailuissa ja leikeissä ohjelma on kevyen liikunnallista. Kilpailut ja leikit voivat olla myös osa laajempaa kokonaisuutta, kuten team-building -tuotteita. Talvisina lajeina voivat tällöin olla

hiihtäminen neljän hengen suksilla, kilpailu pareittain potkukelkoilla, ryhmämäenlasku jätesäkeillä tai lumilinnan rakentaminen. Kesälajeina voivat olla esimerkiksi saappaanheitto, suunnistus, nuotion sytyttäminen, lautan rakentaminen, suolla juoksu ja rullaluistelu. (Verhelä ja Lackman 2003, 131-137.)

Kyselyn vastaajat mainitsevat myös joitain talvisia lajeja, kuten hiihdon, laskettelun, lautailun ja lumikenkäilyn. Hiihto ja lumikenkäily ovat hyvin mahdollisia lajeja Ruutin kartanossakin, mutta talvikuukaudet eivät ole kyselyn mukaan yleistä TYKY-aikaa, vaan pääpaino on keväässä ja syksyssä kuten kappaleen kolme lopussa todettiin. Myös aiemmin mainitut ratsastus ja maatilain perinteiset työt ovat toivelistalla. Ulkoilun, ryhmäsuunnistuksen ja patikoinnin lisäksi toivotaan ”*inspirointia liikkumiseen ja uusiin lajeihin*”. Ympäristö on jälleen ollut vastaajien mielessä myös: ”*Mahdollisimman maaseutu-läheinen ohjelma olisi suotavaa. Myös sellainen ohjelma, jota ei yleensä tule tehtyä. ...*” (nainen 20-30v). ”*...Myös esim. urheilu-/ seikkailuradan voisivat osallistujat rakentaa itse ja sen jälkeen ”toteuttaa”. ...*” (nainen 20-30v). ”*-tiimiaktiviteetit, jotka on yhdistetty kartanoteemaan: saappaanheitto, hevosenkengänheitto, jne*” (nainen 41-50v).

Pyöräilyn ja sauvakävelyn tyyppisten selvien lajien lisäksi voisi suunnitella liikunnallista ohjelmaa Ruutin kartanon pihapiiriin edellä esitettyjen esimerkkien tavoin. Rastikierros sisältäisi erilaisia aktiviteetteja, joita voisi kiertää pienryhmissä. Paketti voisi näyttää esimerkiksi tältä:

Aatun aamujumppa:

- *alkulämmittelynä keppijumppa*

- *rastit: esim. *letkajenkkää talon ympäri, *maitotonkkien siirtäminen paikasta toiseen sokkona, muut neuvovat oikeaan paikkaan, *esteradan selvittäminen maitokärryillä paria kuljettaen, *satulaviesti, jossa painavia valjaita ja satuloita pitää kantaa, *hevosenkengänheitto, *lypsäminen tekolehmästä, *tulenteke*

- *lopuksi mahdollisuus latotansseihin tai loppuvenyttely*

Rasteissa voisi olla valmiita vaihtoehtoja, mutta myös erään vastaajan ehdotus osallistujien itse suunnittelema urheilu- tai seikkailuradasta voisi olla toimiva. Tällöin osallistujille voisi antaa välineitä, tarvikkeita ja materiaalia, joista he voisivat itse kehittää tehtävärasteja. Tällainen tehtävä olisi sekä luova että liikunnallinen.

Elämysten teorioiden kannalta tällaisissa aktiviteeteissa korostuu eniten tiedostamattomalta tasolta liikkumisen ja tekemisen tarve. Myös paluu primitiiviseen elämään tulee esiin vanhanaikaisten esineiden ja askareiden muodossa. (Verhelä & Lackman 2003, 35.) Toisena merkittävänä tekijänä on aktiviteettien suuri vuorovaikutuksellisuus (LEO 2009). Perinteisiä töitähän toivottiin vastauksissa melko paljon. Tietoiselta tasolta vastakohtien kokeminen ja kontrasti ovat läsnä, kun aktiviteetit ovat vanhanajan hengen mukaisia, ja aktiviteeteissa saa heittäytyä hieman lapselliseksi (Verhelä & Lackman 2003, 35, LEO 2009). Leikkiminen ei aikuisille ole kuitenkaan jokapäiväistä, ainakaan työympäristössä ja työkavereiden kesken. Vanhanajan henki rasteissa voi myös luoda pienen illuusion aikamatkasta vanhaan aikaan. Maitotonkkien käsittely on monelle myös uusi kokemus, joten uutuus ja yllätyksellisyys ovat yhtenä tekijänä myöskin. (Verhelä ja Lackman 2003, 35.) Liikunnallisissa aktiviteeteissa korostuvat tässä läpikäydyistä aktiviteettityypeistä vahvimmin ja selvimmin myös TYKY-toiminnan mukaiset ideat, kuten fyysisen kunnon ylläpito ja yhteishengen luominen (Verhelä & Lackman 2003, 142-143).

Kaiken kaikkiaan voi huomata, miten elämysten erilaiset tekijät painottuvat eri lailla erityyppisissä aktiviteeteissa. Useita tekijöitä voi olla löydettävissä yhdestä aktiviteetista, mutta muutama tekijä nousee kuitenkin vallitsevaksi. Verhelän ja Lackmanin (2003, 35) mallissa mainittu tietoisien tason muistoihin palaaminen voi monessa aktiviteetissa, ja jo osallistujan mielessä paikan päälle saavuttaessa, nousta esiin jo paikan ja sen miljöön vuoksi. Pelkkä miljöö voi siis jo vaikuttaa suuresti aktiviteettien ja TYKY-päivän elämyksellisyyteen.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Kaiken kaikkiaan kysely tuotti hyvin tietoa TYKY-asiakkaiden toiveista. Eri aktiviteettien ja osatekijöiden merkityksellisyys tuli selväksi, ja viimeisessä avoimessa kysymyksessä vastaajat kuvailivat hyvin ajatuksia, ehdotuksia ja toiveitaan. Moni tuntui olevan innostunut TYKY-aiheesta ja myös ajatuksesta viettää TYKY-päivä maalla. Ehdotukset ja toiveet auttoivat myös aktiviteettien ideoinnissa. Suosituimmat aktiviteetit olivat rentoutuminen, ympäristöön tutustuminen ja liikunnalliset aktiviteetit. Monet kokivat maaseudun TYKY-päivän mahdollisuutena rauhoittumiseen, rentoutumiseen, iloiseen yhdessäoloon ja yhteytenä luontoon. Sopiva liikunnallisuus, ulkoilu ja olemisen rentous iltaohjelman kera oli usean vastaajan unelmana.

Ruutin kartanon nykyistä TYKY-ohjelmatarjontaa lähdin kehittämään lähinnä vanhojen tuotteiden parantelun pohjalta. Kyseinen menettely on yksi tuotekehityksen muodoista (Jokinen 2001, 9, Komppula & Boxberg 2002, 93). Aktiviteettien muokkaaminen, monipuolistaminen ja paketointi lisäävät selkeyttä TYKY-tarjontaan. Valmista pakettia on helpompi tarjota asiakkaalle, ja sitä voidaan mallin pohjalta yhdessä tilaajan kanssa räätälöidä ryhmälle sopivaksi ja ryhmän toiveita vastaavaksi.

Elämyksellisten aktiviteettien suunnittelussa olivat myös mukana erilaiset teoriat. Verhelän ja Lackmanin (2003, 93-191) teoria matkailun ohjelmapalveluiden jakamisesta eri alaluokkiin matkailutyyppejen mukaisesti auttoi jäsentelemään aktiviteetteja erilaisiin ryhmiin. Jako ei ollut jyrkkä, mutta matkailutyyppeihin perehtyminen selvensi eri mahdollisuuksia ja antoi ajatuksia aktiviteettien ideointiin. Elämyksellisten tekijöiden pohtimisessa auttoivat elämysten eri teoriat (Pine & Gilmore 1998, 46-50, Verhelä & Lackman 2003, 35, LEO 2009). Näistä teorioista pystyi kunkin aktiviteetin kohdalla valitsemaan parhaiten aktiviteettiin sopivat elämysten osa-alueet, ja rakentamaan

aktiviteettien elämyksellisyyttä niiden pohjalta. Suunnittelussa huomasi myös, että jokaisessa aktiviteetissa tietyt elämysten piirteet nousivat vallitseviksi, vaikka muitakin piirteitä pystyi aktiviteetteihin yhdistämään tueksi. Vastaajien toiveet olivat jälleen myös apuna ideoinnissa. Niistä pystyi poimimaan asioita, joita kaupunkilaiset vastaajat pitäisivät arvokkaina ja elämyksellisinä maaseudun TYKY-päivän ohjelmassa. Tällaisista tekijöistä nousi ylivoimaisesti toivotuimmaksi maatalan työt ja perinteiset, vanhanajan askareet.

Ruutin kartanoon ja sen miljööseen soveltuvien ohjelmanumeroiden suhteen otin huomioon kaksi eri näkökulmaa ja vertasin niiden yhteensopivuutta. Ensimmäisen näkökulman muodosti yrityksen liikeidea. Sen mukaan Ruutin kartano on vanhan ajan mummolan korvike ja tarjoaa erilaisen vaihtoehdon aitoa maalaistunnelmaa etsiville niin kokoukseen, juhlaan kuin majoitukseenkin (Ruutin kartano 2009). Leppoisaa ilmapiiriä ja rauhallisuutta halutaan korostaa, eikä pihapiiriin kaivata meluisia aktiviteetteja, kuten mönkijäajeluita. Maatalan vanhanaikaista henkeä ja rauhallista miljöötä haluttiin kunnioittaa myös aktiviteeteissa. Kyselyn vastaajat olivat hyvin samoilla linjoilla mainitessaan rentoutumisen, raikkaan ulkoilman ja yhteyden luontoon. Täten näkemykset menivät hyvin yhteen, ja toivottuja piirteitä noudatettiin aktiviteettien suunnittelussa.

Kyselyn validiteetti ja reliabiliteetti ovat melko hyvät. Validiteetti tarkoittaa mittarin kykyä mitata sitä, mitä on tarkoitus. Reliabiliteetti tarkoittaa puolestaan mittauksen luotettavuutta. (Koivula ym. 1999, 26-27.) Erityisesti aktiviteettien eri aihepiirien suosittuus ja tärkeys tulevat hyvin esiin tutkimuksen tuloksista. Aikaresurseja ja TYKY-päivän ajankohtaa selvittävät avoimet kysymykset 8-10 tuottivat laajan kirjon vastauksia, mikä tuotti haastetta vastausten luokitteluun. Tästä huolimatta tarvittava tieto saatiin selvitettyä. Kysymyksiin 8 ja 9 olisi kuitenkin voinut lisätä pyynnön vastauksen ilmoittamisesta selvästi tunteina tai päivinä selkeyden vuoksi. Muutkin kysymykset tuottivat hyödyllistä ja tarkoituksen mukaista lisätietoa TYKY-päivien rakenteesta.

Reliabiliteettikin on suhteellisen hyvä kun ottaa huomioon, että kysely tehtiin pienen yrityksen. Vastauksia tuli mukavasti, ja vain kysymyksessä seitsemän tuli virheellisiä vastauksia isompi määrä. Täten kyseisen kohdan otanta jäi muita kysymyksiä hieman pienemmäksi. Kyselyssä olivat muuten mukana kaikki tulleet vastaukset. Vastausten sähköinen seuranta mahdollisti virheellisten vastausten huomaamisen kysymyksen 7 kohdalla, ja tarkentavan lauseen lisäys auttoi vähentämään vääriä vastauksia. Kyselylomake oli tarkistettu etukäteen muutamalla ihmisellä, mutta ensimmäiset kyselyyn vastaavat henkilöt suorittivat lopullisen testauksen, ja paljastivat tämän yksittäisen ongelman. Kysymyksen 6 muotoilu taisi kuitenkin eniten sekoittaa vastaajien mieltä seuraavassa kohdassa, jossa oli tarkoitus käyttää siis paremmuusjärjestystä. Jos mittaus toistettaisiin, saataisiin luultavasti samankaltaisia tuloksia. Vastauksiin kuitenkin vaikuttavat hieman mm. mukana olevat ja kyselyyn osallistuvat yritykset.

Tämän tutkimuksen tuloksista voivat hyötyä Ruutin kartanon lisäksi muut maaseutumatkailuyritykset, jotka tarjoavat TYKY-ohjelmaa, muut TYKY-toimintaa tarjoavat yritykset ja miksei myös TYKY-toimintaa omissa työpaikoissaan suunnittelevat henkilöt. Esimerkiksi aikatoiveet, luentohalukkuus ja ehdotukset TYKY-päivän ohjelmaksi voisivat olla hyvinä vihjeinä yrityksissä. Tämän tutkimuksen alue on rajattu kylläkin maaseudun TYKY-päiviä koskevaksi, joten se ei päde kaikentyypisiin TYKY-ohjelmiin.

Työn tuloksena syntyi erilaisia pakettivaihtoehtoja, jotka oli ideoitu eri teemojen mukaan. Paketit on tarkoitettu Ruutin kartanon omistajalle vinkkejä ja virikkeitä antaviksi. Ne eivät ole valmiita tuotekuvauksia asiakkaita varten. Seuraavina kehitysvaiheina ovatkin lopullinen tuotteistaminen, tuotteen testaus, hinnoittelu, markkinointi ja myynti, toteuttaminen sekä palaute ja kehittäminen (Verhelä & Lackman 2003, 76). Työtä siis riittää vielä ennen kuin selviää, mitkä ideoista ovat toimivimpia ja mitä tulee vielä kehittää eteenpäin. Toimeksianto asiakkaiden toiveiden selvittämisestä ja aktiviteettien ideoinnista kuitenkin täyttyi. Seuraavat kehitysvaiheet sopisivat hyvin myös tulevien opinnäytetöiden aiheiksi.

Kaiken kaikkiaan työ antoi sopivasti haastetta. Kyselyn vastaajamäärään ja onnistumiseen olin hyvin tyytyväinen. Kyselytulosten käsittely oli samaan aikaan kovapäisin, mutta mielenkiintoisin osa työtä. Aktiviteettien ideointi tuotti myös jonkin verran haastetta ja ajattelutyötä. Lopuksi kuitenkin kaikkiin kohtiin löytyi oma ehdotuksensa. TYKY-toimintaa kohtaan näyttää asiakkaiden keskuudessa olevan paljon kiinnostusta ja toivonkin, että myös näistä aktiviteetti-ideoista on hyötyä Ruutin kartanon TYKY-päivien suunnittelussa.

LÄHTEET

- Aula P., Romppainen J., Varanka P. 2004. ”Ostaisin elämyksen, kiitos”. Teoksessa Lapin elämysteollisuuden osaamiskeskus & Elämysinstituutti (toim.) *Articles on Experiences*. Rovaniemi.
- Factum. 2005. *Factum - uusi tietosanakirja 7. osa*. Porvoo: WSOY.
- Hemmi, J. 1995. *Ympäristö- ja luontomatkailu*. [omakustanne] Kokkola: Jorma Hemmi.
- Hirsjärvi S., Remes P., Sajavaara P. 2000. *Tutki ja kirjoita. 6., uudistettu laitos*. Helsinki: Tammi.
- Jokinen, T. 2001. *Tuotekehitys. Kuudes ja korjattu painos*. Helsinki: Otatieto Oy Yliopistokustannus University Press Finland.
- Juntunen R. 2004. *Tulevaisuuden matkaaja - esteettömien elämysten arvostaja*. Teoksessa Lapin elämysteollisuuden osaamiskeskus & Elämysinstituutti (toim.) *Articles on Experiences*. Rovaniemi.
- Karvinen, V. 2000. *Nauru on sisäistä hölkkää! Luento. Osaava Nainen -messut 20.10.2000*. Turku.
- Kataja, J. 2003. *Rentoutuminen ja voimavarat*. Helsinki: Edita.
- Koivula, U.-M., Suihko K., Tyrväinen J. 1999. *Mission: possible. Opas opinnäytteen tekijälle. Pirkanmaan ammattikorkeakoulun julkaisusarja C. Oppimateriaalit. Nro 1*. Tampere: Pirkanmaan ammattikorkeakoulu.
- Komppula, R., Boxberg M. 2002. *Matkailuyrityksen tuotekehitys*. Helsinki: Edita.
- Leppänen, T. 1999. *Rentoutuminen - avoin ovi jaksamiseen*. Helsinki: Työturvallisuuskeskus.
- Liedes, O., Ketonen, S. 2004. *Elämyksiä ja kulttuuria kaupunkikohteessa*. Teoksessa Lapin elämysteollisuuden osaamiskeskus & Elämysinstituutti (toim.) *Articles on Experiences*. Rovaniemi.
- Matkailun edistämiskeskus MEK. 2005. *Hyvinvointi- ja wellness-matkailun peruskartoitus. Loppuraportti 4.3.2005*. MEK A: 144. Helsinki: Edita.
- Ooi, C. 2004. *Tourism experiences as attention products*. Teoksessa Lapin elämysteollisuuden osaamiskeskus & Elämysinstituutti. (toim.) *Articles on Experiences*. Rovaniemi.

- Perttula, J. 2004. Ihminen matkustaa, mutta miksi? Teoksessa Lapin elämysteollisuuden osaamiskeskus & Elämystinstituutti (toim.) *Articles on Experiences*. Rovaniemi.
- Pine, J., Gilmore J. H. 1998. Tervetuloa elämystalouteen (suom.). *Fakta* 10/1998, 38-50.
- Studia. 1994. *Studia tuotokeskuksen tietosanakirja*. Jyväskylä: Gummerus.
- Tarssanen S. 2005. *Elämystuottajan käsikirja*. 2. painos. Rovaniemi: Lapin elämysteollisuuden osaamiskeskus (LEO), EXTRA-hanke.
- Verhelä, P., Lackman, P. 2003. *Matkailun ohjelmapalvelut*. 1. painos. Porvoo: WS Bookwell Oy.

Elektroniset lähteet:

- Andila, M. 2009. Naurukonsulentti Maria Andilan kotisivut. [Muokattu 17.10.2008 13:01:21] Luettu 30.3.2009. <http://www.kolumbus.fi/andila/index.html>.
- Annan luontaishoidot. 2009. Annan luontaishoidot. [Muokattu 7.4.2009 15:40:49] Luettu 13.4.2009. <http://www.annanluontaishoidot.fi/fi/index.htm>.
- Härmän kuntokeskus. 2009. Työhyvinvointi. [Muokattu 26.2. 2009 1:41:19]. Luettu 26.2.2009. <http://www.harmankuntokeskus.fi/8.html>.
- Laihian matkailu. 2009. Laihian matkailukohteet: nähtävyyksiä ja käyntikohteita. Luettu 14.4.2009. <http://www.laihia.fi/62.html>.
- Leikkimieli Ky. 2009. Luettu 30.3.2009. <http://www.leikkimieli.fi/>.
- LEO: Lapin elämysteollisuuden osaamiskeskus. 2009. Elämyskolmio. Luettu 12.4.2009. http://www.leofinland.fi/LEO/Suomeksi/elamys/elamyskolmio_-malli.iw3.
- Levanevan luonnonsuojelualue. 2009. Levanevan luonnonsuojelualue. Päivitetty 4.3.2009. Luettu 14.4.2009. www.luontoon.fi/levaneva.
- Losvik, L. 2009. Lars Losvik: Training & Development. Päivitetty 20.3.2009. [luennoitsija]. Luettu 28.3.2009. <http://www.larslosvik.com/index.html>.
- Kela. 2009. Kuntoutus. Julkaistu 26.1.2009. Luettu 26.2.2009. <http://www.kela.fi/in/internet/suomi.nsf?Open>.
- Nicehouse. 2003. Nauru on sisäistä hölkkää! [Muokattu 31.3.2003 13:15:24] Luettu 30.3.2009. <http://www.nicehouse.fi/omahuone/elamanvo/nauru.htm>.

Ruutin kartano. 2009. Luettu 23.2.2009, 12.4.2009.

<http://www.ruutinkartano.com/index.html>.

TYKY-kuntoseteli. RJ-Kuntoiluseteli Oy. 2009. Luettu 26.2.2009. <http://www.tyky-kuntoseteli.fi/>.

Työterveyslaitos. 2007. Tykytoiminta – suomalainen innovaatio. Päivitetty 8.11.2007. Luettu 16.2.2009, 26.2.2009. <http://www.ttl.fi/Internet/Suomi/Aihesivut/Tykytoiminta/>.

Vaasa. 2008. Vaasan kaupungin kotisivut: väestö. Taulukko ”Vaasalaiset äidinkielen mukaan 31.12.2007”. Lähteenä Tilastokeskus: kaupunkisuunnittelu TL 25.4.2008.

Päivitetty 20.5.2008. Luettu 7.4.2009.

http://www.vaasa.fi/Suomeksi/Etusivu/Tietoa_Vaasasta/Tilastotietoja_Vaasasta_/Vaesto

LIITTEET

LIITE 1 SUOMENKIELINEN KYSELYLOMAKE

ollut saatavilla osoitteessa <http://www.tuunix.fi/hanna/fin>

Kysely liittyen TYKY-ohjelman kehittämiseen maaseudulla

Kyselylomake

Vastaathan kaikkiin kysymyksiin, kiitos!

1. Oletko

- Mies
 Nainen

2. Ikäsi

- alle 20v 20-30v 31-40v 41-50v 51-60v yli 60v

3. Missä yleisimmin olet ollut työyhteisösi kanssa TYKY-päivillä?

- kulttuurikohde (esim. teatteri, elokuva jne.)
 urheilukohde tai -aktiiviteetti (esim. urheilukeskus, melonta, keilailu jne.)
 kylpylä tai hoitola
 maaseutukohde
 joku muu, mikä?

4. Oletko ollut maaseudulla TYKY-päivillä?

- kyllä ei

5. Oletko ollut TYKY-päivillä Ruutin kartanossa Laihialla?

- kyllä ei

Seuraavat kysymykset koskevat TYKY-päivän viettoa maaseudulla.

Vastaa niihin, vaikka et olisikaan koskaan ollut maaseudulla TYKY-päivillä.

Kysymysten tarkoitus on kartoittaa mitkä seikat olisivat sinulle tärkeitä jos tulisit työyhteisösi kanssa maaseudulle TYKY-päivän viettoon.

6. Kuinka merkityksellisinä koet seuraavat asiat (onnistuneen) TYKY-päivän ohjelmakokonaisuuden osalta? (5=hyvin tärkeä, 4= melko tärkeä, 3= samantekevä 2=melko merkityksetön 1= merkityksetön)

- Ympäristö ja siihen tutustuminen, luonto
 Ohjelman viihteellisyys, kisailut/ kilpailut, tarinat
 Kilpailuhenkisyys (ajanotto kisailuissa, kilpailuasetelma aktiiviteeteissa esim. joukkueiden kesken)
 Rentoutuminen ja/tai hiljentymisen, oma hyvinvointi
 Saunominen
 Hyvä ruoka
 Yhdessäolo, ryhmähengen kohotus
 Yhdessä tekeminen, yhteiset aktiiviteetit

(jatkuu)

LIITE 1: 2 (2)

7. Minkä tyyppiset aihepiirit kiinnostaisivat sinua eniten TYKY-päivän ohjelman lomassa?
Numeroi parhaimmusjärjestykseen 1-6 (1=kiinnostavin 6= vähiten kiinnostava).

Huom! Käytä jokaista numeroa vain kerran!

- liikunnalliset aktiviteetit
- kulttuuriset aihepiirit (esim. maatilan vanhat tavat ja perinteet)
- historia (esim. historialliset tapahtumat alueella)
- ruoanvalmistus ryhmän kanssa (ohjeistuksen kera)
- ympäristöön tutustuminen
- rentoutuminen (sauna, hoidot esim. hieronta, luontaishoidot)

8. Kuinka paljon aikaa toivoisit työryhmälläsi olevan käytettävissä TYKY-päivän ohjelmaan?

9. Kuinka paljon aikaa TYKY-ohjelmaan on yleensä käytettävissä työpaikkasi puolesta?

10. Mihin aikaan yleensä vietätte TYKY-päivää työryhmäsi kanssa?
Vastaa 1-2 kuukauden tarkkuudella.

11. Haluaisitko TYKY-päivän sisältävän jonkin luennon?

(esim. työssäjaksamisesta, hyvän työilmapiirin luomisesta, ravitsemuksesta ja lähiruoan merkityksestä tms.)

kyllä ei ei välillä

12. Ajatuksia, ehdotuksia, toiveita maaseudulla tapahtuvan TYKY-päivän ohjelmaan:

Kiitos vastaamisesta!

Mikäli haluat osallistua Kartanon juhla-kakun arvontaan, täytä kyselyn lähettämisen jälkeen tuleva osallistumislomake.

Voitto toimitetaan suoraan työpaikallesi.

Hyvää syksyn jatkoa!

(kilpailulomake tulee näkyviin lähetettyäsi lomakkeen)

Lähetä

[Tuunix Oy -verkkokauppa, nettisivut, sekä internet-sovellukset edullisesti](#)

Lähetämisen jälkeen tuli esiin arvontaosio, jossa kysyttiin nimi, yritys, osasto ja kaupunki.

LIITE 2 RUOTSINKIELINEN KYSELYLOMAKE

ollut saatavilla osoitteessa <http://www.tuunix.fi/hanna/sve/>

Förfrågning över utvecklande av TYKY-programmet på landet

Förfrågning

Svara på alla frågorna, tack!

1. Är du
 man
 kvinna
2. Ålder
 Under 20 år 20-30år 31-40år 41-50år 51-60år över 60 år
3. Var har du i regel tillbringat sk. TYKY-dagarna med din arbetsgemenskap?
 kulturmål (t.ex. teater, bio)
 sportmål eller -aktivitet (t.ex. sportcenter, paddling, bowling osv.)
 bad eller olika möjligheter av skönhetsvård
 landsbygds mål
 någon annat, vad?
4. Har du någon gång tillbringat TYKY-dagarna på landet?
 ja nej
5. Har du tillbringat TYKY-dagarna i Ruutin kartano i Laihela någon gång?
 ja nej

Följande frågor handlar om att tillbringa TYKY-dagarna på landet.
 Svara på dem även om du har aldrig tillbringat TYKY-dagarna på landet.
 Meningen med frågorna är att kartlägga vilka saker skulle vara viktiga för dig om du någon gång kommer att tillbringa TYKY-dagarna på landet med din arbetsgemenskap.

6. Hur viktiga finner du saker av följande slag när du tänker om en (lyckad) TYKY-dag och dess programhelhet?
 (5=mycket viktig, 4=ganska viktig, 3=egal, 2=ganska obetydlig, 1=obetydlig)

- Omgivning och att bekanta sig med den, natur
- Underhållningsbarhet av programmet, tävlande/ tävlingar, berättelser
- Tävlingsanda (*tidtagning på tävlande, konkurrens i aktiviteterna t.ex. mellan grupper*)
- Avkoppling och/eller inre samling, eget välbefinnande
- Bastubad
- God mat
- Samvaro, förbättring av gruppsanda
- Att göra någonting tillsammans, gemensamma aktiviteter

(jatkuu)

LIITE 2: 2 (2)

7. Vilken typ av motivkretsar skulle intressera dig mest invid TYKY-dagarnas program?
Numrera 1-6 (1=mest intressant 6=minst intressant).

Obs! Använd varje nummer bara en gång!

- idrottsliga aktiviteter
- kulturella motivkretsar (t.ex. lantgårdens gamla seder och traditioner)
- historia (t.ex. historiska händelser på regionen)
- matlagning med gruppen (med instruktion)
- att bekanta sig med omgivningen
- avkoppling (bastu, vård t.ex. massage, naturläkekonst)

8. Hur mycket tid skulle du önska ditt arbetslag att ha på att använda på TYKY-dagarnas program?

9. Hur mycket tid för TYKY-programmet står vanligen till buds på ditt företags vägnar?

10. Vid vilken tid har ni vanligen TYKY-dagarna med ditt arbetslag?

Svara med exakthet på 1-2 månader.

11. Skulle du vilja TYKY-dagarna att innehålla någon föreläsning
(t.ex. av "työssåjaksaminen" hur man orkar i arbetet, god arbetsplatsmoral, nutrition och betydelse av närmät)

- ja nej ingen betydelse

12. Ideer, förslag, önskemål för TYKY-dagarnas program på landet:

Tack för ditt svar!

Om du vill delta i lottningen av en "Lantgårds festårta", du kan fyll i lottningskupongen efter du har skickat det här frågeformuläret.

Vinsten förs rakt till din arbetsplats.

Trevlig höst!

Skicka

[Tuunix Oy -verkkokauppa, nettisivut, sekä internet-sovellukset edullisesti](#)

Läheittämissen jälkeän tuli esiin arvontaosio, jossa kysyttiin nimi, yritys, osasto ja kaupunki.

LIITE 3 LÄHETEKIRJE

Hei!

Olen matkailualan opiskelija ja tekemässä opinnäytetyöhöni liittyen TYKY-aiheista kyselyä. Voisitko jakaa kyselyä työntekijöillenne? Kyselylomake on sähköisessä muodossa sekä suomeksi että ruotsiksi, joten sitä voisi helposti levittää sähköpostitse. Myös paperiset versiot ovat saatavilla, mikäli taukotiloissanne olisi sopiva paikka niille. Ilmoitattehan mikäli arvelette tarvetta olevan myös paperisille versioille, niin lähetän ne liitteenä. Alla on kuitenkin sähköisen version lähetekirje ja linkki kyselyyn, jota voi jakaa jo sellaisenaan. Palautuspäivää voitte tarvittaessa muuttaa tekstiin jos kysely lähtee jakoon vasta myöhemmin. Mutta kuitenkin tuo 2 viikkoa on vastausajan pituus. Mikäli vaihdatte palautuspäivämäärää, ilmoitattehan siitä minulle, jotta tiedän odotella vastauksia.

Ystävällisin terveisin
Hanna Syrjälä
Pirkanmaan ammattikorkeakoulu

Hei!

Olen matkailualan opiskelija Pirkanmaan ammattikorkeakoulusta, Ikaalisten toimipisteestä. Teen **opinnäytetyötä** laihialaiselle Ruutin kartano -nimiselle matkailutilalle liittyen **TYKY-ohjelmatarjonnan kehittämiseen**. Ohessa oleva **kysely** liittyy siis opinnäytetyöhöni. Ruutin kartano on Laihialla toimiva perheyritys ja matkailumaatila, joka tarjoaa ympäri vuoden maatilamajoitusta sekä kokous- ja juhlapalveluja (www.ruutinkartano.com). TYKY on lyhenne sanoista työkykyä ylläpitävä toiminta. TYKY-toiminnalla tarkoitetaan siis työkyvyn ylläpitoon ja työssäjaksamiseen tähtäävää toimintaa. TYKY-päivät voivat sisältää sekä fyysiseen että henkiseen hyvinvointiin ja sen kehittämiseen tähtäviä aktiviteetteja. Myös virkistäytyminen ja yhdessäolo ovat tärkeitä TYKY-toiminnassa.

Olisin kiitollinen pienestä hetkestäsi, joka vastaamiseen kuluu. Kyselyn täyttäminen kestää vain noin 5 min, joten voit täyttää sen vaikka saman tien! Tarvitsen vastauksia sekä maaseudulla joskus TYKY-päivää viettäneiltä että niiltä, jotka eivät ole maaseudulla TYKY-päivää viettäneet. Jokainen vastaus on siis arvokas, jotta noin sadan vastauksen vaatimus täyttyy!

Kyselyn lopussa on arvontaosio, jossa palkintona on suussasulava Kartanon juhkakakku. Kakku toimitetaan voittajalle suoraan työpaikalle, joten työpaikan yhteystiedot riittävät. Arvontaan osallistuminen on vapaaehtoista. Vastaathan muuten kuitenkin kaikkiin kysymyksiin, kiitos! Lisätietoja voi tarvittaessa kysellä allekirjoittaneelta.

Vastausaika on kaksi viikkoa, joten **palautathan kyselyn maanantaihin 27.10. mennessä!**

Aurinkoista syksyn jatkoa ja onnistuneita TYKY-kokemuksia!

Toivottaa
Hanna Syrjälä
PIRAMK/ Ikaalisten toimipiste
hanna.syrjala@piramk.fi
puh. 040 7028461

Linkki kyselyyn:

<http://www.tuunix.fi/hanna/fin/>

***** (jatkuu)

LIITE 3: 2 (2)

Hej!

Jag är en studerande från Birkalands yrkeshögskola i Ikalis. Jag studerar turism och gör mitt **examensarbete** för turistbondgården Ruutin kartano i Laihela. Examensarbetet gäller **utvecklandet av programutbudet av sk. TYKY-verksamheten**. Denna **förfrågnigen** anknyter alltså till mitt examensarbete. Ruutin kartano är ett familjeföretag och en lantgård som fungerar i Laihela och erbjuder inkvartering i stil med "Bed and Breakfast" samt mötes- och festservice runtom året. (<http://www.ruutinkartano.com/svenska.html>). Ordet TYKY är en förkortning av finska ord "työkykyä ylläpitävä toiminta", alltså verksamhet för att upprätthålla och främja arbetsförmågan. Sk. TYKY-verksamhet menar alltså verksamhet som siktar till underhåll av arbetsförmåga och "työssäjäksaminen", att man orkar i arbetet. TYKY-dagarna kan innehålla aktiviteter som siktar både på fysisk och mental välmåga och aktiviteter som siktar på utveckling av dessa saker. Rekreation och samvaro är också viktiga saker i TYKY-verksamheten.

Jag skulle vara tacksam för din lilla stund som det tar att svara på denna förfrågnigen. Att fylla in den tar bara cirka 5 minuter så du kan fylla den i även genast! Jag behöver svar både av dem som har någon gång tillbringat TYKY-dagarna på landet och av dem som har inte gjort det. Vart och ett svar är alltså värdefullt, så att kraven av ungefär hundra svar ska uppfyllas!

I slutet av förfrågnigen finns det en lottnigen i vilken det finns en lækker tårta "Lantgårds festtårta" som priset. Tårten förs rakt till arbetsplats varför arbetsplatsens kontaktuppgifter räcker. Det är frivilligt att delta i lottnigen. Svara ju annars på alla frågorna, tack! Vid behov kan mera information frågas från undertecknad.

Svartid är två veckor, följaktligen **återlämna förfrågnigen innan måndagen 27.10. !**

Soliga hösten och lyckade TYKY-upplevelser!

Önskar

Hanna Syrjälä

Birkalands Yrkeshögskola/ Ikalis

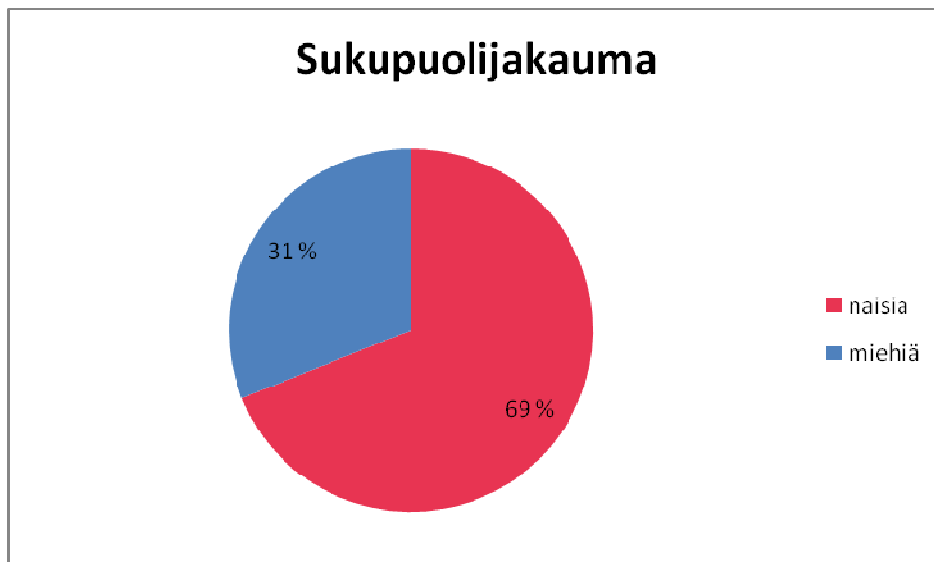
hanna.syrjala@piramk.fi

tel. 040 7028461

Länken till förfrågnigen:

<http://www.tuunix.fi/hanna/sve/>

LIITE 4 SUKUPUOLIJAKAUMA



LIITE 5 YLEISIN TYKY-KOHDE

