



Kari Mouhu
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi (AMK)-Diakoniatyö
Opinnäytetyö, 2023

RUOKAJAON MERKITYS LAUKAALAISILLE AVUNTARVITSIJOILLE

TIIVISTELMÄ

Kari Mouhu
Hävikkiruokajaan merkitys laukaalaisille avuntarvitsijoille
Sivut 44 ja liitteet 1
Syksy 2023
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveystieteiden ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi (AMK) - Diakoniatyö

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää hävikkiruokajaan merkitystä laukaalaisille avuntarvitsijoille ja minkälainen vaikutus ruoka-apua hakevalle avuntarvitsijalle olisi ruoka-aputoiminnan päättymisellä. Tutkimuksella kartoitettiin myös avunhakijoiden taustoja sekä ikäjakaumaa.

Tutkimusympäristönä oli Laukaan kirkonkylällä toimiva ruokajakopiste ja siinä ruoka-apua hakeneet avuntarvitsijat. Tutkimus toteutettiin kvalitatiivisena eli laadullisena kyselytutkimuksena. Opinnäytetyön viitekehityksessä käsiteltiin ruoka-apua, köyhyyttä ja hävikkiruokaa, niiden muotoja sekä ilmentymiä. Aineiston keräysmenetelmänä oli kyselylomake, joka jaettiin ruokajonossa oleville. Aineisto ja tulokset analysoitiin sisältölähtöisen analyysin avulla.

Tutkimustulos osoitti, että koronapandemia ei merkittävästi lisännyt ruokajakoon osallistujien määrää, vaikka se olikin muuten vaikeuttanut avuntarvitsijoiden elämää entisestään. Tutkimuksessa kävi ilmi, että monelle apua hakevalle ruokajako ei ollut hetkellinen vaan enemmänkin pysyvä apu ja usealle eläkeläiselle pienen eläkkeen lisäksi elinehto. Hankkeen merkitys tuli ilmi tutkimuksessa etenkin kysyttäessä mitä merkitystä hankkeen ja sitä kautta myös ruokajaan loppumisella olisi. TUOJA-hankkeella oli merkittävä rooli avuntarvitsijan arjessa ja siinä selviytymisessä ja tämän kokonaisuuden loppuminen toisi suuren aukon monen ihmisen arkeen ja siinä selviytymiseen Laukaassa.

Asiasanat: hävikkiruoka, köyhyys, ruoka-apu

ABSTRACT

Kari Mouhu

The impact of the waste food distribution on those in need of help in Laukaa

Pages 44, 1 appendix

Autumn 2023

Diaconia University of Applied Sciences

Bachelor's Degree Programme in Social Services

Bachelor of Social Services, Diaconal Work

The purpose of the thesis was to find out the importance of food waste distribution for food aid needers from Laukaa and what kind of effect the end of the food aid operation would have on the needy person applying for food aid. The research also mapped the backgrounds and age distribution of the aid seekers.

The research environment was a food distribution center operating in Laukaa municipality Center and the people in need who took advantage of food aid there. The research was carried out as a qualitative survey. The framework of the thesis discussed food aid, poverty and food waste, their forms and phenomenon. The method of collecting data was a questionnaire, which was distributed to the people in the food line. The data and results were analyzed using content-based analysis.

The research result showed that the corona pandemic did not significantly increase the number of participants in the food distribution, even though it had otherwise made the lives of those in need of aid even more difficult. The research showed that for many of the people seeking help, the food distribution was not a temporary but more like a permanent help. And for many pensioners, because of a small pensions, it was a lifeblood. The importance of the TUOJA-project was revealed in the research, especially when asked what significance the end of the project and thus also the end of the food distribution would have. TUOJA- project played a significant role in the daily life and survival of the people in need, and the end of this entity would bring a big deficit in the daily life and survival for many people in Laukaa.

Keywords: Charity food aid, poverty, waste food

SISÄLLYS

| | |
|--|----|
| 1 JOHDANTO | 4 |
| 2 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT JA KESKEISET KÄSITTEET | 6 |
| 2.1 Köyhyys..... | 6 |
| 2.2 Hävikkiruoka..... | 8 |
| 2.3 Ruoka-apu | 10 |
| 3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET..... | 14 |
| 4 TUTKIMUSYMPÄRISTÖ JA TYÖELÄMÄKUMPPANIT | 16 |
| 4.1 TUOJA-hanke | 16 |
| 4.2 Tutkimusympäristö | 17 |
| 4.3 Ruoka-aputoiminnan järjestämisen vaiheet ja haasteet | 18 |
| 4.4 Ruoka-aputoiminnan koordinoiminen ja kehittäminen Laukaassa | 19 |
| 5 AINEISTON KERUU, AINEISTO JA SEN ANALYYSI..... | 22 |
| 5.1 Laadullinen tutkimusmenetelmä | 22 |
| 5.2 Kyselylomakkeen laatiminen ja toteuttaminen..... | 23 |
| 5.3 Sisällön analyysi | 24 |
| 6 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYTEEN JA LUOTETTAVUUTEEN LIITTYVÄT KYSYMYKSET..... | 27 |
| 7 TULOKSET | 29 |
| 7.1 Vastaajien taustatiedot | 29 |
| 7.2 Kyselyn tulokset..... | 33 |
| 7.3 Tutkimuksen ulkopuoliset tulokset ja toimenpiteet..... | 35 |
| 8 POHDINTA..... | 37 |
| LÄHTEET..... | 41 |
| LIITE 1. Kyselylomake | 45 |

1 JOHDANTO

Tuoreesta Köyhyysvahti-raportista käy ilmi, että kaikenlaiset kriisit osuvat kaikista kovimmin niihin ihmisiin, jotka ovat jo ennen niitä eläneet vaikeassa tilanteessa. Koronapandemian aiheuttamaa kriisiä seurasi Ukrainassa käytävä sota, elinkustannusten jyrkkä nousu sekä sähköpula. Kaikki nämä vaikutukset kohdistuvat jo valmiiksi pienituloisimpiin ja huono-osaisiin ihmisiin. (Köyhyysvahti. *Suomen köyhyysraportti 2022. i.a.*)

Ruoka-aputoiminta sai alkunsa seurakunnissa 1990-luvun laman seurauksena. Silloin ajateltiin sen olevan väliaikaista, mutta taloudellinen tuki ja ruoka-apu jäivät seurakuntien keskeiseksi auttamisen muodoiksi. (Kiiski 2013, s. 5–12.) Yksittäisiä ruoka-apua tarjoavia toimijoita oli olemassa jo ennen seurakuntien aloittamaan ruoka-aputoimintaa. Helsingissä Veikko Hursti alkoi jakamaan ruokaa vähäosaisille jo 1960-luvulla. Hänen toimintansa on saavuttanut yhteiskunnallisestikin jo merkittävää huomiota. Nykyään toimintaa jatkavan Veikon poika Heikki on saanut toiminnasta tunnustustakin muun muassa Suomen Leijonan ritarikunnan ritarimerkki. (Hurstinapu.fi, i.a.) Ruoka-apu toimintaa järjestävät useat eri kirkkokunnat sekä kolmannen sektorin toimijat. Isommissa kaupungeissa toimintaa tehdään keskitetysti, mutta pääasiassa toimijat ovat itsenäisiä. Tilanne nähtiin aikaisemmin ongelmallisena Laukaassa, jossa ruoka-apua tarjoavia tahoja oli useita, niissä toimijat iäkkäitä ja resurssit vähäisiä. Tästä sai alkunsa TUOJA-hanke (tukea, turvaa ja tekoja), jonka tavoitteena oli organisoida hävikkiruokan koordinoitu jakomalli ja saada kaikki toimijat yhteen, saman katon alle. TUOJA-hankkeen tavoitteena oli ehkäistä hävikkiruokan hyväksikäyttöä ja saada kohdennettua apua heille, jotka sitä eniten tarvitsevat.

Opinnäytetyöni kohdentui hävikkiruokatoiminnan hyödyn ja auttamiseksi tulemisen tunteen sekä kokemuksen tutkimiseen. Laukaan kunnassa oli Väentupa ry:n hallinnoima TUOJA-hanke v. 2021–2023. Itse olin työsuhteessa hankkeeseen ja tutkin hankkeen merkitystä opinnäytetyön muodossa. TUOJA-hanke keskittyi 16–64-vuotiaisiin kuntalaisiin, joiden perustoimeentulo oli niukka

ja sosiaalinen osallisuus heikkoa. Korona- pandemia lisäsi ongelmia heidän elämässään ja toi mukanaan muun muassa lisähaasteita heidän elämänhallintaansa ja sitä kautta lisäsi yksinäisyyden tunnetta sekä eristäytyneisyyttä. Myös muuttunut maailmantilanne toi oman osansa Laukaan ruoka-apu toimintaan. Sotaa paossa olevia ihmisiä oli saapunut myös Laukaaseen ja heidän tilanteensa oli verrattainkin huono suomalaisiin avun tarvitsijoihin nähden. Tämä näkyi etenkin pidentyneissä ruokajonoissa.

Opinnäytetyöni koostui ruokajakotoiminnan palautteen keruusta ja sen analysoinnista. Palaute kerättiin kyselynä ja se oli suunnattu ruoka-apua hakeville ihmisille. Kyselyssä pyrittiin kartoittamaan, minkälaista apua hanke on tarjonnut heidän arkeensa ja mikä merkitys hankkeella on ollut heille. Kysely teetettiin myös varjokyselynä Laukaassa asuville ukrainalaisille, jotka kävivät ruoka-apua hakemassa. Varjokyselyn pohjalta hanke käynnisti uutta toimintaa.

2 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT JA KESKEISET KÄSITTEET

2.1 Köyhyys

Köyhyys viittaa tilanteeseen, jossa henkilön tai yhteisön tulot ja varallisuus ovat niin alhaiset, että se aiheuttaa monia taloudellisia, sosiaalisia ja terveydellisiä vaikeuksia. Köyhyys voi ilmetä eri muodoissa ja asteina, ja se voi vaihdella maasta toiseen. Köyhyys voi johtua monista tekijöistä, kuten työttömyydestä, alhaisista palkoista, koulutuksen puutteesta, sairauksista tai sosiaalisista syrjäytymisen ongelmista. Se vaikuttaa usein kyseisen henkilön tai yhteisön elämänlaatuun ja kykyyn tyydyttää perustarpeet, kuten ruoka, asuminen, terveydenhuolto, koulutus ja sosiaalinen osallisuus. Köyhyys voi olla krooninen ongelma tietyillä alueilla tai yhteiskuntaryhmissä. Se voi myös vaikuttaa eri tavoin eri sukupuoliin, etnisiin ryhmiin ja ikäryhmiin. Köyhyyden vähentäminen on monien maiden ja kansainvälisten järjestöjen keskeinen tavoite. Köyhyys on kiteytettynä sitä, että henkilöllä ei ole mahdollista osallistua tai olla osallisena elämäntapaan, joka on hänen kotimaassaan yleisesti hyväksytty. (Kangas & Ritakallio, 2008.)

Helsingin sanomien lukijoille tehtiin köyhyyteen liittyvä tutkimus 2016. Kainulainen Sakari keräsi ja analysoi aineiston, Mutanen Annina teki aiheesta pro gradu tutkielman osallistumalla kyseisen aineiston sisällön suunnittelemiseen ja teki siitä laadullisen analyysin. Saari suunnitteli ja kirjoitti pääluvun ”Kuka pitää köyhää laiskana” sekä teki selvityksen köyhyyskartasta. Tässä tutkimuksessa tutkittiin köyhyyttä sosiaaliturvariippuvuuden näkökulmasta. Köyhyys on haastava sanoittaa käsitteenä ja siitä voi löytyä monenlaisia näkemyseroja. Suurin osa suomalaisista ei tiedä mitä köyhyys on, eikä heillä ole siitä omakohtaista kokemusta, jolloin heidän voi olla vaikea myös määritellä sanaa köyhyys. Loogisesti ajateltuna voidaan kuitenkin todeta, että köyhä tietää, mitä köyhyys on. Tutkimuksen vastauksista voitiin päätellä, että köyhän elämän liikkumatila on rajoittunutta, he ovat riippuvaisia toisten tuesta sekä he ovat elämän edellyttämän peruselämän tarpeiden alapuolella. Monen mielestä köyhyys oli vielä pahempaa, kuin pelkkä tulotason oleminen alhaalla. Selkeästi

köyhyydessä elämisen tunnuspiirteitä ovat mm. ruoka-avussa käyminen, pitkäaikaistytöttömyys, mielenterveysongelmat sekä taloudellinen köyhyys. Tulotason voidaan nähdä olevan verrattavissa yhteiskunnalliseen asemaan. Mitä korkeammalla on yhteiskunnassa, sitä vähemmän on käsitystä köyhyydestä. Toisin sanoen, heillä ei ole mitään käsitystä köyhänä olemisen elämästä. Mutta vastaavasti köyhillä ei ole myöskään näkemyksiä yhteiskunnan korkeamman luokan ihmisten elämästä. Tämä kasvattaa kuilua entistä enemmän väestöryhmien välillä sekä luo jännitteitä ja väärinymmärryksiä. Tämä näkyy erityisen hyvin silloin, kun keskustellaan sosiaaliturvariippuvuudesta. (Saari, Kainulainen & Mutanen 2017, s. 180–206.)

Hallitukset, kansalaisjärjestöt ja kansainväliset toimijat pyrkivät puuttumaan köyhyyteen tarjoamalla sosiaaliturvaa, työllisyysmahdollisuuksia, koulutusta ja terveydenhuoltoa sekä muita ohjelmia ja toimenpiteitä, jotka voivat auttaa köyhyyden kierteissä olevia ihmisiä ja yhteisöjä nousemaan taloudellisesti ja parantamaan elinolojaan. On tärkeää ymmärtää, että köyhyys on monimutkainen ilmiö, joka vaatii laajaa ja johdonmukaista toimintaa sen tehokkaaksi torjumiseksi. Köyhyyden määrittelemisen ei ole helppoa eikä yksiselitteistä. Köyhyys voi olla materiaalista puutetta tai ilmetä myös muulla elinolojen alueilla. Mittauskriteerit voivat olla suhteellisia tai absoluuttisia, sillä hyvinvointia ja elinolojen puutteita voidaan mitata eri tavoin. Esimerkiksi asumisen huono-osaisuutta voidaan tarkastella vertailemalla, kuinka monta asuinneliötä on huono-osaisen asunnossa. Objektiiivisesti mittaavassa suhteellista asemaa lähestymistavassa mietitään, montako neliötä huono-osaisella on asunnossaan koko väestön keskiarvoon verrattuna. Absoluuttisesti koetun köyhyyden tutkimus pohtii ovatko huono-osaiset tyytyväisiä asuntoonsa. Suhteellisesti koetun hyvinvoinnin tutkimus kysyy, eroaako huono-osaisten tyytyväisyys väestön keskimääräisestä tyytyväisyydestä. (Niemelä & Saari, 2013, s. 9–10.) Absoluuttisessa köyhyydessä on puute elämiseen kuuluvista perustarpeista ja se koskettaa lähinnä kehitysmaita. Suomessa puhutaan enemmänkin suhteellisesta köyhyydestä, joka tarkoittaa huono-osaisuutta verrattuna muun väestön elintasaan. Tällöin ihminen on kykenemätön riittämättömien taloudellisten resurssien vuoksi toimimaan odotetun elämäntavan mukaisesti. (Eskelinen & Sironen, 2017, s. 4–7.) Kotitalous on köyhä, jos sen nettotulot ovat alle 60 prosenttia väestön

keskimääräisestä tulotasosta (Köyhyysvahti. *Suomen köyhyysraportti 2022*, s. 7).

2.2 Hävikkiruoka

Hävikkiruoka tarkoittaa ruokaa, joka on hyvää ja turvallista syötäväksi mutta joka jostain syystä päätyy hävitettäväksi sen sijaan, että sitä käytettäisiin tai kulutettaisiin. Hävikkiruoka on ylijäämäruokaa, jota esim. kaupat eivät saa kuitenkaan enää myydä. Ruokavirasto on antanut luvan ruoka-aputoimijoille jakaa ruokaa kuluttajille. (Ruokavirasto. *Ruoka-apu*, i.a.)

Kotitalouksien ruokahävikkiä ja sen jättämää hiilijalanjälkeä tutkinut Luonnonvarakeskus (Luke) on saanut tarkempaa tutkimustietoa hävikin ilmastovaikutuksista. Tarkemman tutkimustiedon on mahdollistanut elinkaarilaskelman hyödyntäminen tutkimuksessa. Elinkaariarvioinnissa tarkastellaan tuotteen tai palvelun kokonaisuutta ja elinkaarta jonka jälkeen lasketaan niiden jättämä hiilijalanjälki. Tässä Luke:n tutkimuksessa tarkasteltiin hävikiksi päätyneiden raaka-aineiden ja ruokien hiilijalanjäljen arviointia koko niiden elinkaareissa. Tutkimus keskittyi ruokahävikin lajittelun tutkimiseen kolmella isolla kaupunki alueella. Ruokahävikin lajittelututkimus toteutettiin Turussa 2019, Suur-Helsingin alueella 2015 ja 2018 sekä Tampereella 2016 ja sen kohteena olivat talteen kerätty biojätteen sisältämä ruokahävikki ja elintarvikejäte sekä sekajäte. Kotitalouksien ruokahävikkiä syntyy tutkimuksen mukaan noin 25 kiloa / henkilö ja elintarvikejätettä noin 50–60 kiloa / henkilö vuodessa. Luken erikoistutkija Juha-Matti Katajajuuren mukaan, kotitalouksien ruokahävikin määrä vastaa 139 000 henkilöauton vuosittaisia kasvihuonepäästöjä Suomessa. (Silvennoinen, Nisonen & Katajajuuri 2022.)

Kotitalouksien jätteeksi päätyvä ruoka on Suomessa vuosittain noin 100 miljoonaa kiloa, joka tekee noin 20–25 kiloa henkilöä kohden vuositasolla. Luken tutkimuksessa kävi ilmi, että suurimpia roskaajia tai ruoan roskiin pistäviä talouksia ovat lapsiperheet ja sinkkunaisten taloudet. Poisheitetty ruoka on myös poisheitettyä rahaa suoraan roskikseen, sillä poisheitetty ruoka vuositasolla on noin 100 henkilöä kohden. Lapsiperheissä, joissa on kaksi lasta, summa

lähentelee jo 500 euroa vuodessa tuhlettua rahaa. (Silvennoinen ym. 2022.) Suomessa yhteenlaskettu ruokahävikin määrä on noin 10–15 % kaikesta valmistetusta ruoasta. Vuositasolla se tarkoittaa noin 360 miljoonaa kiloa ruokaa, joka jostain syystä on heitetty roskiin. (Fiksuruoka.fi i.a.)

Tämänhetkinen maailman laajuinen ruokahävikki on noin 1,6 miljardia tonnia ruokaa. Hävikin rahaksi muutettu arvo on 1,1 biljoona euroa. Pois heitetyn ruoan määrä on kolmannes koko maailmassa valmistetusta ruoasta. Ruokahävikistä johtuva kasvihuonekaasupäästöarvon arvioidaan olevan noin 8,2 prosenttia koko maailman kasvihuonekaasupäästöistä. Ruokahävikin määrä kasvaa Boston Consulting Groupin (BCG) mukaan joka vuosi enemmän. BCG arvioi, että ruokahävikki kasvaa kolmanneksella 2030 vuoteen mennessä. Vuonna 2030 hävikin suuruudeksi BCG on arvioinut 2,1 miljardia tonnia. Numeroiksi muutettuna vuonna 2030 ruokaa heitettäisiin pois 66 000 kiloa joka sekunti. Tutkimuksen mukaan erityisesti Aasiassa ruokahävikin määrä kasvaa vauhdilla ja muualla maailmassa tasaisemmin. YK:n elintarvike- ja maatalousjärjestö FAO:n mukaan, samaan aikaan tutkimuksen kanssa oli maailmassa 815 miljoonaa aliravittua ihmistä. (Hegnsholt, Unnikrishnan, Pollmann-Larsen, Askelsdottir & Gerard 2018. i.a.)

Hävikkiruoka on merkittävä ongelma maailmanlaajuisesti, sillä sen vaikutukset ovat moninaiset ja laaja-alaiset. Yleisesti voidaan löytää viisi kohtaa, jotka koskevat hävikkiruokaa. *Taloudellinen tappio:* Hävikki aiheuttaa taloudellista tappiota niille, jotka ovat siihen osallisina, kuten tuottajille, elintarvikealan yrityksille ja kuluttajille. *Resurssien tuhlaaminen:* Ruokahävikki tarkoittaa myös tarpeettomien resurssien, kuten veden, maan ja energian, tuhlaamista, mikä lisää ympäristökuormitusta. *Ilmastovaikutukset:* Hävikkiruoka tuottaa kasvihuonekaasuja, kuten metaania, kun se maatuu kaatopaikoilla. Tämä edistää ilmastonmuutosta. *Nälkä ja köyhyys:* Vaikka ruokaa hävitetään runsain mitoin, maailmassa on edelleen miljoonia ihmisiä, jotka kärsivät nälästä ja köyhyydestä. *Eettiset kysymykset:* Kun ruokaa heitetään pois, se nostaa kysymyksiä siitä, onko vastuullista tuottaa ja kuluttaa ruokaa niin huolettomasti, kun monet kärsivät nälästä. (Royte 2014, s. 58–60.)

Kaikkien panos ruokahävikin vähentämisessä on tärkeää, jotta voimme luoda kestävämpää ja oikeudenmukaisempaa ruokajärjestelmää. Ruokahävikin vähentäminen on tärkeä tavoite niin yksilöiden, yritysten kuin yhteiskunnan tasolla. Tämä voidaan toteuttaa muun muassa:

- Tehostamalla ruoan tuotanto- ja jakelujärjestelmiä.
- Parantamalla varastointi- ja kuljetusmenetelmiä.
- Kouluttamalla kuluttajia ja ravintola-alan ammattilaisia ruokahävikin vähentämiseksi.
- Luomalla säännöksiä ja kannustimia, jotka rohkaisevat elintarvikealan toimijoita vähentämään hävikkiä.
- Hyödyntämällä teknologiaa ja innovaatioita hävikin vähentämiseksi.

Hävikkiruuan hyödyntäminen nähdään myös ekologisena tekona kestävässä kehityksessä. Jopa kolmannes kaikesta ruuasta menee hukkaan jossain vaiheessa ruokaketjua. Teollisuusmaissa ruokajätteen määrä voidaan nähdä piittaamattomuutena sekä merkinä vauraudesta. (Karttunen ym. 2014, s. 209–210.)

Hävikkiä syntyy niin kauppojen ylijäämästä, ravintoloiden ja ravitsemusliikkeiden ruokahävikistä ja -jätteestä sekä monen muun elintarvikealan yritysten / toimijoiden kautta. Kaupan ruokahävikki on n. 18 prosenttia koko ruokahävikin potista. Syömäkelpoisen hävikkiruuan poisheittäminen ei ole taloudellisesti, ekologisesti eikä sosiaalisesti kestävää. Kaupoille hävikin muodostuminen on iso taloudellinen tappio ja siitä muodostuu ylimääräisiä kuluja. Kaupat lahjoittavat ruokahävikkiä ruoka-aputoimijoille minimoidakseen ruokahävikin päätymistä jätteeksi. Näin syömäkelpoinen hävikkiruoka saadaan kiertoon jaettavaksi esimerkiksi ruoka-apua tarvitseville ihmiselle erilaisten ruokajakojen kautta. (Silvennoinen ym. 2012, s. 4.)

2.3 Ruoka-apu

Ruoka-aputoiminta alkoi muualla maailmassa n. 1960-luvulla Yhdysvalloissa ja vähitellen myös Kanadassa 1980-luvulla. Euroopassa ruoka-apua alettiin myös

jakamaan samoihin aikoihin niin ikään 1980-luvulla. Ruoka-aputoiminta tuli Suomeen ja sen malli tuli Keski-Euroopasta. (Hänninen, Karjalainen & Lehtelä 2008.) Tämän päivän ruokajono tyylinen ruoka-aputoiminta syntyi 1990-luvun laman aikana ja sen aikaan saamiin erilaisiin tarpeisiin. Ruokajono ja jaettava ruoka-apu tulivat todella tarpeeseen täyttämään edes osittain mittavasti työttömyydestä ja silloisten sosiaalisten etuuksien karsimisten työttömien ja vähävaraisten tarpeisiin. (Ohisalo 2017, s.30.)

YK on määritellyt ruoan yhdeksi ihmisoikeudeksi. (Karttunen ym., 2014, s. 46.) Afrikassa ja Aasiassa asuu eniten ihmisiä maailmassa alle köyhyysrajan, joka on alle 1,25 dollaria päivässä. Näitä ihmisiä on koko maapallolla maailman väestöstä noin viidennes. Karttunen (2014) kirjoittaa, että 1990-luvulla pidetyssä ruokahuippukokouksessa nuijittiin tavoite puolittaa nälkää näkevien lukumäärä. Tässä tavoitteessa ei kuitenkaan olla onnistuttu, vaikkakin ruoantuotanto on kasvanut väestön lukumäärään samassa suhteessa. (Karttunen ym., 2014, s. 21–56.)

Ruoka-avusta käytetään myös termejä leipäjono tai ruokajono. Nämä termit ovat hyvin yleisesti käytössä ja ovat suositumpia tapoja ilmaista asia kuin ruoka-apu. Ne ovat kuitenkin ruoka-avun rinnakkaistermejä. (Ohisalo 2017. s. 30.) Ruoka-apu on järjestely tai ohjelma, jonka tarkoituksena on tarjota elintarvikkeita niille ihmisille, jotka ovat taloudellisesti haavoittuvassa asemassa eivätkä pysty tyydyttämään perustarpeitaan riittävällä ruokamäärällä omilla resursseillaan. Se on väliaikainen tuki, joka auttaa heitä selviytymään vaikeissa tilanteissa ja vähentämään ruokaan liittyvää köyhyyttä tai ruokaturvattomuutta. Ruoka-apu voi olla peräisin useista lähteistä, kuten hallituksilta, kansalaisjärjestöiltä, hyväntekeväisyysorganisaatioilta, uskonnollisilta yhteisöiltä ja yksityisiltä lahjoittajilta. Se voi sisältää käteisen tai lahjakorttien jakamista, valmiiden aterioiden tarjoamista, ruokakassien tai elintarvikkeiden jakelua, ruokajaksojen ja ruokapankkien ylläpitoa ja muita vastaavia toimenpiteitä. Suomessa ruoka-aputoiminta on levittäytynyt ympäri koko Suomea. Ruokajonoissa on viikoittain yli 20 000 avuntarvitsijaa. (Ohisalo ym. 2014.)

Ruoka-apu on tärkeä palvelu, joka auttaa väliaikaisissa kriisitilanteissa ja pitkäaikaisissa haasteissa. Se auttaa vähentämään nälän ja aliravitsemuksen vaikutuksia sekä parantamaan ihmisten elämänlaatua. Lisäksi ruoka-apu voi tarjota tärkeän turvaverkon ihmisille, jotka kamppailevat köyhyyden, työttömyyden, sairauden tai muiden hankalien elämäntilanteiden kanssa. On kuitenkin tärkeää tunnistaa, että ruoka-apu on vain väliaikainen ratkaisu ruokaan liittyviin haasteisiin. Pitkällä aikavälillä pyrkimykset köyhyyden ja ruokaturvattomuuden poistamiseksi vaativat monitahoisia lähestymistapoja, kuten työllisyyden edistämistä, koulutuksen parantamista, sosiaaliturvan tarjoamista ja kestävämmän ruokajärjestelmän kehittämistä. Lisäksi on tärkeää, että ruoka-apu toteutetaan arvokkaasti ja kunnioittaen saajien ihmisarvoa. Sen tulee olla osa laajempaa yhteiskunnallista pyrkimystä rakentaa oikeudenmukainen ja tasapainoinen yhteiskunta, jossa jokaisella on mahdollisuus tyydyttää perustarpeensa, mukaan lukien riittävä ja ravitseva ruoka. Tavoite on toisin sanoen panostaa pitkäaikaiseen elämänlaadun ja ihmisen hyvinvoinnin parantamiseen. (Ohisalo 2017, s. 40–12.)

Ruoka-avun ruokatavara on yleisesti kuivaruokaa, joka säilyy pitkään ja on helposti käsiteltävä. Mutta yhä enemmän on ruoka-apuun alkanut kaupoista tulemaan tuoretta hävikkiruokaa. Se on ruokaa/tuotteita, jotka eivät ole menneet kaupaksi tai parasta ennen päivämäärät tulevat vastaan, jolloin kauppa ei voi niitä enää myydä päivämäärän umpeuduttua. Usein hävikkiruoka on kuitenkin vielä syömäkelpoista, ja siksi sen päätymistä jätteeksi pyritään vähentämään erilaisin keinoin. (Fiksuruoka.fi i.a. -b.)

Kenen vastuulla on järjestää ruoka-aputoimintaa Suomessa? Ruoka-aputoiminta ei virallisesti ole kaupungin tai kunnan ylläpitämää toimintaa. Suomen valtio ei myöskään ole vastuussa ruoka-aputoiminnan järjestämisestä. Tarkasteltaessa erilaisten ruoka-aputoimijoiden tulovirtaa ja niiden lähteitä havaitaan kuitenkin, että toimintaa rahoitetaan hyvin paljon julkisin varoin. Varoja ruoka-aputoimijat saavat esimerkiksi kunnilta järjestöavustuksien muodossa. Raha-automaatti yhdistys on myös paljon tukenut erilaisia ruoka-apujärjestöjä. Sosiaali- ja terveysministeriö jakoi erityistukea kohdennettuna heikossa asemassa oleville ja heidän auttamisekseen. (Ohisalo 2017, s. 32.) Vuoden 2024 alusta ruoka-

aputoimintaa rahoittaa avustusten muodossa uudet hyvinvointialueet. Monet kaupungit ovat kuitenkin solmineet yhteistyökuvioita saadakseen ruoka-aputoiminnalle toimivan kokonaisuuden. Esimerkiksi Jyväskylässä kaupunki rahoittaa yhdessä Jyväskylän seurakunnan kanssa Jyväskylän Suvanto ry:n kautta kaupungin virallista ruoka-apu toimijaa Lyydiaa. (Suvanto.fi i.a.)

Tutkija-kehittäjä Joakim Zitting on ollut toteuttamassa vuonna 2022 ESR-rahoitteista tutkimushanketta, Korona-yhteiskunnan marginaaleissa (KoMa). Hankkeessa tarkasteltiin, mitä vaikutuksia korona-ajalla on ollut heikoimmassa asemassa olevien ihmisten elämään. Tässä tutkimuksessa tutkittiin myös ruoka-apun lisäksi ruokajonossa käyvien hyvinvointia, asunnottomuutta ja matalankynnyksen toimintaa. Ruoka-apuun liittyvä aineisto kerättiin loppu vuodesta 2021 ja vastauksia saatiin 900 kpl. Vastajat enemmistöä oli naisia ja he olivat pääasiassa yli 60- vuotiaita työkyvyttömyys- tai vanhuseläkkeellä olevia. Aineisto kerättiin 30 % yhteisruokailuista ja 70 % ruokajaoista. Tutkimusta toteutettiin ensin ulkona, mutta talven tullessa siirryttiin sisälle yhteisruokailuihin. Ruoka-apua on kehitetty yhä enemmän ja täydennetty yhteisöllisempään suuntaan tarjoamalla hävikkiruuasta valmistettuja aterioita. Vastajista 60 % oli käynyt ruoka-avussa jo ennen koronaa. 40 % vastaajista oli aloittanut ruoka-avussa käynnin koronapandemian aikana. Tutkimuksessa todettiin myös, että yhteisruokailuihin osallistui eläkeläisiä enemmän, kun taas ruokakassijaossa oli suhteellisesti enemmän työttömiä. (Zitting & Kainulainen 2023.) Tämä KoMa-hanke toimi koko ajan yhtenä vertailukohtana TUOJA-hankkeen kanssa tutkimuksen aikana.

3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön tavoitteena oli ensisijaisesti pyrkiä selvittämään mitä vaikutuksia hävikkiruokajakelulla on laukaalaisille ruoka-avun hakijoille sekä mitä merkitystä hävikkiruulla on hakijoiden elämään. Tavoitteena on myös selvittää, onko hävikkiruokajakelulle tarvetta myös jatkossa.

Ruoka-apu toimintaa on ollut Suomessa jo 90-luvulta lähtien, jolloin sen ajateltiin olevan vain väliaikainen apu lama-aikana. Vuosien saatossa siitä on kuitenkin tullut vakiintunut tehtävä erilaisille avustusjärjestöille ja kirkon diakoniatyölle. Korona-aikana ruuan tarve jälleen kasvoi ja ihmisten ahdinko lisääntyi.

Tutkimuskysymykseni on:

- a) Minkälaiseen tarpeeseen TUOJA-hankkeen hävikkiruokajako on vastannut?
- b) Mikä merkitys TUOJA-hankkeella on ollut ruokahakijoille?

Tällä tutkimuksella pyrin kartoittamaan ihmisten kokemuksia ruoka-avusta heidän itsensä kokemana ja mikä merkitys ruoka-avulla on heidän elämässään. Tarkoitukseni oli myös selvittää TUOJA-hankkeen vaikuttavuutta hankkeen osallistujien elämään. Tarkasteltavia kohteita oli mm. onko ruoka-avun tarve hetkellinen ja sen pysyvyys sekä mitä tapahtuisi, jos hävikkiruuan jako loppuisi, miten se vaikuttaisi hakijan elämään. Tutkimukseen osallistuvien vastauksista oli mahdollista myös selvittää, tarvitaanko hävikkiruokajako Laukaassa. Tämän tiedon saaminen oli tarpeellista hävikkiruokajaon jatkon kannalta, koska TUOJA-hanke päättyi loppuvuodesta vuonna 2023.

Tutkimus toteutettiin kyselylomakkeella, joka jaettiin ruoka-apua hakeville ruokajaon yhteydessä. Kyselyyn osallistuminen oli vapaaehtoista ja tapahtui nimettömänä. Ruokajaossa käy aktiivisia hakijoita n. 120 henkilöä viikossa. Tavoitteenani oli saada kyselytutkimukseeni vastauksia 20kpl.

Kyselyllä kartoitettiin vaikuttavuutta, merkityksellisyyttä, avunsaamisen ja hyödyn tunnetta sekä mahdollisia kehitysideoita. Tutkimuksen pohjalta nousseet tulokset analysoitiin ja vietiin tiedoksi yhteistyökumppaneille, joita tässä tapauksessa ovat Laukaan kunta, Laukaan seurakunta sekä hanketta hallinnoiva Väentupa ry. Yhteistyötahojen kanssa pidettiin tulosten pohjalta kehityskeskustelut jatkon suhteen sekä pyrittiin vaikuttamaan mahdollisiin kehityskohteisiin. Tutkimuksella kartoitettiin toiminnan kehittyminen oikeaan suuntaan sekä takaamaan toiminnan jatkuvuus TUOJA-hankkeen loputtua.

Varsinaisen kyselyn lisäksi teetin ylimääräisen kyselyn ukrainalaisille ruoka-apua tarvitseville. Kyselyn teettäminen sotaa paossa oleville ihmisille nousi heidän omasta mielenkiinnostaan opinnäytetyötäni kohtaan ja halusta osallistua kyselyyn. Ylimääräiseen kyselyyn vastanneiden ukrainalaisten vastausten pohjalta alettiin TUOJA-hankkeen sisällä kehittämään uutta toimintamuotoa ukrainalaisille.

4 TUTKIMUSYMPÄRISTÖ JA TYÖELÄMÄKUMPPANIT

4.1 TUOJA-hanke

Tuoja-hanke on Euroopan Sosiaalirahaston (ESR) rahoittama ja Väentupa ry:n hallinnoima hanke. Hankkeen tarkoituksena kohdata ihmisiä, joiden elämiin COVID-19 pandemia aiheutti haasteita selviytyä arjesta. Nämä ihmiset olivat jo ennestään kaikkein heikoimmassa asemassa ja pandemia pahensi heidän tilannettaan entisestään. TUOJA-hanke keskittyi laukaalaisiin, joiden perustoimeentulo oli vaarassa heikentyä entisestään. (Euroopan sosiaalirahasto, julkinen hankekuvaus. i.a.)

TUOJA-hankkeen tarkoituksena oli kehittää Laukaaseen ruokahävikkipokonaisuus, johon kuului ruokahävikin vastaanotto, lajittelu ja jakelu eteenpäin. Ruokahävikki kerättiin paikallisista kaupoista ja Laukaan peruskoulujen keittiöistä. Edellä mainituilla toimenpiteillä ja kehitetyillä toimintamuodoilla pyrittiin vähentämään ruokahävikkiä Laukaassa ja turvata heikoimmassa asemassa oleville laukaalaisille mahdollisuus saada ruokaa hävikkiruokajaosta. Hankkeen tavoite oli luoda toimiva hävikkiruoka ja ruoka-apu kokonaisuus ja juurruttaa toiminta pysyväksi Laukaaseen hankkeen päätyttyä. Tavoite oli, että toimintaa ylläpitää hankkeen päätyttyä hankkeessa toimivat vapaaehtoiset. (Euroopan sosiaalirahasto. i.a.)

TUOJA-hanke kehitti toisena tavoitteenaan asumisen valmennuksen mallin Laukaaseen. Siinä tarjotaan tukea itsenäisen asumisen pysymiseen ja pyritään säilyttämään tuettavan kyky hoitaa asioitaan niin, että asunto säilyy. Tavoite oli saada pitkäkestoisempi muutos ongelmiin, jotka johtivat asumisen vaikeutumiseen tai jopa asunnon menettämiseen. Asumisen valmennus pyrki saamaan pysyviä muutoksia myös tuettavan arjenhallinnan erilaisiin ongelmiin. (Euroopan sosiaalirahasto. i.a.)

4.2 Tutkimusympäristö

Laukaa, jota myös kutsuttiin Wanhaksi Laukaaksi, on perustettu vuonna 1593. Keski-Suomen pitäjistä se on yksi vanhimmista. Wanhan Laukaan pinta-ala oli huima, jopa 2 386 km². Nykyiset Jyväskylän, Suolahden ja Äänekosken kaupungit sekä Jyväskylän maalaiskunta ja Sumiaisten kunta kuuluivat aikoinaan Laukaan emäpitäjään. Myös Hankasalmen, Toivakan ja Uuraisten kuntien alueista osa on entistä Laukaata. Nyky-Laukaan pinta-ala on 825 km². (Laukaan kunta i.a.)

Laukaa oli vauras maanviljelyspitäjä ennen, mutta nykyään se on tunnettu teollisuudesta, matkailusta ja monipuolisesta palvelurakenteestaan. Laukaaseen kuuluu neljä taajamaa, joista tunnetuin on omaleimainen, aikanaan selluloosatehtaan turvin kehittynyt Lievestuore. Ruutitehtaastaan tunnettu Vihtavuoren taajama on yksi Laukaan taajamista. Laukaan kunnan asukasluvultaan toiseksi suurin taajama tänä päivänä on Leppävesi. Se sijaitsee lähellä Jyväskylän rajaa. Sijaintinsa takia Leppävesi onkin houkutellut puoleensa myös eri alojen yrityksiä. Laukaan Kirkonkylässä on eniten asukkaita koko kunnan alueella ja siellä on monipuolisimmat palvelut kuntalaisille. Laukaan väkiluku on n. 20 000 asukasta. (Laukaan kunta i.a.)

Varsinainen tutkimus kohdistui laukaalaisiin, ruoka-avun tarpeessa oleviin kuntalaisiin. Avuntarvitsijoita ei eroteltu taajamien mukaan vaan tutkimus tehtiin Laukaan kunnassa asuville ruoka-apua hakeville kunnan asukkaille. Ruokajaossa on tällä hetkellä avuntarvitsijoita n. 215 henkilöä. Ruokaa on mahdollista hakea erikseen sosiaalitoimistosta tai diakonian vastaanotolla myönnetyllä ruokapassilla kerran viikossa. Jyväskylän Suvanto ry:n toiminnanjohtaja Erja Blombergin (henkilökohtainen tiedonanto 17.8.2023) mukaan ruoka-apu Lyydiassa asioi viikoittain noin 950 avunhakijaa. Asukkaita Jyväskylän seudulla on noin 145 000. Vertailtaessa Laukaassa toimivaa TUOJA-hankkeen ruoka-aputoimintaa ja Jyväskylän ruoka-apu Lyydiaa toisiinsa, asukaslukuun suhteutettuna Laukaan ruokajako tavoittaa suuremman avuntarvitsijoiden joukon.

4.3 Ruoka-aputoiminnan järjestämisen vaiheet ja haasteet

Tämä opinnäytetyöni on työelämälähtöinen Väentupa ry:n toimesta. Väentupa ry (Väentupa. i.a. -a) on kristillinen yhdistys, joka perustettiin auttamaan ihmisiä, jotka olivat joutuneet vaikeuksiin elämässään päihteiden takia. Väentuvan auttamistyö keskittyi alusta asti nimenomaan päihdeongelmaisten auttamiseen ja rinnalla kulkemiseen Nykyisin Väentupa ry tuottaa palveluita päihdekuntouksesta asumispalveluihin sekä tuki työllistää ihmisiä. Väentupa tarjoaa myös paljon erilaisia kuntoutumisen ja työllistymisen polkuja eri elämäntilanteessa oleville ihmisille. Yksi aktiivinen toiminta on juuri ruoka-apu toiminta. Väentuvalla on myös toiminnassa useampia eri hankkeita, josta yksi on ruoka-apua koordinoiva TUOJA-hanke. (Väentupa. i.a. -a.)

Ruoka-aputoiminnassa on Laukaassa ollut muutamia toimijoita aikaisemminkin. Suurimpina toimijoina ovat olleet Laukaan evankelis-luterilaisen seurakunnan diakoniatyö ja sekä Margarités yhdistys. Margarités yhdistyksen toiminnan tavoitteena on ollut heikompiensaisten sekä syrjäytymisvaarassa olevien ihmisten tukeminen. Yhdistyksen tavoitteena on ollut myös halu auttaa lähimmäisiä. (Margarités. i.a.) Myös Laukaan helluntaiseurakunta jakoi viikoittain ruokaa. Molemmat toimijat olivat pieniä ja toimintaa pyöritti kourallinen vapaaehtoisia, jotka olivat jo väsyneitä toiminnan ylläpitämiseen vähäisillä resursseilla. Molemmat pienet toimijat yhdistivät voimansa ja siirsivät toimintansa TUOJA-hankkeen alle.

Seurakunnan diakoniatyö on myös vuosia jakanut EU-ruokaa. Muutosten myötä EU-ruokajako jäi pois ja se aiheutti Laukaassa ison vajeen ruoka-apua tarvitsijoiden ruokakassiin. Diakoniatyö jakoikin lahjakortteja ruokakauppaan, kun resurssit perinteiseen ruokajakoon pienenivät. SPR Laukaan osasto taas puolestaan oli kiinnostunut ruokajaosta, mutta heillä ei ollut resursseja käynnistämään toimintaa. TUOJA-hankkeen myötä SPR lähti mukaan toimintaan ja on ollut mukana kehittämässä toimintaa koko ajan. SPR:n myötä myös vapaaehtoisten määrä on kasvanut ja hanke on saanut lisää verkostoja ruoka-apu toimintaan. SPR:n tavoitteena on kehittää kotimaan ruoka-aputoimintaa

osallistavammaksi ja valtakunnallisesti paremmin organisoiduksi. (Suomen Punainen Risti. i.a.)

Väentuvalla yksi aktiivinen toiminta on ruoka-apu toiminta ja sen kehittäminen sekä verkostoituminen. Väentuvan ruoka-aputoiminnassa on tällä hetkellä mukana vapaaehtoisia ja työntekijöitä noin 20 ihmistä. TUOJA-hankkeen myötä ruoka-aputoimijoiden verkosto on tiivistynyt Laukaassa ja Väentupa on iso toimija Laukaan kunnan alueella. Väentuvan kautta verkostoon on liittynyt myös Jyväskylän kaupungin virallinen iso ruoka-aputoimija Lyydia, jota hallinnoi Jyväskylän Suvanto ry. (Suvanto.fi i.a.)

Laukaan kunta tuli aluksi mukaan kumppaniksi ruoka-aputoimintaan TUOJA-hankkeen myötä osamaksajan roolissa samoin kuin Laukaan seurakunta. Myöhemmin rooli hankkeessa syventyi kehitystyön ansiosta suuremmaksi ja siitä tuloksena oli koulun linjastoruoan hävikin saaminen mukaan ruokajakoon. Kunnan kanssa tehtävä kehitystyö jatkui koko hankkeen ajan. Varsinkin koulujen keittiöiden henkilökunnat olivat todella positiivisesti mukana kehittämässä ja ideoimassa hävikin pienentämistä edistävää toimintaa.

4.4 Ruoka-aputoiminnan koordinoiminen ja kehittäminen Laukaassa

Laukaassa oli TUOJA-hankkeen alkaessa muutama ruoka-aputoimija hajallaan ja toisistaan erillään. Monesti jopa samaan aikaan pidetyt ruokajaot olivat isolle osalle avuntarvitsijoille ongelma. Ruoka-avun hakijan täytyi valita, kumman järjestäjän ruokajakoon meni tai sitten samasta taloudesta jakaannuttiin molempiin. Tämä tunnustettiin isoksi ongelmaksi ja esimerkiksi sosiaalitoimi nimesi muutamia asiakkaita, jotka harjoittivat niin kutsuttua hamstrausta. Nämä asiakkaat jopa myivät itselleen saamansa hävikin eteenpäin. Hankkeen alkuvaiheessa tilanteen kokonaisvaltainen kartoittaminen vei aikaa ja suurena apuna olivat kunnan aikuissosiaalityön työntekijät, diakoniatyöntekijät sekä etsivä nuoristyö. Ruoka-avun tarpeellisuudesta ei ollut epäselvyyttä, mutta isoimpana ongelmana koettiin juuri ruoka-avun pirstaleisuus ja epävarmuus ruokahävikin laadusta ja saatavuudesta. Monilla toimijoilla ei ollut edes asianmukaista säilytystilaa eikä kuljetuskalustoa.

Kehitystyö lähti käyntiin periaatteesta, että ruoka-aputoimijat piti saada yhteen ja ruoka-aputoiminta kaikin puolin läpinäkyväksi, jota toteutetaan mallikkaasti ohjeistuksen mukaisesti. Toimintaa järjesteltiin ja kehitettiin pikkuhiljaa siten, että se täytti kaikki Eviran ja Ruokaviraston ohjeistukset hävikkiruoan jakamiselle. Monelle vapaaehtoiselle toiminta-ajatus oli ensin varsin vastenmielinen. Monet heistä kokivat alkuvaiheessa, että oli liian tiukkaa ja paljon sääntöjä. Heidän piti mitata jääkaappien ja pakastimien lämpötiloja, kylmäketju ei saanut katketa, ruoka punnittiin jossain vaiheessa jne. Ajan kuluessa kuitenkin ohjeistukset hitsaantuivat käytäntöön mukaan ja nykyisin ne kuuluvat päivittäisiin rutiineihin.

TUOJA-hanke (Väentupa ry i.a. -b) alkoi kehittämään hävikkiruoan koordinoitua mallia Laukaassa kesäkuussa 2021. Nopeasti mukaan saatiin paikalliset elintarvikekaupat luovuttamaan omat ruokahävikkinsä TUOJA-hankkeelle. Tehdyt sopimukset hävikkiruoan noutamisesta saivat aikaan helpotuksen ja ilon tunteita kauppojen henkilökunnassa, koska nyt toimintaa kehitettiin yleisten Eviran ohjeistuksen ja asetusten pohjalta sekä toimittiin niiden mukaisesti. Vähän myöhemmin Laukaan kirkonkylän koulujen keittiöt lähtivät mukaan hävikkiruoan jaon koordinoituun malliin, jossa pyritään vähentämään tehokkaasti ruokahävikkiä paikallisesti. Koulujen keittiöiden henkilökunta innostuivat ajatuksesta saada kouluruoan linjastoruoka edelleen jaettavaksi hankkeen kautta.

Hanke pyrki verkostoitumaan paikallisten ruoka-apua tekevien muiden yhdistysten, järjestöjen sekä seurakunnan ja Laukaan kunnan kanssa. Yhteistyömallia on kehitetty yhdessä siihen suuntaan, että on yksi toimipiste, mihin hävikkiruoka toimitetaan / haetaan, siellä tuotteet punnitaan ja pakataan sekä lajitellaan ruokajakoa varten. Laukaan kunnan sosiaalityöntekijät ja -ohjaajat sekä seurakunnan diakonit ovat saaneet omat säilytystilat (pakastin) omille asiakkailleen ja käyttävätkin ahkerasti hankkeen tuottamaa ja kehittämää ruokatoimintaa hyväksi. Sosiaalitoimi onkin ottanut ruoka-aputoiminnan / jakopäivät osaksi omaa palveluaan omille asiakkailleen.

TUOJA-hankkeen tavoitteena oli helpottaa kohderyhmän arkea ruoka-avun avulla. Ruoka oli kaupoista kerättävää hävikkiruokaa. Hankeen tarkoitus oli kehittää Laukaaseen uudenlainen hävikkiruokajakelukokonaisuus. Sen avulla pyritään vähentämään paikallista ruokahävikkiä. Ruokajakomalli pyrki myös auttamaan heikommassa asemassa olevia avuntarvitsijoita hävikkiruokajaon muodossa. Jakelumalli kehitettiin yhteistyössä paikallisen yhteistyöverkoston kanssa. Hankkeen aikana erilaisia ruokajakelumalleja kokeiltiin ja kehitettiin edelleen kerätyn palautteen pohjalta.

Opinnäytetyöni tutkimus toteutettiin ruoanjakopisteellä. Ruoka-avun yhteydessä jaettiin asiakkaalle kyselylomake. Ruoka-avun hakija tuli ruokakauppamaiseen tilaan, jossa hävikkiruokatuotteet oli laitettu esille, niin kuin tavallisessakin ruokakaupassa. Tuotteet oli hyllytetty ja lajiteltu ja kylmätuotteet sekä pakasteet asiantuuluvissa säilytystiloissaan. Hakija tuli tilaan sisälle ja valitsi itselleen soveltuvat hävikkituotteet. Tuotteita ei siis ole rajoitettu mitenkään eikä avun tarvitsijalle jaeta erillistä, valmiiksi pakattua ruokakassia. Poistuessaan tilasta asiakkaalle jaettiin kyselylomake ja hänet ohjeistettiin sen palauttamiseksi. Vaihtoehtoisesti kyselyn pystyi myös täyttämään heti seinän takana olevan kirpputorin kahviossa kahvipalkkiota vastaan. Vastauksen myöhemmin palauttaville oli luvassa kahvi ja pulla - lappunen. Näin pyrittiin motivoimaan mahdollisimman monia asiakkaita palauttamaan kyselylomakkeen.

Tutkimus toteutettiin hanketta hallinnoivan Väentuvan vuokraamassa tilassa, jossa ruokajako tapahtuu. Yhteistyötahot eivät osallistuneet varsinaiseen kyselyyn ja tulosten analysointiin tai niiden tekemiseen vaan odottivat valmiita tuloksia. Tulokset ja havainnot käsiteltiin hankkeen seuraavassa ohjausryhmässä. Hankkeen ohjausryhmään kuuluvat maksajien edustajia eri toimialoilta Laukaan kunnasta, seurankunnasta diakonityöntekijä sekä Väentuvan edustaja.

5 AINEISTON KERUU, AINEISTO JA SEN ANALYYSI

5.1 Laadullinen tutkimusmenetelmä

Opinnäytetyössäni käytin kvalitatiivista eli laadullista tutkimusmenetelmää. Aineisto kerättiin kyselylomakkeella, joka jaettiin hävikkiruokajaon ruokajonossa oleville ihmisille. Kerätty aineisto analysoitiin aineistolähtöisen sisällönanalyysin avulla. Aineiston luin läpi useaan kertaan, jotta siitä tulisi kaikki oleellinen huomattua ja ettei mitään oleellista menisi ohi. Analyysia tehdessäni oli tarkoitus etsiä erilaisia teemoja tekstistä, jotka toistuvat. Juhilan (2018) mielestä on tärkeää, että teemat eivät ole ennalta määrättyjä vaan nousevat aineistosta. Suunnitelmassa on käytetty erilaisia värikyniä, kun etsin aineistosta erilaisia teemoja. Apuna käytin myös teoreettista viitekehystä, jonka oli tarkoitus ohjata tutkimukseni näkökulmaa. Sisällönanalyysiin kuuluu edetä pala kerrallaan ja luokitella teemoja erilaisuuden tai samankaltaisuuden mukaan erilaisiin tyyppiluokkiin. (Tuomi & Sarajärvi 2009, s. 108–110.)

Oikein ymmärretty ja huolellisesti suoritettu sisällönanalyysi on keskeinen osa laadullista tutkimusta. Se auttaa tutkijaa löytämään merkityksiä, teemoja ja rakenteita aineistosta ja vastaamaan tutkimuskysymyksiin tai tavoitteisiin. Omassa opinnäytetyössä käytin aineistolähtöistä sisällön analyysia. Tässä lähestymistavassa tutkija lähtee aineistosta ilman valmiita teoreettisia ennakkoletuksia tai viitekehystä. Aineistolähtöinen analyysi keskittyy merkitysten ja teemojen löytämiseen aineistosta itsessään. Tutkija voi käyttää tyyppittelyä, teemoittelua ja koodaamista havaitsemansa merkitysten ryhmittelyyn ja luokitteluun. Perinteisiä sisällönanalyysin välineitä, kuten tyyppittelyä, teemoittelua ja koodaamista, käytetään aineiston järjestämiseen ja analysointiin. Tyyppittelyssä luokitellaan aineiston osia tai elementtejä yhtenäisiin ryhmiin. Teemoittelussa tunnistetaan ja nimetään erilaisia teemoja tai merkityksiä, jotka toistuvat aineistossa. Koodaamisessa aineisto merkitään tai leimataan tiettyjen käsitteiden tai kategorioiden mukaan. Sisällönanalyysi vaatii huolellista ja perusteellista perehtymistä aineistoon, jotta tulokset ovat luotettavia ja päteviä. Analyysin tulisi

olla läpinäkyvää ja systemaattista, jotta tutkimuksen laatu ja validiteetti voidaan varmistaa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, s. 83,103, 112.)

Vilkan (2021) mukaan laadullinen tutkimus on pyrkimystä ymmärtää ja tuoda esille ihmisten subjektiivisia kokemuksia, merkityksiä ja tulkintoja eri ilmiöistä. Laadullinen tutkimus mahdollistaa syvällisen ymmärryksen tutkittavasta ilmiöstä. Se ei pyri vain kuvaamaan pintoja, vaan päästä syvemmälle merkitysten ja kokemusten tasolle. Tutkijan on ymmärrettävä ja otettava huomioon tutkimusyhteyden konteksti ja kulttuuriset vaikutteet. Konteksti luo merkityksen ja vaikuttaa tutkittavien kokemuksiin ja tulkintoihin. Laadullisessa tutkimuksessa tutkijan on oltava avoin uusille näkökulmille ja valmis sopeutumaan tutkimusprosessin edetessä. Joustavuus on tärkeää, koska tutkimus voi johtaa yllättäviin havaintoihin ja oivalluksiin. Laadullisessa tutkimuksessa vuorovaikutus tutkijan ja tutkittavien välillä voi olla keskeistä. Kuunteleminen ja avoin dialogi auttavat tutkijaa ymmärtämään paremmin tutkittavien näkökulmia. Laadullinen tutkimus hyödyntää erilaisia aineistonkeruumenetelmiä, kuten haastatteluja, havainnointia, fokusryhmiä ja dokumenttien analyysiä. Tällä tavoin pyritään keräämään monipuolista ja rikasta aineistoa. Tutkija pyrkii kontekstoimaan aineiston ja tulokset siten, että ne ovat ymmärrettäviä ja relevantteja tutkimuksen tavoitteiden ja yleisen tiedon kannalta. (Vilka 2021, s. 17–22.)

Laadullisen tutkimuksen avulla on mahdollista syventyä moniin ihmisten elämänpiireihin ja ilmiöihin. Tutkimuksen avulla voidaan saada arvokasta tietoa esimerkiksi ammatillisen hyvinvoinnin, osaamisen kehittämisen ja työyhteisöjen toiminnan parantamisen tueksi. (Vilka 2021, s. 17–22.) On tärkeää huomata, että laadullinen tutkimus yleensä vaatii huolellista ja systemaattista lähestymistapaa, oli se sitten aineistolähtöistä, teoriasidonnaista tai teoriaohjaavaa analyysiä. Analyysin tulisi olla perusteltavissa ja läpinäkyvää, jotta tutkimuksen tulokset ovat luotettavia ja validoituja. (Tuomi & Sarajärvi 2009, s. 91–93.)

5.2 Kyselylomakkeen laatiminen ja toteuttaminen

Kyselylomakkeen hahmottelu alkoi jo hyvin varhaisessa vaiheessa TUOJA-hankkeen ohjausryhmässä v. 2022. Hankkeen alkuvaiheessa ohjausryhmä esitti, että voisinko tehdä opinnäytetyöni tähän hankkeeseen, jotta sen tuloksia voitaisiin arvioida hankkeen loppuvaiheessa yhdessä ohjausryhmässä. Tarkoituksena oli hyödyntää kyselyn kautta saatavia tuloksia pohjana mahdollisesti uusille hankehakemuksille ruoka-aputoimintaan liittyen. Alusta asti oli varsin selvää se, että kyselyn tarkoituksena olisi saada selville TUOJA-hankkeen mukanaan tuoma merkityksellisyys ruoka-apua hakeville laukaalaisille avuntarvitsijoille ja heidän elämäänsä. Ohjausryhmässä keskusteltiin siitä, mitä haluttaisiin saada selville ja minkälainen merkitys hankkeella olisi apua hakevan tilanteeseen nyt sekä minkälaisia muutoksia ruoka-apua hakevien elämäntilanteeseen tulisi hankkeen loppumisen myötä. Näiden ajatusten pohjalta syntyi hyvin nopeasti tutkimuskysymykset, joilla pyrittiin saamaan selville tarkasteltavat asiat. Kahden tutkimuskysymyksen selkiytyttyä oli helppo tehdä tarkentavia apukysymyksiä kyselylomakkeeseen. (Liite 1.)

Kysely toteutettiin kevään 2023 aikana ruokajaon yhteydessä jaettavalla kyselylomakkeella. Ruokajakko oli joka maanantai ja torstai klo 10-10:30. Kyselylomakkeet jakoi ruokajaon vapaaehtoinen, joka samalla tiedotti kyselyn tarkoituksesta sekä antoi ohjeet kyselyn palautusta varten. Kysely toteutettiin helmi- ja maaliskuun aikana 2023. Kyselylomakkeet palautettiin ruokajakopisteellä sijaitsevaan palautuslaatikkoon ruokajakopäivien yhteydessä. Näin asiakkaat saivat itse palauttaa sen itselleen sopivana ajankohtana helposti. Laatikko oli lukollinen palautuslaatikko. Palautusajan umpeuduttua, kokosin aineiston yhteen. Analysoin vastaukset, tein havainnot ja kokosin yhteen mahdolliset parannusehdotukset sekä palautteet.

5.3 Sisällön analyysi

”Sisällönanalyysissä aineisto järjestetään tiivistettyyn muotoon.” (Tuomi & Sarajärvi 2009, s. 103).

Sisällönanalyysi on laadullisen tutkimuksen menetelmä, jota käytetään aineiston sisällön systemaattiseen tarkasteluun ja tulkintaan. Sen tarkoituksena on

ymmärtää ja kuvailla aineiston sisältöä sekä tunnistaa keskeisiä teemoja, käsitteitä tai merkityksiä. Sisällönanalyysin avulla tutkija voi tiivistää monimutkaisen aineiston ja saada selville, mitä tärkeitä asioita tai teemoja siitä voidaan löytää. Se voi auttaa löytämään piilotettuja yhteyksiä ja syvällisiä merkityksiä, joita ei välttämättä ilmene pelkästään pinnallisessa tarkastelussa. Sisällönanalyysi on laajalti käytetty menetelmä monilla eri tutkimusaloilla ja se tarjoaa vankkaa pohjaa laadullisen aineiston analysoinnille ja tulkinnalle. (Krippendorff 2013, s. 355; Tuomi & Sarajärvi 2009, s. 105.)

Laadullinen analyysi vaatii tutkijalta syvällistä perehtymistä aineistoon ja sen merkitysten tulkintaa. Tutkija pyrkii tunnistamaan aineistosta nousevia yhtäläisyyksiä ja piirteitä, mutta samalla analyysi on subjektiivista, sillä se perustuu tutkijan omiin tulkitseviin havaintoihin. Analyysin mielenkiintoisuutta lisää kattava aineisto ja elävän elämän ilmentyminen siinä. Kun tutkija pureutuu aineistoon mahdollisimman pian, se voi inspiroida ja tuoda uusia ajatuksia ja näkökulmia analyysivaiheeseen. Laadullisen analyysin tekeminen ja sen eri vaiheet ovat aikaa vieviä ja työläitä. Pelkistämisen ja arvoituksen ratkaisemisen vaiheet ovat olennaisia prosessin eri osia. Havaintojen pelkistämisessä tutkija karsii epäolennaisia osia pois ja tiivistää aineistoa. Havaintojen pelkistäminen voidaan jakaa kahteen osaan: ensin tarkastellaan asiaa teoreettisesta ja metodologisesta tulokulmasta ja tarkastellaan, löytyykö yhtäläisyyksiä. Seuraavassa vaiheessa yhdistellään päätelmiä löytyneiden yhteisten nimittäjien pohjalta, jotka pätevät koko aineistoon. Viimeisessä vaiheessa alkaa tulosten tulkinta. Se päättää koko sisällönanalyysiprosessin. Siinä tutkija pyrkii ymmärtämään ja tulkitsemaan aineiston merkityksiä ja löytää syvemmän ymmärryksen aineistosta esiin nousseista yhteyksistä ja piirteistä. Kaiken kaikkiaan laadullinen analyysi on monitahoinen prosessi, jossa tutkijan taidot, kokemus ja näkemykset vaikuttavat tuloksiin. On tärkeää, että analyysin teko suoritetaan huolellisesti ja läpinäkyvästi, jotta tulokset ovat luotettavia ja tutkimus on valideja. (Alasuutari 2011, s. 31–36.)

Aloitin laadullisen aineiston analyysin hyvin jäsenellysti ja systemaattisesti. Oli tärkeää, että analyysin lähtökohtana ovat tutkimuskysymykset ja että aineistoa tarkasteltiin kriittisesti moneen otteeseen, jotta sain siitä kokonaiskuvan ja

varmistin, ettei oleellisia asioita jää huomaamatta. Teemojen hahmottuminen nopeasti ja niistä tehdyt omat havainnot eivät tuottaneet lopulta suuria vaikeuksia. Teemoittelu on ikään kuin esianalyysi, jossa on tarkoitus etsiä esille nousevia teemoja ja sen jälkeen pilkkoa aineisto niiden mukaisiin aiheisiin. (Tuomi & Sarajärvi 2009, s. 93.)

Käyttämäni teoreettiset viitekehykset ovat olleet tutkimustani ohjaavia tärkeitä näkökulmia. Teoreettiset viitekehykset auttoivat minua ymmärtämään aineistoa ja tarjosi pohjan teemojen tunnistamiselle ja tulkinnalle. On hyvin yleistä ja järkevää käyttää teoreettista viitekehystä laadullisessa tutkimuksessa, sillä se auttaa hahmottamaan tutkimuskysymyksen ja aineiston välisiä yhteyksiä. Kun olin tunnistanut aineistosta pelkistettyjä ilmiöitä, huomasin niissä yhteneväisyyksiä ja pystyin luomaan teemoja, jotka nousivat tutkimusaineistosta. Teemojen tunnistaminen ja luokittelu olivat keskeisiä osia sisällönanalyysia, ja edetessäni askel kerrallaan, pystyin luomaan selkeitä ja ymmärrettäviä tyyppiluokkia, jotka kuvasivat erilaisia ilmiöitä tai näkökulmia. Teemojen tunnistaminen ja niiden luokittelu samankaltaisuuden tai erilaisuuden perusteella olivat tapoja järjestää aineistoa ja löytää sen sisältämät merkitykset. (Tuomi & Sarajärvi 2009, s. 108–110.)

Juhila (2018, 39) kirjoittaa, että teemat nousevat aineistosta eivätkä ole ennalta päätettyjä. Laadullisessa tutkimuksessa teoria auttoi minua tulkitsemaan aineistoa ja antamaan merkityksiä teemoille, samalla kun aineisto haastoi olemassa olevaa teoriaa tai johti uusiin teoreettisiin näkökulmiin. (Juhila 2018, 39.) Tästä seurauksena oli sotaa paossa oleville ukrainalaisille teettämäni varjotutkimuksen aineiston pohjalta esille tulleet osallisuuden ja integroitumisen teemat. Teemoitellessani aineistoa esiin nousivat hyvin selkeästi seuraavat teemat. Talous, elintaso, ruoanlaatu, sosiaaliset kontaktit, elintaso ja keskitetty ruoka-apu. Näiden teemojen alle kokosin vastausten sisältöjä ja yhteneväisiä vastauksia.

6 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYTEEN JA LUOTETTAVUUTEEN LIITTYVÄT KYSYMYKSET

Eettisyyden huomioiminen materiaalia käsiteltäessä ja sitä kootessa on pidettävä mielessä. Omat taidot tulee tunnistaa suhteessa käytettäviin tutkimusmenetelmiin ja analysointiin. Silloin opinnäytetyön eettisyys tulee täytettyä ja se toteutuu. Eettisyyteen opinnäytetyössä vaikuttavat myös, miten tietoa on hankittu, kuinka tutkimustuloksia tulkitaan ja hallinnoidaan. Johdonmukaisesti etenevä työ on eettisyyden kannalta yksi huomioitava tekijä. Vilkka (2021) kirjoittaakin, että näiden tietojen ja taitojen ja niiden mukaan tehtävän opinnäytetyön vastainen toiminta, joka näkyy opinnäytetyössä edellä mainittujen taitojen puutteena, on suorastaan epärehellistä toimintaa. Tekijä syyllistyy piittaamattomuuteen ohjeistuksia kohtaan ja toimii hyviä tieteellisiä käytäntöjä vastaan. (Vilka 2021, s. 130.)

Olen pyrkinyt noudattamaan näitä ohjeita opinnäytetyössäni, jotta eettisyys toteutuisi. Pohdin jo opinnäytetyön alkuvaiheessa, miten toteutan tutkimuksen, kun aineisto tulee olemaan pieni. Pieneen tutkimukseen kohdistuu suurempia eettisiä riskitekijöitä kuin suuriin otantamenetelmillä toteutettuihin tutkimuksiin. (Vilka 2021, s. 123.) Vastaaajien anonymiteetin säilyttäminen oli peruslähtökohta kyselyn teettämiselle. Kyselyyn vastaamisen ja lomakkeen palauttamisen helppous oli toinen lähtökohta mikä piti suunnittelussa ottaa huomioon.

Objektiivisuus on yksi laadullisen tutkimuksen haasteista, ja tutkijan omat taustatekijät voivat vaikuttaa tutkimuksen objektiivisuuteen ja tulosten tulkintaan. Laadullisen tutkimuksen pyrkimyksenä on ymmärtää ja tulkita aineistoa avoimin mielin, mutta on tärkeää tiedostaa, että tutkijalla voi olla tiedostamattomia ennakkokäsityksiä, mieltymyksiä tai ennakkoluuloja, jotka voivat vaikuttaa tuloksiin. Tutkijan poliittinen suuntautuneisuus, ikä, sukupuoli, kulttuuritausta ja uskonnollinen vakaumus voivat kaikki vaikuttaa siihen, miten hän tulkitsee ja

ymmärtää haastateltavien kertomuksia ja aineistoa. Esimerkiksi tutkijan omat arvot ja asenteet voivat vaikuttaa siihen, mitä hän painottaa tai jättää huomiotta aineistossa. Objektiivisuuden tavoittelussa tutkijan on tärkeää tiedostaa omat taustavaikutteensa ja pyrkiä minimoimaan niiden vaikutus tutkimusprosessiin. Tämä voi tapahtua esimerkiksi tietoisella reflektiolla, jossa tutkija arvioi omia ennakkokäsityksiään ja yrittää olla tietoinen siitä, miten ne voivat vaikuttaa tutkimustyöhön. Lisäksi tutkijan tulisi olla avoin ja läpinäkyvä tutkimuksen toteutustavasta ja tulosten tulkinnasta, jotta lukijat voivat arvioida tutkimuksen objektiivisuutta ja luotettavuutta. Vaikka täydellistä objektiivisuutta ei välttämättä ole mahdollista saavuttaa, tutkijan tietoinen pyrkimys olla avoin ja rehellinen omista vaikutteistaan voi auttaa lisäämään tutkimuksen luotettavuutta ja validiteettia. Laadullisessa tutkimuksessa korostetaan myös tutkimuksen avoimuutta ja läpinäkyvyyttä, jotta muut tutkijat voivat arvioida ja tulkita tuloksia sekä mahdollisesti toistaa tutkimuksen saadakseen samanlaisia tuloksia. (Tuomi & Sarajärvi, 2009, s. 136.)

Kyselyyn pystyi ruoka-apua hakeva vastaamaan itsenäisesti, omassa kotonaan ajan kanssa ja palauttamaan kyselylomakkeen sitten sille osoitettuun palautuslaatikkoon seuraavilla ruokahaku kerroilla. Tämä osaltaan varmisti myös anonymiteetin säilymisen ja helpotti vastaamista. Aina on olemassa se vaara, että kyselylomakkeita ei palaudu tarpeeksi ja vastausten määrä jää vähäiseksi, muutamaaan kappaleeseen. Silloin vastausten samankaltaisuus tai johtopäätökset eivät ole kovinkaan luotettavia tai edes suuntaa antavia. On myös mahdollista, että toinen henkilö kuin ruoka-apua hakeva itse täyttää kyselyn ja se palautuu analysoitavaksi. Tätä ei tietenkään voida todentaa mitenkään, mutta mahdollisuus siihen kuitenkin on olemassa.

Itse olin työsuhteessa TUOJA-hankkeeseen, jossa tein kyselytutkimusta. Tehtäväni oli koordinoida ja kehittää ruoka-apu toimintaa Laukaaseen eikä olla ruoanjakotoiminnassa varsinaisesti mukana. Siksi oli paras, että ruokajaossa olevat vapaaehtoistyöntekijät jakoivat kyselylomakkeet ja ohjeistivat ruokajonossa olevia. He olivat ikään kuin ”tuttuja” ruokajonossa oleville eikä näin ollen päässyt muodostumaan käsitystä ulkoapäin tulevasta pakotteesta kyselyn täyttämistä kohtaan. Koska kyselyyn vastaaminen oli vapaaehtoista, koin oman

läsnäoloni juuri tässä suhteessa olevan enemmän painostava tekijä kuin helpottava. Näin varmistin ainakin omalta osaltani vastausten palauttamisen helpottumisen ja vastaamisen kynnyksen madaltamisen. Opinnäytetyöni ei ollut osa TUOJA-hanketta vaan kyselytutkimuksen teettämisestä oli hyötyä hankkeen kehittämislle ja jatkon suunnittelulle.

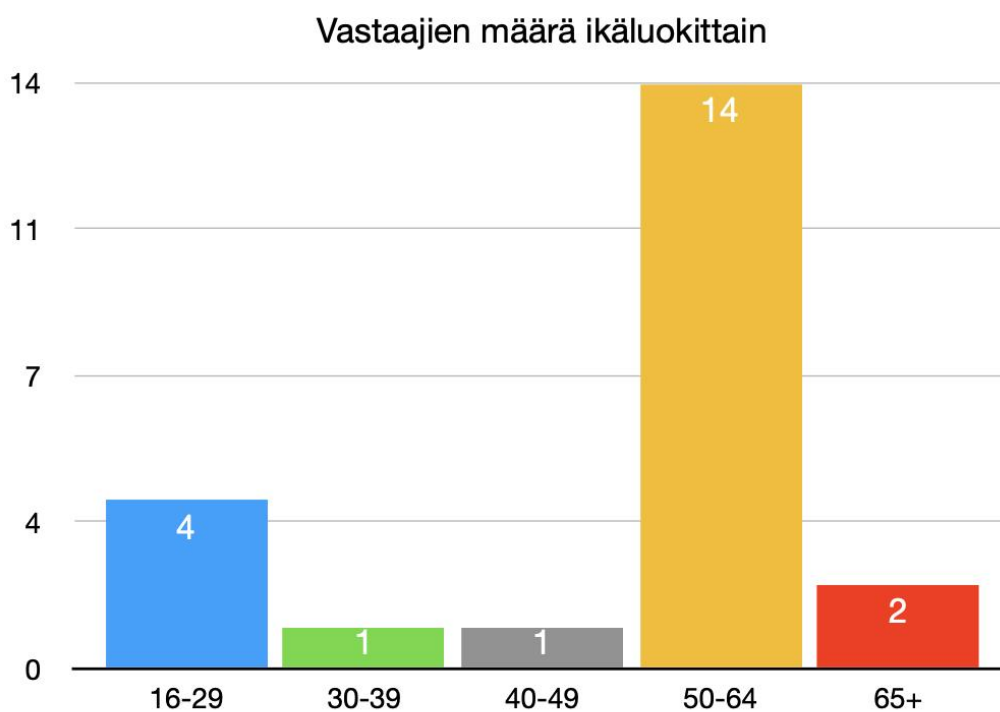
7 TULOKSET

Vastauksia saapui 22 kpl, joka yli tavoitemäärän. Tavoite oli kerätä 20 kpl vastauksia ruoka-apua hakevilta ihmisiltä. Kysely lomakkeet olivat pääosin siistejä, paria rypistynyttä ja vettynyttä lukuun ottamatta. Kaikki vastauslomakkeet olivat taustakysymyksien osalta täytetyt. Osa oli jättänyt vastaamatta kehitys / parannusideakohtaan. Vastausten ulkoasu oli vaihtelevaa ja osasta vastaajan tekstiä ei meinannut saada selvää käsialasta. Vastausten pituus oli niukka, usein parilla sanalla kommentoitu.

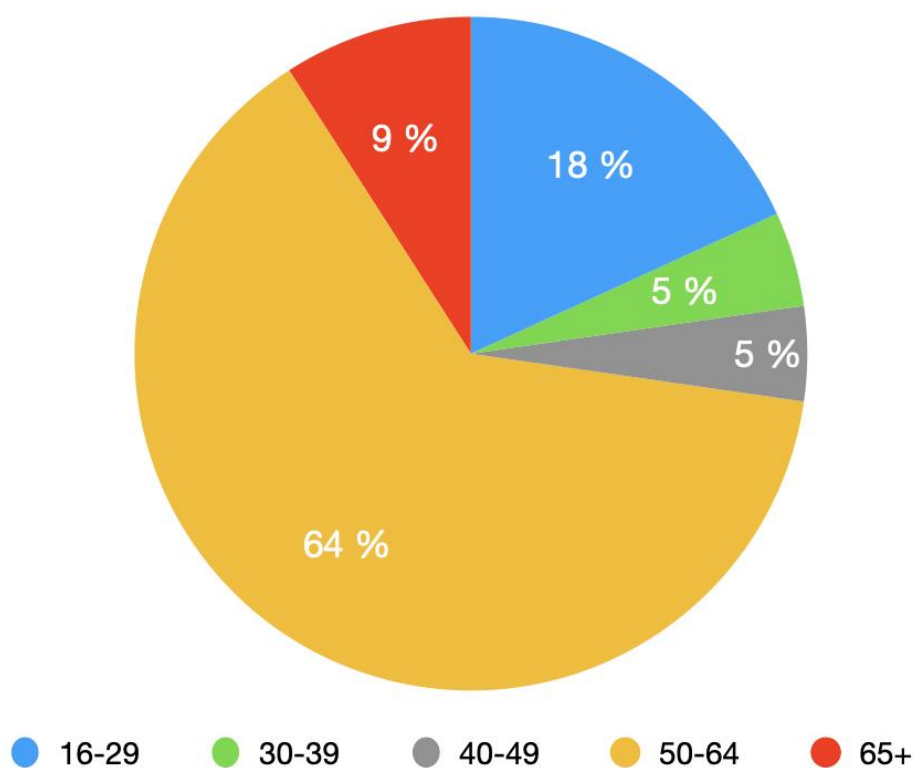
7.1 Vastaajien taustatiedot

Vastaajien ikäjakauma oli suuri. Nuorimmat ruoka-apua hakeneet vastaajat olivat 20–22-vuotiaita ja vanhimmat yli 70-vuotiaita. Suurin vastaajien joukko asettui 50–65-vuotiaiden ikäluokkaan. Ruoka-apujaossa tämä ikäluokka on myös se aktiivisin apua hakeva ikäryhmä. Nuorten kohdalla tulos jäi odotettua pienemmäksi. Tähän syynä on usein häpeä ja avun hakemisen kehtaamiskynnys. Yhteistyössä Laukaan etsivän nuorisotyöntekijöiden kanssa käytyjen keskusteluiden pohjalta apua tarvitsevia nuoria olisi enemmänkin, mutta heillä kynnys tulla hakemaan ruoka-apua on suuri. Ruokajako aika on myös monelle omillaan asuvalle nuorelle liian aikainen.

Seuraava kuvio selkiyttää vastaajien suhteellista ikäjakaumaa. Vastaajista 65 % oli naisia.

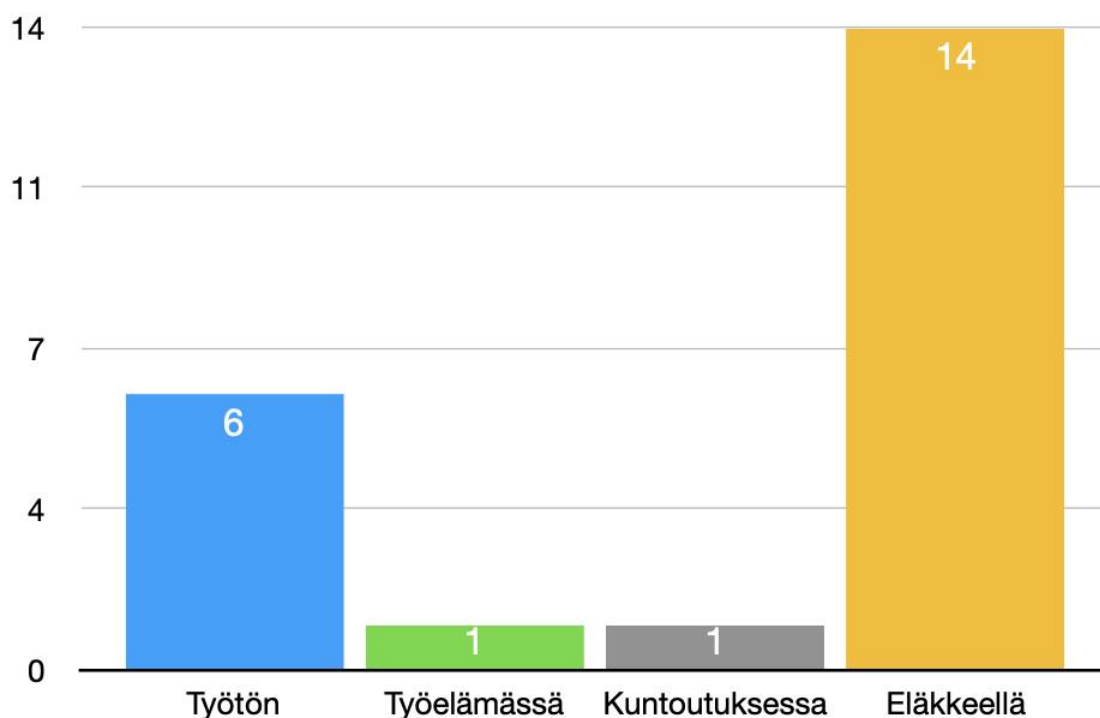


Kuvio 1. Vastaajien määrä ikäluokittain.



Kuvio 2. Vastaajien suhteellinen määrä

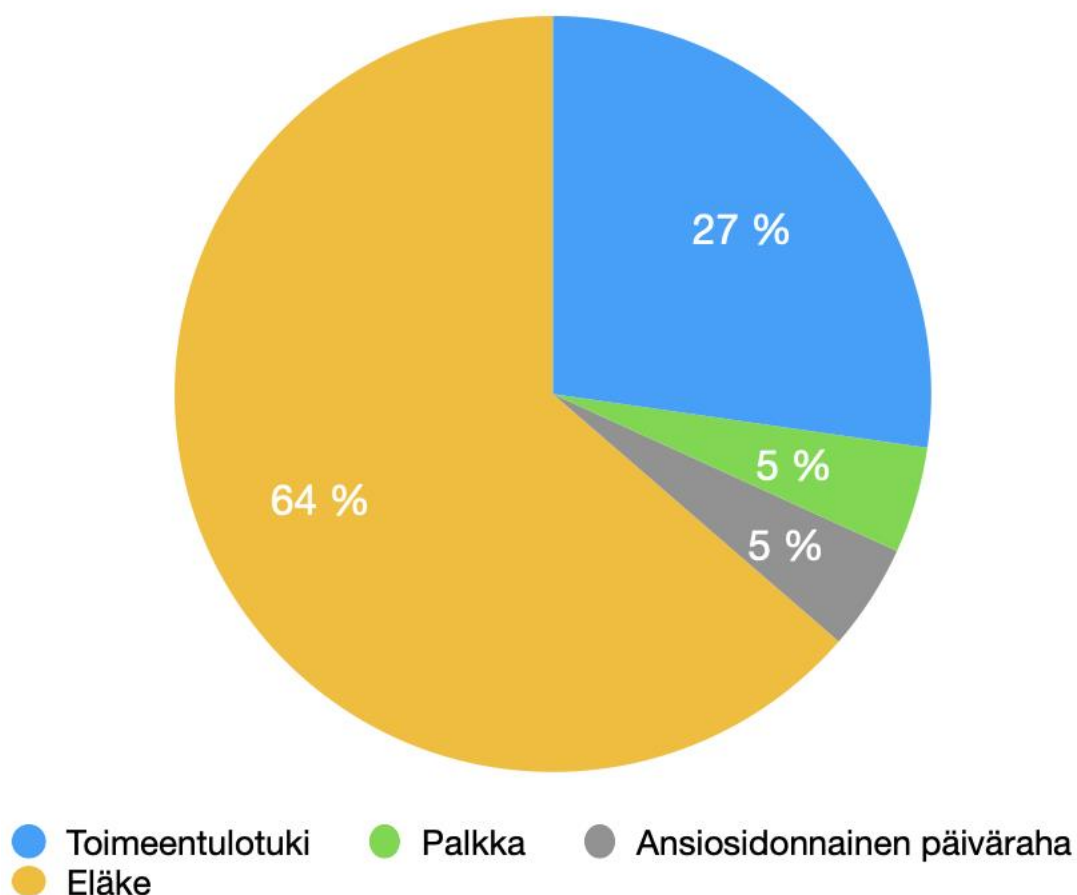
Vastaajista suurin osa oli eläkkeellä. Eläkkeen muotoa ei kyselyssä tarkemmin haluttu eritellä, mutta vastaajien iän perusteella voi monen eläkkeellä olevan kohdalla päätellä, että kyse on muunlaisesta eläkkeestä kuin vanhuuseläkkeestä. Suurin vastaajaryhmä oli eläkkeellä olevat ja seuraavaksi suurin ryhmä oli työttömät. Yhdessä nämä kaksi ryhmää sisältävät jo 91 % koko ruoka-apua hakevista avuntarvitsijoista. Tästä voidaan jo päätellä että, suurin tarve ruoka-avulle on juuri eläkeläisten ja työttömien parissa. Tulos ei sinänsä yllätä ja se myötäilee koko Suomessa tunnistettua ajatusta siitä, missä elämäntilanteessa olevat ihmiset kaipaavat ja tarvitsevat eniten esimerkiksi ruoka-apua. Seuraava kaavio havainnollistaa vastaajien elämäntilanteita hyvin.



Kuvio 3. Vastaajien elämäntilanne

Toimeentulona 64 % vastaajista kertoi heillä olevan eläke ja 27 % vastasi toimeentulonsa olevan toimeentulotuki. Pärjäämisen kanssa painiminen oli valtaosan suurin haaste arjen pyörittämisessä. 74 % vastaajista kertoikin säästävänsä ensin ruoasta, että saisi rahat riittämään arjessa. Varsinkin vihannekset, kasvikset ja muut tuore ruoka olivat vastaajien poisjätettävien listalla rahan säästämiseksi. Ylipäätään kaikki mikä koettiin kalliiksi ruoan hankkimisesta

kaupasta, oli vastausten perusteella poisjätettävissä vastaajan ostoskorista. Samalla korostui samojen elintarvikkeiden toive ruokajakoon. Kaikki kaupoista saatavat hedelmä- ja vihannes (HEVI)-tuotteet tekevät ruokajaossa hyvin kauppansa.



Kuvio 4. Vastaajien toimeentulo

Tutkimuksen tulokset antoivat selkeän vastauksen peruskysymykseen, onko TUOJA-hankkeen ruoka-aputoiminta tarpeellista. Kaikki vastaajat vastasivat jo heti ensimmäiseen kyselylomakkeen kysymykseen, että ruokajako on tullut tarpeeseen oman elämäntilanteen ollessa heikkoa. Ruoka-aputoiminta on helpottanut arkea suurimmalle osalle merkittävästi. Vastaajat kokivat myös ruokajaon jaettavan ruoan monipuoliseksi ja vaihtelevaksi. Monet kirjoittivat vastauksissaan, että on hyvä, kun saa vihanneksia ja kasviksia, kun ei ole niitä muuten varaa ostaa kaupasta. Ruoka-aputoiminnan merkitys oli n. 90 % ruoka-

apua hakeville merkittävä lisäapu viikoittaiseen arkeen. Puolet vastaajista jopa kertoi ruokajaon monipuolistavan heidän ruokavaliotaan.

7.2 Kyselyn tulokset

Analysoituani teettämäni tutkimuksen vastauksista nousi esille hyvin ennalta odotettavia tuloksia, mutta samalla ihan uusia toimintoja kehittäviä ideoita. Vastauksissa korostuivat paljon arjen haastavuus ja erilaiset ongelmat, jotka olivat sidoksissa toisiinsa. Tähän peilaten ruoka-apu koettiin yhtenä suurena helpottavana osa-alueena kokonaisuuteen nähden. Ruoka-apu on tuonut kaikille vastaajille helpotusta omaan arkeen. Osalle avuntarvitsijoista, viikoittainen jaettava ruoka-apu, on kriittinen apu arjessa selviytymiseen.

Ruokajako toteutetaan kaupparamaisena jakona, jossa tuotteet ovat hyllytettynä ja selkeästi laitettu esille. Asiakas itse valitsee haluamansa tuotteet vapaasti. Ruokaa ei jaeta valmiiksi pussitettuna. Tämä koettiin hyvänä asiakkaiden keskuudessa. Vastausten mukaan itselleen mieluisia tuotteita tulee valittua enemmän ja monipuolisemmin ja ne tulee pääsääntöisesti myös syötyä. Tämä osaltaan vähentää ruokahävikin muodostumista ruokajaon loppukäyttäjien keskuudessa.

Vastauksista nousi selkeästi esiin myös tyytyväisyys siihen, että ruoka-apu on nyt selkeästi yhdessä paikassa eikä pirstaleisena ympäri Laukaata. TUOJA-hanke on onnistunut saamaan kaikki ruoka-aputoimijat saman katon alle tekemään työtä yhdessä ja isommin ruokahävikin vastaista toimintaa. Kunnan sosiaalitoimi, paikallinen evankelis-luterilaisen seurakunnan diakoniatyö ja SPR:n paikallisosasto tekevät tiivistä yhteistyötä keskitetyssä ruokajaossa. Toiminta on selkeätä ja läpinäkyvää. Kahdessa vastauksessa keuhuttiin juuri avointa toimintaa. Tämä on poikanut myös lisää yhteistyöverkostoja esimerkiksi Laukaan kunnan yläkoulun ja lukion keittiöhenkilökunta kehitti linjastoruoalle jäähdytysmenetelmän, jotta ruoka voidaan antaa ruoka-apuun hankkeen kautta. Osa kyselyyn vastaajista nostikin juuri valmiin ruoan tarpeen esille johon kouluista saatava hävikiruoka vastaa varsin kiitettävästi. Tämä palaute on tärkeä juuri hankkeen maksajatahoille esimerkiksi Laukaan kunnalle ja Laukaan

srk:n diakoniatyölle, joissa pohditaan mahdollisuutta osallistua jatkossa ruoka-aputoiminnan kustannuksiin hankkeen loputtua.

Toisena tarkastelun kohteena oli selvittää, millaista vaikutusta TUOJA-hankkeella oli asiakkaiden elämään. Selvä enemmistö vastasikin niin päin, että jos hanke / ruoka-apu toiminta loppuisi, olisi sillä merkittävät vaikutukset asiakkaan elämässä. ”Katastrofi tulee, jos ruokajako loppuu” kirjoitti eräs vastaajista. Oma tulkintani onkin, että TUOJA-hanke on onnistunut juurruttamaan vaikuttavaa ruoka-aputoimintaa paikallisesti, jolla on ihmisille suuri merkitys. Suurin osa vastaajista toivoi toiminnan pysyvän säännöllisenä ja jatkuvan pitkään. Asiakkaiden epävarmuus omasta tulevaisuudestaan oli varsin selkeästi luettavissa heidän vastauksistaan. Ruoka-apu on monelle myös yksi tapa pitää sosiaalisia kontakteja yllä. Yksi vastaajista kertoi ruokajaon olevan viikon ainoa kerta, kun hän tapaa ihmisiä.

Suurimman osan vastaajien elämässä, n. 80 %, TUOJA-hankkeen ruoka-aputoiminnalla on suuri tai erittäin suuri vaikutus arkeen. Näiden vastaajien elintaso tippuisi entisestään, jos ruoka-aputoimintaa ei jatkettaisi. Vastaajat ovat kokeneet elämänlaatunsa kohonneen hieman juuri ruoka-aputoiminnan kautta. Tähän vaikuttavat monien kohdalla kohonnut mieliala, että ruokaa on edes jonkin verran. Myös toisten ihmisten tapaaminen ja näkeminen nostaa mielialaa asiakkaiden keskuudessa. Monen vastaajan kohdalla ruoka-avun tarve on jatkuva heidän omasta mielestään. Moni vastaajista koki, että oma tulevaisuus ei tule muuttumaan juuri mitenkään, niin ruoka-apu on iso osa arjessa pärjäämisestä. Ensimmäisten kolmen kysymyksen pohjalta pystyi päättelemään, että ruoka-aputoiminnan loppuminen toisi suuren aukon arjessa pärjäämiselle. Muutamia vastauksia nostettuna tähän:

”Vaikutus olisi dramaattinen. En pärjää enää sitten”

”Sosiaaliset kontaktit loppuu”

”Ruoka huonontuu, ei oo enää monipuolista”

”Arjessa selviytyminen hankaloituu”

Taloudellisen tilanteen kannalta, joita kysymykset neljä ja viisi kartoittivat, vastaajat olivat hyvin yksimielisiä siitä, että ruoka-apu helpottaa heidän tilannettaan. Lähes jokaisessa vastauksessa vastattiin, että hankkeen ruoka-apu on merkittävässä osassa tai ratkaisevassa roolissa oman talouden tasapainottelussa. Tämä viestii paljolti siitä ahdingosta, missä ruoka-apua hakevat painiskelevat. Vastaajista n. 60 % kertoo ruoka-avun kautta saavansa yli puolet viikoittaisesta ruoastaan. 15 % vastaajista kertoi saavansa hävikkiruokajasta jopa 80 % viikoittaisesta syömästään ruoasta. Varsinkin gluteenittomien tuotteiden kysyntä on kasvanut sen myötä, mitä enemmän ruokajaoissa asiakkaat ovat niitä huomanneet olevan. Se oli suurin yksittäinen tuote, mikä nousi esiin mistä ruoka-apua hakevat olivat kiitollisia. Perustelut olivat varsin yksiselitteisiä, gluteenittomat tuotteet ovat kaupassa niin kalliita.

7.3 Tutkimuksen ulkopuoliset tulokset ja toimenpiteet

Ruokajakojonoon tuli maailman tilanteen kärjistyttyä Ukrainassa keväällä 2022 uusia avun tarvitsijoita, sotaa paossa olevia ukrainalaisia. Ja heitä tuli paljon. Avuntarvitsijoiden määrä kaksinkertaistui lyhyessä ajassa, joka asetti omat haasteensa ruoka-aputoimintaan hetkellisesti. Ongelmaksi muodostui liian vähäinen vapaaehtoisten määrä pyörittämään lyhyessä ajassa lisääntyneiden avuntarvitsijoiden joukkoa. Hävikkiruokaa riitti kaikille, mutta sen lajitteluun ja jakamiseen tarvittiin lisää vapaaehtoisia tekijöitä.

Osa ukrainalaisista avuntarvitsijoista ilmaisi mielenkiintonsa teettämäni kyselyä kohtaan hieman epäilevään sävyyn. He ajattelivat, että kysely kohdistuu heihin ja heidän osallisuuttaan ruokajonossa. Selvitin heille, että kyse on opinnäytetyöstäni ja he tiedustelivat, olisiko heidän mahdollista osallistua kyselyyn. Näin ollen kysely käännettiin ukrainaksi erään ukrainalaisten joukossa olleen kielenopettajan avulla ja jaettiin halukkaille täytettäväksi. Vastauksia ei palautunut montaa ja nekin olivat ukrainaksi, joten jälleen turvauduin kielenopettajan apuun.

Ukrainalaisten kyselyn tulokset olivat samansuuntaisia kuin varsinaiseen kyselyyn vastanneet suomalaisten vastaukset. Tosin ukrainalaisten vastauksissa

korostui ennen kaikkea sodan jättämä aukko omassa turvallisuuden tunteessa, selviämisessä ja varsinkin erilaiseen ruokaan totumisessa. Kaikkea ei ollut saatavilla, mihin he olivat totuneet kotimaassaan. Palautteissa keuhuttiin kuitenkin sitä, että saa ilmaiseksi ruokaa. Ukrainassa ei kahden vastauksen mukaan ollut mitään ilmaista jaossa, varsinkaan ruokaa. Ilmainen ruoka ja auttaminen, ovat herättäneet ukrainalaisissa halun tehdä samoin ja osallistua vapaaehtoisena ruoka-aputoimintaan.

Kieltenopettajan kanssa kävimme ukrainalaisten antamia vastauksia kahtena päivänä läpi, jonka aikana hän intoutui kertomaan kotimaansa tilanteesta sekä infrastruktuurista suhteessa Suomeen ja tähän meneillään olevaan TUOJA-hankkeen ruoka-aputoimintaan. Hän kertoi, että Ukrainassa ei ole tällaisia järjestöjä montaakaan olemassa eikä heillä ole samanlaista auttamisen kulttuuria kuin täällä Suomessa. Haastattelukyselyn vastauksissa neljässä paperissa tiedusteltiin sitä, miten he voisivat tulla mukaan toimintaan. Olin hämmentynyt tiedusteluista, koska sitä ei kysytty. Pyysin kielenopettajaa kyselemään muilta ukrainalaisilta, että jos halukkaita olisi, niin pidetään infotilaisuus asian tiimoilta.

Sivutuotoksena kyselystä syntyikin lopulta ukrainalaisten itsensä pyörittämä ruokajako ukrainalaisille. He kokivat ruoka-aputoiminnan olevan tärkeää itselleen ja sitä kautta muille ukrainalaisille. Viikoittaiseen ruokajakoon tulikin yksi jakokerta lisää ja se helpotti koko ruokajaon tilannetta, kun saimme avuntarvitsijoita jaettua useampaan jakokertaan. Teettämäni kysely toi odottamattoman sivutuloksen, josta ei kukaan olisi edes kuvitellut. Ukrainalaisten mukaan tuleminen ruoka-aputoimintaan oli iso helpotus koko TUOJA-hankkeelle ja varsinkin Laukaaseen asettuneille ukrainalaisille itselleen. Ruokajako tapahtuu heidän omalla äidinkielellään ja koko ruuanjakotilaus sujuu ilman ongelmia sujuvasti. Tämä oli opinnäytetyön kyselyni ehdottomasti paras odottamaton tulos, jonka avulla toimintaa saatiin kehitettyä entisestään.

8 POHDINTA

Tutkimuksen aikana hankkeen tarpeellisuus ja sen tuottama apu nousi selkeästi esille. Asiakkaat olivat löytäneet ruoka-apupisteen hyvin ja he olivat saaneet apua omaan elämäänsä, osa hyvinkin merkittävästi. Hanke sai asiakkailta hyvää palautetta toiminnastaan sekä jatkoa varten hyvää dataa kehitystyötä varten. Hanke on onnistunut kokoamaan kaikki ruoka-apu toimijat Laukaassa yhteen pisteeseen saman katon alle, joka asiakkaan näkökulmasta on pelkästään hyvä asia. Palautteista nousi myös esille asioinnin helppous, mikä onkin ollut meitä toimijoita mieltä lämmittävä tieto.

Tutkimustulokseni olivat hyvin samankaltaiset kuin Joakim Zittingin havainnot omassa tutkimuksessaan. KoMa-hankkeen tutkimuksessa vuonna 2021 suurin osa vastaajista oli yli 60-vuotiaita eläkkeellä olevia naisia. Korona ei merkittävästi lisännyt ruokajakoon osallistujien määrää eikä se ollut monelle hetkellinen apu, vaan enemmänkin pysyvä apu ja usealle eläkeläiselle pienen eläkkeen lisäksi elinehto. (Zitting J. Dialogi, i.a.). Pohdinkin sitä, että onko tulokset kuinka vertailukelpoisia, kun oma tulkintani TUOJA-hankkeen ruokajonoissa olevien ihmisten ikäjakaumasta ja sukupuolesta ei vastaa tutkimuksen tulosta täysin. Oman havaintoni mukaan ruokajonoissa on useammin miespuolisia henkilöitä ja iältään n. 40–55-vuotiaita. Vai onko tosiaan niin, että vain naiset kykenevät vastaamaan haastatteluihin omasta tilanteestaan miehiä avoimemmin. Summa summarum, tutkimus myötäilee varsin suurelta osin esimerkiksi KoMa-hankkeen tuloksia.

Ruoka-aputoimintaa haastaa tällä hetkellä eniten hyvinvointialueet. Ruoka-apu työtä tekevät yhdistykset eivät tiedä, kuinka toimintaa jatketaan. Varsinkin yhdistyksillä ja toimijoilla on ongelmia, jotka ovat olleet kaupunkien rahoitusten varassa tai erilaisten hankkeiden avulla pyörittäneet ruokaa-aputoimintaansa. Hyvinvointialueiden vastuulla ei ole ruoka-aputoiminta tai sen rahoittaminen, mutta ne jakavat siihen pientä sosiaali- ja terveysministeriön (STM) toiminta-avustusta ensi vuonna. STM:n avustusta, joka kohdentui ruoka-aputoimintaan, on aikaisemmin jakanut Samaria ry ja vuonna 2023 Sininauhaliitto. Avustus on

kuitenkin niin pieni, että se ei kata toiminnan kuluja. Ruoka-avun pyörittäminen vaatii toimiakseen tilat (vuokratulot), käytössä olevan riittävän ja soveltuvan kuljetuskaluston sekä henkilöstöresurssit. Lisäkuluja tuovat vielä sekä vakuutukset. Jos kunnat/kaupungit eivät lähde tukemaan ruoka-apu toimintaa, jää moni ruoka-apu toteuttamatta ja se kaikista heikoimmassa asemassa oleva ihminen kärsii siitä eniten. Useimmiten yhteiskunnan korkeimmalla paikalla olevat ihmiset päättävät asioista ja heille ruoka-apu saattaa olla hyvinkin kaukainen asia. Päättäjien olisi hyvä tarkastella asiaa myös kestävän kehityksen kannalta, sillä jos ruokaa ei jaeta, se menee roskiin.

Kehittämisideoita nousi esille muutama ja yksi suuri ehdotus poiki oman ruokajako ajan. Sotaa paossa olevien ihmisten oma ruoka-apu, jota he itse pyörittävät. Tämä idea nousi esille niin sanotussa varjokyselyssä, joka teetettiin tähän kohderyhmään kuuluville ihmisille erikseen varsinaisen kyselyn jälkeen. Sotaa paossa olevien ihmisten halu integroitua suomalaiseen yhteiskuntaan ja kulttuuriin on heillä vahvana ja siksi he kokivatkin suureksi asiaksi auttaa myös muita TUOJA-hankkeessa. Kokeiluna liikkeelle lähtenyt toiminta on pyörinyt toukokuusta 2023 lähtien. Ensimmäiset kerrat ovat olleet menestys ja ruokajako tiimiläiset ovat olleet innoissaan asian onnistumisesta heti alkuun. Ruokajaon myötä ukrainalaiset ovat myös integroituneet paremmin Suomeen ja Laukaaseen. Eräs vapaaehtoinen ukrainalainen löysi sitä kautta itselleen myös uuden kodin.

Väentuvan kannalta kysely antoi valtavasti varmuutta ruoka-aputoimintansa jatkamiseen sekä kehittämiseen erimuotoisilla ihmisten auttamistavoilla. Kysely antoi myös paljon pohjatietoa mahdollisen ruoka-aputoimintaan liittyvän jatkohankkeen kirjoitusta varten. Yhteistyötahojen kanssa läpi käytiin kyselyn tulokset ja useimpien keskusteluiden tulos oli, että Laukaassa tarvitaan ruohonjuuritason auttamistyötä yhä enenemässä määrin. Hanke on tiivistänyt monelta osin yhteistyöverkostojen työntekijöiden välisiä suhteita jopa siinä määrin, että turhaa byrokratiaa on pystytty karsimaan kenttätyöstä pois. Sosiaalitoimi, diakoniatyö, kotihoito ja etsivä nuorisotyö käyttävät ruoka-apupistettä jo ikään kuin omana palveluna asiakkailleen. Tämä on osaltaan

edistänyt tiedon kulkua paikallisesti ja asiakkaiden on ollut paremmin mahdollista saada apua.

Koko kyselyn palautteet vahvistivat sitä ajatusta, että ruoka-aputoiminta laadullisesti tehtynä kantaa hedelmää ja kehittyy. Kyselyyn vastanneiden joukosta muutama laittoikin palautetta, että on hyvä juttu, kun on hyvin toteutettu ruokajako eikä mitään räpellystä ilman sääntöjä. Muutamissa vastauksissa ehdotettiin jalkautuvaa ruokajakoa Laukaan sivukylille. Tämä idea otettiin jatkohautomoon. Sivukyliltä on pitkä matka kirkonkylälle ja sen vuoksi osa ruoka-apua tarvitsevia jää pois avun piiristä, kun ei ole mahdollista kulkea ruokajakoon. Tällä hetkellä hankkeella ei ole mahdollisuutta jalkautua sivukylille lainkaan.

Kyselyn teettäminen oli tarpeellinen hanketta hallinnoivan Väentuvan puolesta sekä osa maksajien Laukaan kunnan ja Laukaan seurakunnan diakoniatyön kannalta. He saivat tarvittavaa tietoa siitä, mikä on tällä hetkellä ruoka-avun tilanne ja tarve Laukaan alueella. Kokonaisuuden kannalta palaute antoi jatkon kannalta merkittävän suunnan mihin panostaa vuoden vaihteen jälkeen, kun TUOJA-hanke päättyy. Ruoka-aputoiminnan vapaaehtoiset, jotka toimintaa pyörittävät, ovat kokeneet toiminnassa mukana olleiden toisten vapaaehtoisten ryhmän hyvänä. Jatkossa voisi tutkia miten vapaaehtoisena toimiminen on vaikuttanut osallisuuden sekä yhteisöllisyyden tunteeseen. Toinen tutkimusaihe, mikä nousi tuloksien pohjalta esiin, oli nuorten puuttuminen ruokajonosta. Miksi he eivät hae ruoka-apua, vaikka sitä ehkä tarvitsisivatkin. Tätä aihetta voisi tutkia, miten saataisiin avun tarpeessa olevat nuoret paremmin tuen piiriin/madallettua kynnystä hakea apua?

Kauppojen ruokahävikin määrä ja hankkeen keräämä hävikki on ollut havaintoni mukaan laskussa vajaan vuoden. Olemme ruokajakelussa tilastoineet ruokamääriä punnitsemalla sisään tulevaa ruokaa vuoden 2022 syksyllä, jouluna 2022 ja keväällä 2023. Hävikkiruoan määrä on tippunut jo vajaalla 1000 kg:lla tänä aikana. Syksyllä TUOJA-hankkeen kautta liikkui n. 6400 kg ruokahävikkiä, kun se jo keväällä oli 5500 kg. Tämä on ruokahävikin muodostumisen kannalta hyvä asia ja kaupat ovat tehostaneet toimintaansa, mutta en malta olla pohtimatta sitä, että onko ruokahävikin väheneminen hyvä asia ruoka-apua hakevien

kannalta. Heidän apunsa pienenee. Tässäkin taitaa se vanha sananlasku pitää paikkaansa: ”Toisen roska, on toisen onni”. Nyt vaan taitaa olla nurinpäin.

Ammatillisesti tutkimuksen teettäminen vahvisti ammatti-identiteettiäni alan ammattilaisena ja antoi varmuutta jatkaa kohti uutta ja tuntematonta työelämässä. Olemassa olleet vahvuuteni saivat vahvistusta työn taustojen selvittämisen aikana ja varsinaisen opinnäytetyön teettämisen aikana. Yhteistyöverkoston kanssa asioidessani ja suunnitellessani opinnäytetyön toteutusta, mielestäni omat vahvuuteni korostuivat muun muassa verkostotapaamisissa palavereiden vetovastuussa olemisen helppoudessa. Kehittämisen kohteita selvisi muutamia. Asioiden tarkempi aikatauluttaminen ja varasuunnitelmien tekemiseen pitää jatkossa keskittyä enemmän, vaikka niitä ei tarvittaisikaan.

Tehdessäni itse yhteistyötä paikallisen seurakunnan diakonien kanssa Laukaan sivukylillä, en voinut välttyä ajatukselta, miltä tuntuisi tehdä tätä työtä diakonian viranhaltijana. Avun antaminen ja saattaminen sinne mihin muu apu ei yllä konkretisoitui monta kertaa ruoka-avun kautta suoraan avuntarvitsijalle. Siinä kiteytyi diakonian ydin. Vaikka hankkeessa ei saanutkaan olla poliittista tai uskonnollista sisältöä jaettavaksi, tuntui kuitenkin hienolta kokea se nöyrä katse, joka nousi kiitokseen ruoka-avun saatuaan. Useasti ruokaa jakaessani mielessäni kaikui Raamatun kohta ” Siinä on sinulle lääke, joka pitää sinun koko ruumiisi terveenä” (Raamattu, 1992. Sananlaskut 3:8). Moniulotteinen ajatus samaan aikaan, ruumiin ja sielun ravintoa. Sitähän minä diakonina jakaisin eteenpäin jatkossakin.

LÄHTEET

- Alasuutari, P. (2011). *Laadullinen tutkimus 2.0*. Tampere: Vastapaino.
- Eskelinen, N. & Sironen, J. (2017). *Köyhyys - Syitä ja seurauksia*. Suomen köyhyyden ja syrjäytymisen vastainen verkosto EAPN-Fin. Kuopio: Grano.
- Eskola, J. & Suoranta, J. (2008). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. 8. painos. Tampere: Vastapaino.
- Euroopan sosiaalirahasto. (i.a.) *Hankekuvaus*. Saatavilla 20.8.2023. <https://www.eura2014.fi/rriepa/projekti.php?projektkoodi=S22452>
- Fiksuruoka.fi (i.a.) *Hävikkiruoka*. Saatavilla 20.8.2023. <https://www.fiksuruoka.fi/page/61/havikkiruoka>
- Hasanen, K. & Günther, K. (2018). Tyypittely. Teoksessa Kirsi Hasanen & Kirsi Günther (toim.) *Kvalitatiivisen tutkimuksen käsikirja*. Saatavilla 4.5.2023. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitav-an-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/analyysi-ja-tulkinta/>
- Hegnsholt, E., Unnikrishnan, S., Pollmann-Larsen, M., Askelsdottir, B., Gerard, M., (i.a.) *Tackling the 1.6-Billion-Ton Food Loss and Waste Crisis* (2018). Saatavilla 24.8.2023 <https://www.bcg.com/publications/2018/tackling-1.6-billion-ton-food-loss-and-waste-crisis>
- Hirsjärvi S. & Hurme H. (2014). *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: University press.
- Hänninen, S., Karjalainen, J., Lehtelä, K.-M. & Silvasti, T. (2008). *Toisten pankki: Ruoka-apu hyvinvointivaltiossa*. Helsinki: Stakes.
- Juhila, K. (2018). Teemoittelu. Teoksessa Kirsi Hasanen & Kirsi Günther (toim.) *Kvalitatiivisen tutkimuksen käsikirja*. Saatavilla 4.5.2023. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitav-an-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/analyysi-ja-tulkinta/>
- Kangas, O. & Ritakallio, V-M. (2008). *Köyhyyden mittaustavat, sosiaaliturvan riittävyys ja köyhyyden yleisyys Suomessa*. 61/2008 Sosiaali- ja terveysturvan selosteita. Helsinki: Kela, 2008.
- Karttunen K., Kihlström L., & Taivalmaa, S-L. (2014). *Nälkä ja yltäkylläisyys, Ruokaturva maailmassa*. Tallinna Raamatutrikikoja OU, Tallinna

- Kiiski, J. (2013). Diakoniabarometri. *Diakoniatyöntekijä - rinnallakulkija ja kaatopaikka*. Tampere: Kirkon tutkimuskeskus.
- Krippendorff, K. (2013). *Content Analysis. An Introduction to Its Methodology* (3rd ed). California, CA: Sage Publications.
- Köyhyysvahti. (i.a.) *Suomen köyhyysraportti 2022*. Suomen köyhyyden ja syrjäytymisen vastainen verkosto EAPN-Fin. Saatavilla 4.5.2023. <https://www.eapn.fi/koyhyysvahti-2022-myonteista-kehitysta-mutta-myos-merkkeja-koyhyden-syvenemisesta/>
- Laukaan kunta (i.a.) *Tietoa Laukaasta*. saatavilla 1.8.2023. <https://www.laukaa.fi/asukkaat/kunta-ja-paatoksenteko/tietoa-laukaasta/#5b2144bb>
- Margarités ry. (i.a.) Saatavilla 1.8.2023. <http://www.margarites.fi/>
- Niemelä, M. & Saari, J. (2013). *Huono-osaisten hyvinvointi Suomessa*. Kelan tutkimusjulkaisut. Saatavilla 1.6.2023. <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/40230>
- Ohisalo, M. (2017). *Murusia hyvinvointivaltion pohjalla. Leipäjonot, koettu hyvinvointi ja huono-osaisuus*. Kuopio: University of Eastern Finland.
- Ohisalo, M. & Saari, J. (2014). *Kuka seisoo leipäjonossa? Ruoka-apu 2010-luvun Suomessa*. Helsinki: Kunnallisalan kehittämissäätiö. Tutkimusjulkaisu-sarjan julkaisu nro 83.
- Raamattu*. (1992). Suomen evankelis-luterilaisen kirkon kirkolliskokouksen vuonna 1992 käyttöön ottama suomennos. Kirjapaja.
- Ruokavirasto. (i.a.) *Ruoka-apu*. Saatavilla 2.5.2023. <https://www.ruokavirasto.fi/yhteisot/tuet-ja-kehittaminen/ruoka-apu/>
- Royte, E. (2014). *Hävikin kova hinta*. National Geographic Suomi, 53–63.
- Saaranen-Kauppinen, A & Puusniekka, A. (2009). *KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Toinen vedos. Saatavilla 4.5.2023. <https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/>
- Saari, J., Kainulainen, S. & Mutanen, A. (2017). *Köyhyyskartta- Kuka pitää köyhää laiskana*. Teoksessa: Sosiaaliturvariippuvuus, Sosiaalipummit oleskeluyhteiskunnassa. Suomen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print Tampere.

<https://library.oapen.org/bitstream/handle/20.500.12657/31591/626902.pdf?sequence=1#page=191>

- Schreier, M. (2012). *Qualitative content analysis in practice*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Silvennoinen, K; Koivupuro, H-K; Katajajuuri, J-M; Jalkanen, L. & Reinikainen, A. (2012). *Ruokahävikki suomalaisessa ruokaketjussa: Foodspill 2010–2012-hankkeen loppuraportti*. MTT: 31600 Jokioinen. Raportti 41.
- Silvennoinen, K; Nisonen, S. & Katajajuuri, J-M. (2022). *Food waste amount, type, and climate impact in urban and suburban regions in Finnish households*. Journal of Cleaner Production. Vol 378. Saatavilla 25.8.2023. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0959652622040021?via%3Dihub=>
- Suomen Punainen Risti (i.a) *Ruoka-apu*. Saatavilla 4.8.2023. <https://www.punainenristi.fi/tyomme/ruoka-apu/>
- Suvanto ry. (i.a.) *Ruoka-apu*. Saatavilla 14.8.2023. <https://suvanto.fi/ruoka-apu/>
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Vilka, H. (2021). *Näin onnistut opinnäytetyössä: Ratkaisut tutkimuksen umpikuihin*.
- Väentupa ry. (i.a. -a) *Väentupa ry*. Saatavilla 1.7.2023. www.vaentupa.fi
- Väentupa ry. (i.a. -b) *Tuoja-hanke*. Saatavilla 20.8.2023. <https://vaentupa.fi/hankkeet/tuoja-hanke/>
- Ylitalo S. (2008). *Raportti: Maailman ruokahävikki kasvaa kolmanneksella vuoteen 2030 mennessä - tällä hetkellä vuosittain 1,6 miljardia tonnia ruokaa ruokaa heitetään pois*. Saatavilla 15.7.2023. <https://www.maailma.net/uutiset/raportti-maailman-ruokahavikki-kasvaa-kolmanneksella-vuoteen-2030-mennessa-talla-hetkella>
- Zitting, J. Dialogi (i.a) *Ruoka-avun vastaanottajat - havaintoja KoMa-hankkeen kyselyn vastaajista*. Saatavilla <https://dialogi.diak.fi/2022/03/30/ruoka-avun-vastaanottajat-havaintoja-koma-hankkeen-kyselyn-vastaajista/>
- Zitting, J., & Kainulainen, S. (2023). *Yhteistyötä tarvitaan ruoka-avun tarpeen vähentämiseksi*. Teoksessa J. Helminen (toim.), DiakHub tutkii,

kehittää ja vaikuttaa - Diakonia-ammattikorkeakoulun vuosikirja
2022 (s. 106-116). (Diak Vuosikirja - Diak Yearbook 2). Diakonia-
ammattikorkeakoulu. Saatavilla 20.7.2023

<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-493-414-5>

LIITE 1. Kyselylomake

Hävikkiruokajako kysely.

Palauta täytettynä ruokajaan yhteydessä sille varattuun palautuslaatikkoon ruokajakopaikassa. Kiitos vastauksestasi.

- Sukupuoli? _____
- Ikä? _____
- Elämäntilanne (työtön, opiskelija jne.)? _____
- Ruokakunnan koko? _____
- Pääasiallinen tulonlähde? (toimeentulotuki, eläke...) _____

1. Minkälaiseen tarpeeseen hävikkiruokajako on vastannut?
2. Onko hävikkiruoka-apu väliaikainen vai jatkuva ratkaisu elämässäsi? Kuinka kauan luulet, että tarve jatkuu?
3. Millaisia vaikutuksia hävikkiruokajaan loppumisella olisi elämääsi?
4. Minkälaista merkitystä hävikkiruokajalla on taloudelliseen tilanteeseesi? Entä hyvinvointiisi?
5. Kuinka paljon viikoittaisesta ruokamäärästä saat hävikkiruokajaan kautta?
6. Minkälaisesta ruoasta hyödyt eniten hävikkiruokajaossa?
7. Mitä hävikkiruoka toiminnassa voisi sinun mielestäsi kehittää / muuttaa?