

OPPIMATERIAALEJA

PUHEENVUOROJA

**RAPORTTEJA 176**

TUTKIMUKSIA

Terhi Hytönen, Milla Roininen & Marion Karppi (toim.)

# HYVINVOINTIA KAIKILLE

Hyvinvointiosaaminen

Turun ammattikorkeakoulussa

*Well-being know-how at Turku University of Applied Sciences*



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU  
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES



OPPIMATERIAALEJA

PUHEENVUOROJA

**RAPORTTEJA 176**

TUTKIMUKSIA

Terhi Hytönen, Milla Roininen & Marion Karppi (toim.)

# HYVINVOINTIA KAIKILLE

Hyvinvointiosaaminen

Turun ammattikorkeakoulussa

*Well-being know-how at Turku University of Applied Sciences*



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU  
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

TURUN AMMATTIKORKEAKOULUN  
**RAPORTTEJA 176**

Julkaisun sisältö edustaa julkaisijan näkemyksiä. Eriteltyjen projektien rahoittajat tai hallintoviranomaiset eivät vastaa julkaisun sisällöstä.

The content of the publication reflects the authors' views. Financers or Managing Authorities of the projects cannot be held liable for the information published by the authors.

Turun ammattikorkeakoulu  
Turku 2013

ISBN 978-952-216-429-2 (painettu)

ISSN 1457-7925 (painettu)

Painopaikka: Suomen Yliopistopaino – Juvenes Print Oy, Tampere 2013

ISBN 978-952-216-430-8 (pdf)

ISSN 1459-7764 (elektroninen)

Jakelu: <http://loki.turkuamk.fi>



# SISÄLTÖ

Lukijalle	6
For the Reader	7

## **LASTEN JA NUORTEN OSALLISUUS**

### **Empowering children and young people**

MIMO – nuorten syrjäytymisen ehkäisyä soveltavan taiteen keinoin	11
RESME – toimintaa lastensuojelun rajapinnoilla	13
Sadutusta Swasimaahan	15
HALATEN – yksin maahan tulleiden alaikäisten turvapaikanhakijoiden kotouttamisen kehittäminen	17
Yhdessä oikeaan aikaan II – perheiden hyvinvointia edistämässä	19
ToLiVA – liikuntaa varhaiskasvatukseen	21

## **AKTIIVINEN AIKUISUUS – TYÖ- JA TOIMINTAKYKYISYYS**

### **Active Adulthood – Enhancing Work and Occupational Performance**

Vipua ja vetoa töihin! – Valmennusta, verkostoja ja välineitä korkeakoulutettujen ohjaukseen	25
Työpaikkaselvitys mobiilissa ja monipaikkaisessa työssä	27
INTO – innostavaa liikuntaa ammattikorkeakoulun arkeen	29
TYHY – tähtäimessä palomiesten fyysisen työkyvyn edistäminen	31
Liikunta kuntoutuksen tukena	33
AYVOT – faktaa seksuaaliterveydestä	35
Hair – hyvinvointia kulttuurista	37

## **AKTIIVINEN IKÄÄNTYMINEN**

### **Active Ageing**

VIRTU – vuorovaikutteisia etäpalveluita ikäihmisille	41
HASIC – osallisuudesta hyvinvointia ikäihmisille	43
Selvä suunta – eläkeikäisille välineitä oman hyvinvoinnin pohdintaan	45

## **TOIMIVA ARKI JA SAAVUTETTAVA YMPÄRISTÖ**

### **Functional Everyday Life and Accessible Environment**

KESTI – kestäviä toimintamalleja aluerakentamiseen	49
Neuvontakeskus Kunnonkoti tarjoaa asiakaslähtöisiä asiantuntijapalveluja	51

## **SOTE-PALVELUJÄRJESTELMÄN KEHITTÄMINEN**

### **Developing Social and Health Care Service System**

eMedic – hyvinvointiteknologiaa terveydenhuollon arkeen diabeteksen hoidossa	55
TEHU – hyvinvointipalvelurakenteden kehittämistä	57
SOHVI – kokemustietoa palvelujen suunnitteluun	59
Neuroliikkuja paikallistasolla – liikuntamahdollisuuksia neurologisesti sairaille	61

## **HYVINVOINTI PALVELULIIKETOIMINTANA**

### **Well-Being Services as Business**

WelDest – matkailijoiden hyvinvointia edistävien palvelujen kehittäminen	65
Matkalla Kustavissa – yhteistyöllä parempia matkailupalveluja	67



# LUKIJALLE

Turun ammattikorkeakoulun tutkimus-, kehitys- ja innovaatiotoiminta organisoitiin vuonna 2012 tutkimusryhmiksi. Tutkimusryhmät jäsentävät ammattikorkeakoulun syvää ja monipuolista osaamista. Tavoitteena on edistää oppimista ja kerryttää ammattikorkeakoulun osaamista kansallisilla ja kansainvälisillä areenoilla. Rajat ylittävä yhteistyö ja kumppanuus eri organisaatioiden kanssa ovat keskeisiä teemoja tutkimusryhmien toiminnassa. Asiantuntijoiden on myös entistä helpompi löytää toistensa tutkimusaiheet ja osaaminen tutkimusryhmien kautta.

Turun ammattikorkeakoulun kaikessa toiminnassa sovelletaan innovaatiopedagogiikan lähestymistapaa. Tutkimusryhmissä tämä tarkoittaa sitä, että ryhmä ja sen toteuttamat projektit, toimintatavat ja välineet muodostavat kaikille osallistujille luonnollisen oppimisympäristön. Aika harvoin on niin, että kehitysprojektiin lähdettäessä varmuudella tiedetään täsmälleen, mitä vaikkapa kahden vuoden päästä on valmiina. Ennen sitä opitaan muun muassa, mitä loppujen lopuksi kannattaa tehdä ja mihin suuntaan taas ei kannata edetä. Oppi koskee kaikkia – opiskelijoita, kollegoita ja organisaatioiden huippu-taitajia.

Tämä julkaisu luo projektiesimerkein kattavan kuvan Turun ammattikorkeakoulun hyvinvointialalla toimivista tutkimusryhmistä ja projekteista. Se nostaa esille laajan ja monipuolisen hyvinvointipalveluiden kehittämistä koskevan tarvekirjon ja samalla kumppaniverkoston merkityksen kehitystarpeisiin vastaamisessa. Erityistä huomiota kannattaa projektiesittelyissä kiinnittää hankekumppaneiden ääneen ja siihen, miten liitot ja järjestöt sekä kaupunkien ja kuntien eri toimijat esittävät näkemyksiään yhteistyöstä. Toivon, että tämä ääni välittää viestiä tutkimusryhmien ja projektien toiminnasta, tarpeellisuudesta ja palvelevuudesta.

Ursula Hyrkkänen  
TKI-johtaja  
Turun ammattikorkeakoulu



# FOR THE READER

In 2012, Turku University of Applied Sciences (TUAS) organised its research, development and innovation activities into research groups. The research groups provide structure for TUAS' diverse and in-depth competences. The aim is to promote learning and add to TUAS' competence in both national and international arenas. Cross-border cooperation and partnerships with different organisations are central themes in the work of the research groups. The groups also make it easier for experts to locate each others' research topics and competences.

Turku University of Applied Sciences applies the innovation pedagogy approach in all of its operations. For the research groups, this means that the group and its projects, operating methods and tools create a natural learning environment for all participants. When first starting a development project, you rarely know exactly what its outcome will be for instance two years down the road. Along the way, you learn what works and what does not. This learning process applies to everyone, from students to colleagues and top experts from partner organisations.

The example projects described in this publication provide a comprehensive overview of the research groups and projects in the area of well-being at Turku University of Applied Sciences. They highlight the broad and diverse range of needs in the development of well-being services, while also emphasising the significance of a partner network in responding to these development needs. In presenting the projects, the voice of the project partners is given particular prominence: associations, organisations and municipal operators share their views of the cooperation. I hope that their voice effectively communicates the operations, necessity and usefulness of the research groups and projects.

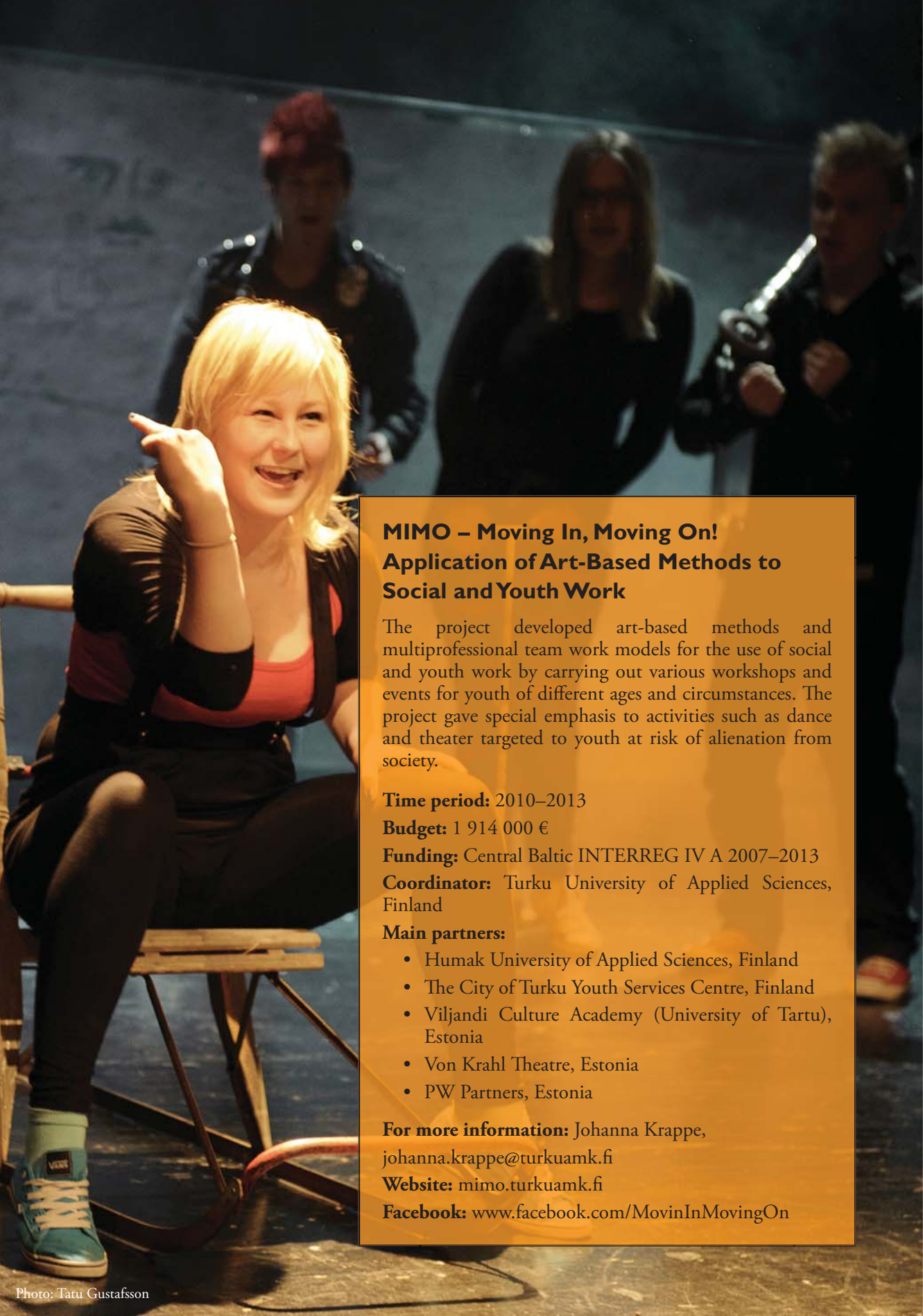
Ursula Hyrkkänen  
Director of Research and Development  
Turku University of Applied Sciences



The background of the entire page is a microscopic image of orange tissue, likely from a citrus fruit, showing a clear pattern of cells with white cell walls and orange-colored cytoplasm. The cells are roughly polygonal and arranged in a honeycomb-like structure.

**LASTEN JA NUORTEN  
OSALLISUUS**

**EMPOWERING CHILDREN  
AND YOUNG PEOPLE**



## **MIMO – Moving In, Moving On!** **Application of Art-Based Methods to Social and Youth Work**

The project developed art-based methods and multiprofessional team work models for the use of social and youth work by carrying out various workshops and events for youth of different ages and circumstances. The project gave special emphasis to activities such as dance and theater targeted to youth at risk of alienation from society.

**Time period:** 2010–2013

**Budget:** 1 914 000 €

**Funding:** Central Baltic INTERREG IV A 2007–2013

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

### **Main partners:**

- Humak University of Applied Sciences, Finland
- The City of Turku Youth Services Centre, Finland
- Viljandi Culture Academy (University of Tartu), Estonia
- Von Krahl Theatre, Estonia
- PW Partners, Estonia

**For more information:** Johanna Krappe,  
[johanna.krappe@turkuamk.fi](mailto:johanna.krappe@turkuamk.fi)

**Website:** [mimo.turkuamk.fi](http://mimo.turkuamk.fi)

**Facebook:** [www.facebook.com/MovinInMovingOn](http://www.facebook.com/MovinInMovingOn)

# MIMO – NUORTEN SYRJÄYTYMISEN EHKÄISYÄ SOVELTAVAN TAITEEN KEINOIN

Nuorten syrjäytyminen on laajasti tunnustettu ilmiö. Nuorten kohtaamisessa ja osallistamisessa on tarvetta uusille toimintatavoille ja työskentelymenetelmille. *MIMO – Moving In, Moving On! Application of Art-Based Methods to Social and Youth Work* -projektin tavoitteena on ollut taidelähtöisten menetelmien soveltaminen ennakoivaan nuorisotyöhön ja sosiaalialalle moniammatillisessa yhteistyössä. Projektin erityisenä painotuksena on ollut nuorten syrjäytymisen ehkäisy.

Taiteen soveltamisella tarkoitetaan taiteen käyttöä muihin kuin taiteellisten päämäärien saavuttamiseen. Tavoitteiksi voidaan asettaa esimerkiksi vuorovaikutukseen liittyvän osaamisen, yhteisöllisyyden, itsetuntemuksen ja hyvinvoinnin edistäminen.

## Moniammatillisuutta ja taidelähtöisiä menetelmiä

MIMO-projektia on toteutettu yhteistyössä sosiaali-, terveys- ja taidealojen ammattilaisten ja opiskelijoiden sekä nuorisotyön kanssa. Moniammatillisuus perustuu siihen, että ammattilaiset jakavat ydinosaamistaan ja yhdistävät vahvuuksiaan yhdessä tekemisessä. Moniammatillinen yhteistyö on osoittautunut antoisaksi ja innostavaksi työskentelymuodoksi.

Projekti on tarjonnut täydennyskoulutusta taidelähtöisten menetelmien käytöstä nuorten kanssa työskenteleville ammattilaisille. Koulutussisältöjä MIMO-projektissa kehittäneen lehtori **Terttu Parkkisen** mielestä yhteiskunnassa tarvitaan uudenlaista ammattitaitoa ja ammattilaisten yhteistyötä nuorten tukemiseen ja syrjäytymisen ehkäisemiseen.

- Soveltava taide tuo uusia näkökulmia ja mahdollisuuksia nuorten osallistamiseen. Nuorten ohjaaminen moniammatillisesti taidetta soveltaen on toimintatapa, joka mahdollistaa uusia innovaatioita nuorten tukemiseen, kuvailee Parkkinen.

Käytännön kokemusten kautta syntyneitä osaamista ja uusia ideoita levitetään projektin kohderyhmille seminaarien, koulutusten ja julkaisujen välityksellä.

## Tanssia ja teatteria nuorten elämästä

Nuorille suunnattua toimintaa on ollut tarjolla erilaisissa työpajoissa ja tapahtumissa. Työpajoissa on sovellettu esimerkiksi teatteria, tanssia ja nukketheateria. Esityksiä on rakennettu nuorten kokemusten pohjalta. Nuorten ryhmiä on kokoontunut muun muassa lastenkodeissa, vastaanottokeskuksessa ja kouluissa. MIMO-projekti on tavoittanut yli 5 000 nuorta.

- Seisoen annettujen aplodien jälkeen katsomosta valui kansaa vaarista vaippaikään, kaikilla kyynelleet silmissä. Tämä esitys ei hetkessä unohdu keneltäkään, kuvaili **16-vuotias tyttö** tuntemukseensa MIMO-projektiin liittyneen *Haistettelenäytelmän* esityksen jälkeen.



EUROPEAN UNION  
EUROPEAN REGIONAL DEVELOPMENT FUND  
INVESTING IN YOUR FUTURE



CENTRAL BALTI  
INTERREG IV A  
PROGRAMME  
2007-2013



## **RESME – On the Borderline between Residential Child Care and Mental Health Treatment**

The project aims to improve welfare and mental health of children who live in residential settings. The research of the project aims to identify the multi-professional work practices on the borderline between child care work and mental health treatment. Results are used in designing and piloting the continuing educational course for practitioners in child welfare services.

**Time period:** 2012–2015

**Budget:** 485 000 €

**Funding:** European Commission's Lifelong Learning programme

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

### **Main partners:**

- University of Oviedo, Spain
- University of Applied Sciences Hamburg, Germany
- Mykolas Romeris University, Lithuania
- VIA University College, Denmark
- University of Edinburgh, United Kingdom
- Kibble Education and Care Centre, United Kingdom

**For more information:** Hanna Siren, [hanna.siren@turkuamk.fi](mailto:hanna.siren@turkuamk.fi)

**Website:** [www.resme.eu](http://www.resme.eu)

## RESME – TOIMINTAA LASTENSUOJELUN RAJAPINNOILLA

Lasten ja nuorten mielenterveyspalvelujen tarve lisääntyy jatkuvasti. Monet lapset ja nuoret ovat yhtä aikaa sekä lastensuojelun että mielenterveyspalvelujen asiakkaina. Tästä syystä monialainen, sektorit ylittävä yhteistyö on samanaikaisesti sekä haaste että välttämättömyys palvelujen tuottajille.

*RESME – On the Borderline between Residential Child Care and Mental Health Treatment* -projektin päätavoitteena on edistää lastensuojelun sijaishuollossa olevien lasten hyvinvointia ja mielenterveyttä. Projektissa tutkitaan partnerimaiden lastensuojelu- ja mielenterveyspalvelujen nykytilaa, rajapinnalla tehtävän moniammatillisen työn hyviä käytäntöjä sekä ammattiryhmien koulutuksen tasoa ja osaamista. Tutkimuksen pohjalta kehitetään ammattilaisille suunnattu moniammatillinen täydennyskoulutuskurssi, jota pilotoidaan kaikissa partnerimaissa.

Yhteistyöllä parempia työkäytäntöjä

Ohjausryhmän jäsen, ylihoitaja **Anita Birstolin** Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiristä pitää projektin moniammatillista näkökulmaa erityisen tärkeänä. Hän odottaa moniammatillisen yhteistyön tuloksena syntyvää täydennyskoulutusta ja yhteistyön vaikutuksia työkäytäntöihin.

– Meillä nuorisopsykiatrian erikoissairaanhoidossa on jatkuvasti hoidossa lastensuojelun sijaishuollossa olevia nuoria. Usein heidän ongelmansa johtuvat enemmän sosiaaliseen vuorovaikutuksen puutteista kuin varsinaisista psykiatrisista sairauksista. Olemme mukana projektissa edistääksemme näiden lasten ja nuorten hyvinvointia ja mielenterveyttä niin, että heille saadaan tarkoituksenmukaiset hoidot ja apu, kertoo Birstolin.

Ohjausryhmään myös kuuluva Lastensuojelun keskusliiton erityisasiantuntija **Susanna Hoikkala** näkee projektin päätavoitteena kahden keskeisen lasten ja nuorten hyvinvoinnista vastaavan toiminta-alueen lähentämisen.

– Molemmilla puolilla – lastensuojelun laitoshuollossa ja nuorisopsykiatrian osastohoidossa – työskennelleenä olen ottanut projektin ohjausryhmän jäsenyyden suurella ilolla vastaan. Kahden erilaisen toimintakulttuurin ja osaamisalueen yhteistyö ei ole ongelmaton, mutta RESMEN kaltaisilla projekteilla on mahdollista saada aikaan muutosta. Projektin kansainvälisyys on ensiarvoisen tärkeää. Katsomalla kauas meidän on mahdollista nähdä lähelle ja oppia itsestämme, Hoikkala painottaa.

Asiantuntijaverkoston yhteistyöllä tuotetaan koulutusmateriaalia ja julkaisu. Projekti tarjoaa myös sosiaali- ja terveysalan opiskelijoille eurooppalaisen lastensuojelun sijaishuollon ja mielenterveys-työn oppimis- ja kehittämisympäristön.





## Story Grafting in Swaziland

The project strengthens the early childhood education competence of those working with children in Swaziland. The story grafting method and the related training has been selected as a tool for strengthening because it is relatively easy to adopt, its applications in different cultures have already been tested, and it is an effective tool for improving child's participation, self-expression, and self-confidence. There are over 30 pre-schools, one afternoon club and three SOS Children's Villages involved in the project in Swaziland.

**Time period:** 2011–2013

**Budget:** 170 000 €

**Funding:** The Ministry for Foreign Affairs of Finland

**Coordinator:** SOS Children's Village Foundation Finland, Finland

**Main partners:**

- SOS Children's Village Foundation Finland, Finland
- SOS Children's Villages Swaziland, Swaziland
- University of Swaziland, Swaziland

**For more information:** Tiina Laakso, [tiina.laakso@turkuamk.fi](mailto:tiina.laakso@turkuamk.fi)



## SADUTUSTA SWASIMAAHAN

Swasimaassa esikoulujen opettajille ei ole organisoitua koulutusta eikä yhteistä varhaiskasvatussuunnitelmaa. *Sadutusta Swasimaahan* -projektissa pyritään kehittämään Swazimaan varhaiskasvatusosaamista. Välineeksi on valittu sadutusmenetelmä, yksi varhaiskasvatuksen innovaatioista Suomessa. Se on suhteellisen helppo omaksua ja sen käytöstä useissa eri maissa on saatu paljon hyviä kokemuksia. Sadutuksessa lapselle annetaan mahdollisuus kertoa vapaasti tarina, jonka aikuinen kirjaa sitä korjaamatta, arvioimatta tai siihen puuttumatta. Sadutus tuo uudenlaisen vuorovaikutuskanavan aikuisen ja lapsen välille, mikä tukee lapsen kuulluksi tuleamista sekä osallistumista.

Projektin aikana yli 40 esikoulun opettajaa tai lasten kanssa työskentelevää on koulutettu menetelmän käyttöön yli 30 esikoulussa. Sadustilanteita ja lasten satuja dokumentoidaan ja käsitellään myös vertaisryhmissä, täydennyskoulutuksessa ja tutkimustyöpajoissa. Yhteistyöstä syntyy myös swazimaalainen sadutuksen toimintatavan kuvaus sekä satukirja. Swazimaalaisten ja suomalaisten esikoulujen välille luodaan myös satusiltaa; lasten sadut matkaaavat maapallon toiselle puolelle ja tustuttavat kahden maan lapsia toistensa elämänpiiriin.

### Kulttuurit kohtaavat saduissa ja sadustilanteissa

Sadutuksen vieminen kehittyvään maahan on monella tapaa mielenkiintoista. Tarinankerronnan perinne on kyllä vahva, mutta toisaalta kasvatuskulttuuri on autoritaarinen eikä lapsen kuulemisen perinnettä ole valmiina. Oman haasteensa tuo kieli – lasten äidinkieli on siSwati, mutta opetuskielenä esikouluissa käytetään tavallisesti englantia.

Swazimaalaisten lasten saduissa näkyy arkielämän todellisuus: asuminen isovanhempien kanssa on tavallista AIDSin vuoksi, uskonto on vahvana arkielämässä ja lapset osallistuvat paljon kotitöihin varsinkin maaseudulla. Toki swazimaalaisten lasten sadut kertovat myös kissoista, koirista, pupuista ja poliisiautoista kuten suomalaistenkin lasten sadut.

Lasten tottuminen sadutusmenetelmän käyttöön näkyy ryhmän rauhallisuutena sadustilanteessa, oman vuoron odottamisena ja kärsivällisyytenä sekä toisten kuuntelemisena ja huomioimisena. Kun on opittu, että oma vuoro kertoa tarina kyllä tulee, niin jaksetaan myös kuunnella toisen tarinaa.

### Mieleepainuvia kokemuksia opiskelijoille

Vuosittain 10–15 sosiaalialan opiskelijaa lähtee Swasimaahan harjoitteluun. Projekti on toiminut mielekkäänä työkokemuksena ja opinnäytetyön aiheena. Opiskelijat vierailevat harjoittelunsa aikana useissa esikouluissa ja saavat monipuolisen kokemuksen erilaisista kasvatuskäytännöistä erilaisissa toimintakulttuureissa.

– Palkitsevinta oli saada kontakti sadutettaviin lapsiin kielimuurista huolimatta. Oli hienoa nähdä, että sadutus on juurtumassa swazimaalaisiin esikouluihin, kertoo sosionomiopiskelija **Hanna Mikkonen**.

Vuonna 2012 sosionomiopiskelijat vierailivat swazimaalaisissa esikouluissa 106 kertaa, ja swazimaalaisia satuja on kerättyä ja dokumentoituna jo yli 250.





## **HALATEN – From Vulnerable Childhood to Healthy and Safe Adulthood**

The project enhances integration of unaccompanied minors to the Finnish society and offers support and social networks for these youngsters in their new home country. The other aim is to develop the skills of the professionals working with the youngsters.

**Time period:** 2013–2014

**Budget:** 137 000 €

**Funding:** The European Refugee Fund managed by Finnish Ministry of the Interior

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

**Main partners:**

- Institute of Migration, Finland
- Organizations in the field of immigration, social work and education, Finland

**More information:** Outi Arvola, [outi.arvola@turkuamk.fi](mailto:outi.arvola@turkuamk.fi)

## HALATEN – YKSIN MAAHAN TULLEIDEN ALAIKÄISTEN TURVAPAIKANHAKIJOIDEN KOTOUTTAMISEN KEHITTÄMINEN

Turvapaikanhakijoiden joukossa Suomeen saapuu myös lapsia ja nuoria ilman vanhempia. Yksin maahan tulleiden ja Suomesta turvapaikkaa hakevien alaikäisten lasten ja nuorten määrä vaihtelee runsaasti. Viimeisen 20 vuoden aikana turvapaikanhakijoita on ollut vuosittain 100–700. Useimmat Suomeen yksin tulleista lapsista ja nuorista ovat paenneet sotatilaa ja aseellisia konflikteja. Maahanmuuttajanuoret tarvitsevat tukea itsenäistymiseen, oman elämänsä hallintaan ja siirtymiseen koulutus- ja työuralle myös sen jälkeen, kun he ovat saaneet oleskeluluvan ja siirtyneet perheryhmäkoteihin tai asumaan omillaan.

*HALATEN – haavoittuvasta lapsuudesta ehjään aikuisuuteen* -projekti tukee alaikäisten, ilman huoltajaa Suomeen saapuneiden maahanmuuttajien kotoutumista ja kehittää heidän parissa toimivien ammattilaisten osaamista Varsinais-Suomessa. Projektin aikana luodaan monialainen, alueellinen asiantuntijaverkosto ja kuvataan nuorten kotoutumista edistäviä palveluita turvapaikanhakuvaiheesta kotoutumiseen saakka. Nuorille järjestetään myös pienryhmätyöskentelyä ja mentoritoimintaa yhdessä yhteistyökumppanien ja sosionomi- ja toimintaterapiaopiskelijoiden kanssa.

Erityishuoltojärjestöjen liiton (EHJÄ ry) tuetun asumisen vastaavalla ohjaajalla **Aino Levannolla** on takanaan pitkä kokemus kohderyhmän nuorten parissa työskentelystä.

- Odotan projektilta eri yhteistyötahojen verkostoitumista, uusia toimintamuotoja sekä konkreettista toimintaa, joka osaltaan edistää maahanmuuttajanuorten kotoutumista ja integroitumista Suomeen, Levanto kertoo ja toivoo lisäksi suomalaisten nuorten kanssa yhdessä tekemistä.

Kohderyhmän nuoret haluaisivat erityisesti vapaa-ajan toimintaa ja tukea arkipäivän asioissa.

Jo kotoutuneiden nuorten kokemuksia

Projektissa mukana oleva Siirtolaisuusinstituutti kuuluu NordURM-verkostoon (Nordic Network for Research Cooperation on Unaccompanied Refugee Minors), joka pyrkii lujittamaan yksintulleiden turvapaikanhakijanuorien tutkimukseen liittyvää yhteistyötä sekä kehittämään heitä koskevia vertailevia tutkimusprojekteja pohjoismaisella tasolla.

- Tutkimusosuus tuo tietoa siitä, miten yksintulleet alaikäiset, nyt jo aikuistuneet nuoret, ovat kokemuksistaan selviytyneet ja millaista heidän elämänsä on ollut Suomessa sen jälkeen, kun he ovat saaneet oleskeluluvan ja muuttaneet omaan asuntoonsa, kertoo Siirtolaisuusinstituutin tutkimusjohtaja **Elli Heikkilä**.



SISÄASIAINMINISTERIÖ



## **Yhdessä oikeaan aikaan II Promotes Families' Well-being**

Yhdessä oikeaan aikaan II develops and implements good practices to enhance the well-being of small children, young people and their families. A new position for a family welfare official will be created in Raisio. The family welfare official co-operates mainly with early childhood education and primary schools. In addition, the project aims to ensure that already existing good working models will remain in use, e.g. the multi-professional network.

**Time period:** 2012–2013

**Budget:** 136 000 €

**Funding:** City of Raisio, Finland

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

**Main partner:** City of Raisio, Finland

**For more information:** Minna Lehtinen, [minna.lehtinen@raisio.fi](mailto:minna.lehtinen@raisio.fi)

## YHDESSÄ OIKEAAN AIKAAN II – PERHEIDEN HYVINVOINTIA EDISTÄMÄSSÄ

*Yhdessä oikeaan aikaan II* -projektissa Raision kaupunki ja Turun ammattikorkeakoulu kehittävät lasten, nuorten ja perheiden palveluihin sektorirajat ylittävää hyvinvointijohtamisen mallia. Tämän avulla lapsiperheitä autetaan luonnollisissa kasvuympäristöissä, mahdollisimman varhaisessa vaiheessa ja yhteistyössä eri toimijoiden kanssa. Kohderyhmänä ovat erityisesti päiväkotij- ja alakouluikäisten lasten perheet.

Projektin tavoitteena on juurruttaa hyviksi havaittuja hyvinvointityön malleja muun muassa verkostotyöstä ja ryhmätoiminnoista sekä hyödyntää hyvinvointiseulojen kautta saatavaa tietoa hyvinvoinnin johtamisen apuna.

Perhekuraattori yhdistää ja koordinoi

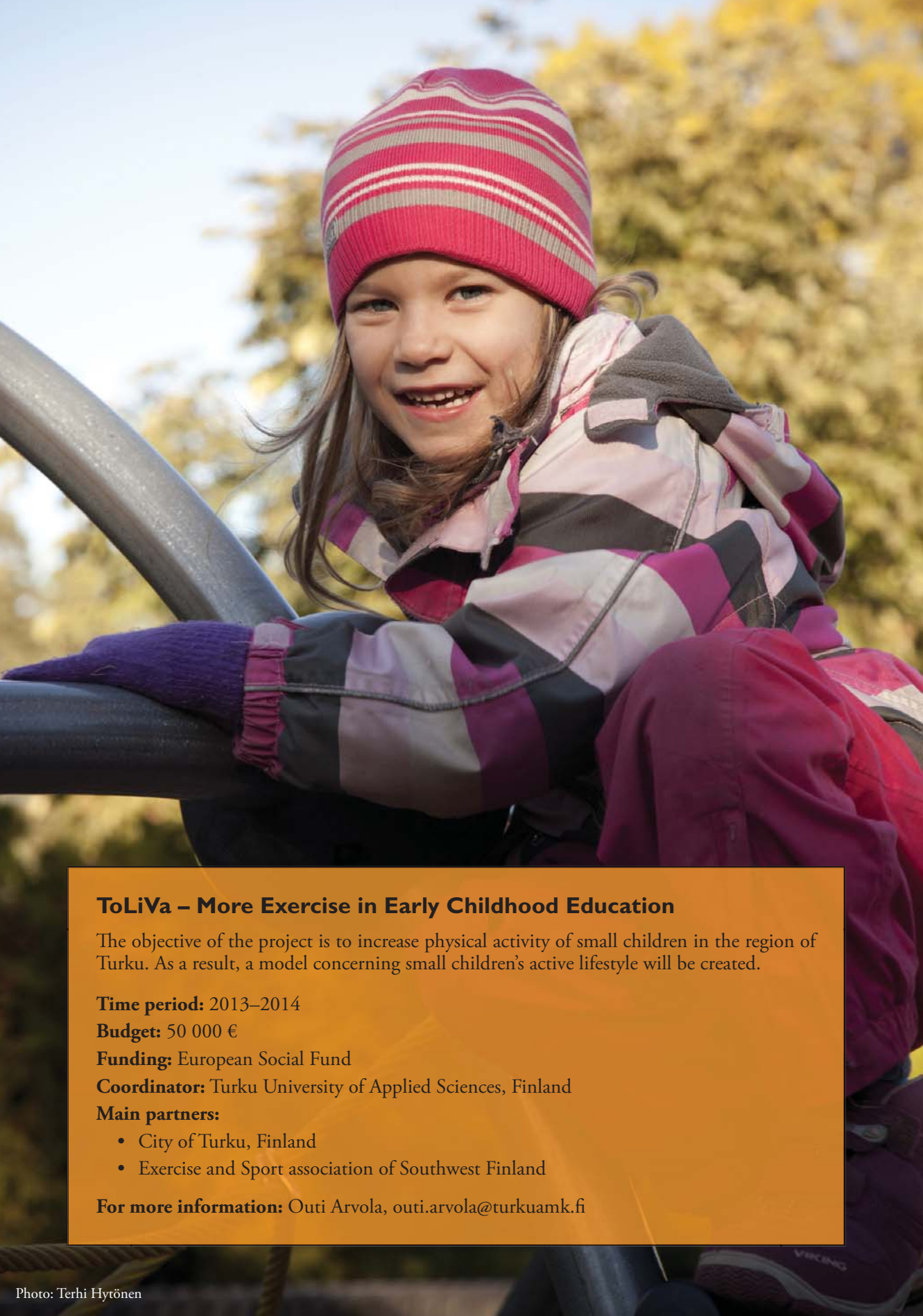
Projektin tuotoksena sosionomi-pohjaiselle perhekuraattorille on luotu aito verkostomainen tehtävänkuva hyvinvoinnin edistäjänä. Perhekuraattori ohjaa ja kehittää kasvuympäristöissä lasten ja perheiden kanssa tehtävää hyvinvointia edistävää yhteistyötä. Perhekuraattorin yhteistyötahoja ovat muun muassa neuvolat, päiväkodit, koulut, nuorisotoimi, seurakunta ja lastensuojelu. Tavoitteena on juurruttaa perhekuraattorin tehtävä pysyväksi osaksi Raision kaupunkia.

Yksi aktiivisimmista perhekuraattorin yhteistyötahoista on ollut Raisiossa Kerttulan alakoulu. Koulun rehtori **Olli Ranta** kertoo, että perhekuraattorin myötä on saatu yhteistyöhön todellista moniammatillisuutta ja luottamus yhteistyöhön on vahvistunut. Projektin aikana yhteistyö Raision perhepalveluiden kanssa on parantunut vaikeissakin asioissa ja työmuodot ovat monipuolistuneet.

– On löytynyt rohkeutta ja uskoa yhteistyöhön eivätkä opettajat jää enää niin herkästi yksin vaikeiden oppilastapausten kanssa, kertoo Ranta.

Perhekuraattori osallistuu myös tavoitteellista yhteistyötä tukevien työmenetelmien kehittämiseen ja juurruttamiseen. Yksi juurrutettava malli on perhekuraattorin toteuttama eri yhteistyötahojen konsultointi ja palveluohjaus. Myös lapsia ja heidän perheitään tuetaan asiakaskohtaisella palveluohjauksella.





## **ToLiVa – More Exercise in Early Childhood Education**

The objective of the project is to increase physical activity of small children in the region of Turku. As a result, a model concerning small children's active lifestyle will be created.

**Time period:** 2013–2014

**Budget:** 50 000 €

**Funding:** European Social Fund

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

**Main partners:**

- City of Turku, Finland
- Exercise and Sport association of Southwest Finland

**For more information:** Outi Arvola, [outi.arvola@turkuamk.fi](mailto:outi.arvola@turkuamk.fi)

## TOLIVA – LIIKUNTAA VARHAISKASVATUKSEEN

Tutkimusten mukaan liikkuminen edistää lapsen terveyttä ja suotuisaa kehitystä. Pienten lasten liikkuminen ei kuitenkaan ole suositusten mukaisella tasolla. Varhaiskasvatuksessa luodaan pohja liikunnalliselle elämäntavalle. Kolmas sektori tuottaa monipuolisesti lasten liikuntapalveluja, mutta niukat taloudelliset resurssit eivät mahdollista pitkäjänteistä kehittämistyötä ja asiantuntijuuden hyödyntämistä yli sektorirajojen.

*ToLiVa – Toimintakulttuurin liikunnallistaminen varhaiskasvatuksessa* -projektissa varhaiskasvatuksen toimijat sitoutuvat liikunta- ja kulttuuritietoiseen toimintamalliin sekä tukevat lapsia liikunnallisen ja kulttuurisen elämäntavan muodostamisessa.

### Työkaluja varhaiskasvatuksen toimijoille

Projektissa yhteistyönä toteutettava selvitys tarjoaa liikunnan ja kulttuurin toimijoille keinoja työssä kehittämiseen. Kehittämiskeinot liittyvät varhaiskasvatuksen havainnointiin, arviointiin, työyhteisöjen kehitystoiminnan ohjaukseen, mentorointiin ja suunnitteluun.

Projektin aikana järjestetään varhaiskasvatuksen henkilöstölle kohdennettu mentorointikoulutus. Lisäksi projektissa tuotetaan lapsen liikkumis- ja liikunta-aktiivisuuden seurantalomake, toimipistekohtainen kartoitussuunnitelma liikunnan ja kulttuurisuuden tukemiseksi sekä varhaiskasvatuksen henkilökunnan ja kolmannen sektorin toimijoille suunnattu opas. Projektissa toteutettava toimintamalli on tarkoitus jalkauttaa pysyväksi toiminnaksi Turun kaupungin palvelualueilla, neuvoloissa ja kolmannella sektorilla.



Kuva: Terhi Hytönen







# **AKTIIVINEN AIKUISUUS**

Työ- ja toimintakykyisyys

## **ACTIVE ADULTHOOD**

Enhancing Work and Occupational Performance



## **Vipua ja vetoa töihin! Developing Career Counselling Services**

Project develops career counselling services by promoting cooperation between career counsellors and by disseminating good practices. There have been plenty of projects producing new tools for students or new methods and cooperation practices for the professionals.

**Time period:** 2012–2014

**Budget:** 964 000 €

**Funding:** European Social Fund

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

**Main partners:**

- HAMK University of Applied Sciences, Finland
- University of Turku: Brahea Centre for Training and Development, Finland
- University of Tampere, Finland

**For more information:** Mira Lehti, [mira.lehti@turkuamk.fi](mailto:mira.lehti@turkuamk.fi)

**Website:** [vipuajavetoa.turkuamk.fi](http://vipuajavetoa.turkuamk.fi)

## VIPUA JA VETOA TÖIHIN! – VALMENNUSTA, VERKOSTOJA JA VÄLINEITÄ KORKEAKOULUTETTUJEN OHJAUKSEEN

Korkeakoulutettujen urapolut ovat harvoin viivasuoria valtateitä. Usein työura koostuu monenlaisista työtehtävistä eri työnantajien palveluksessa. Korkeakouluista työmarkkinoille siirtyvien tulee päivittää osaamistaan ja pohtia omia urasuunnitelmia enemmän kuin aiempina vuosikymmeninä työmarkkinoille siirtyneet. Ohjausta ja tukea tarvitaan usein valmistumisvaiheessa, mutta myös työuran katkoksissa ja siirtymissä.

Työmarkkinoiden muuttuminen ja asiantuntijatehtävien moninaistuminen asettaa paineita myös sen suhteen, millaista kompetenssia opinnoissa, työelämässä ja vapaa-ajalla tulisi kerryttää ja kuinka ilmaista oma tietotaito ja osaaminen.

– Ei ole samantekevää, millaisin keinoin tai työkaluin ohjaustyötä tekevä lähtee asiakkaan kanssa tätä sanoittamaan tai millaiseen palveluketjuviidakkoon yksilö törmää etsiessään kysymyksiinsä tukea ja ohjausta, kertoo Akavan Erityisalat ry:n ura- ja palkkaneuvonnassa työskennellyt asiamies **Riina Koivunen**.

*Vipua ja vetoa töihin!* -projektissa kehitetään korkeasti koulutettujen uraohjauksen ja -neuvonnan palveluja ja heitä ohjaavien ammattilaisten verkostoja. Ohjaajat saavat käytännön ohjaus- ja neuvontatyössä hyödynnettäviä työkaluja ja menetelmiä, jotka tukevat korkeakoulutettujen osaamisen tunnistamista, urasuunnittelua ja työnhakua.

– On tärkeää, että ohjaustyötä tekevät tuntevat korkeakoulutettujen erityiskysymykset ja voivat toimia toisiaan tukevana verkostona näiden kysymysten ratkaisemisessa. Tämä edesauttaa sitä, että korkeakoulutettu saa mahdollisimman asiantuntevan palvelun riippumatta siitä, missä urapolkunsä nivelvaiheessa hän etsii kysymyksiinsä tukea, kertoo Tampereen yliopiston ura- ja rekrytointipalveluiden kehittämisspällikkö **Kaisa Lammi**.

Hyvien käytäntöjen testausta ja levittämistä

Projektin aikana kootaan yhteen korkeakoulutettujen ohjaukseen soveltuvia hyviä käytäntöjä, ohjausmenetelmiä ja -työkaluja. Työkaluja testataan, arvioidaan ja levitetään ohjaajaverkostoissa ja projektin järjestämässä valmennuksessa.

Työkaluja on mahdollista käyttää ohjausprosessin tukena itsearvioinnista ja oman osaamisen tunnistamisesta urapolkujen suunnitteluun ja työnhakutaitoihin. Arvioinnin ja testauksen jälkeen hyväksi havaittuja työkaluja ja hyviä käytäntöjä kootaan yhteen tarjoamaan virikkeitä ja ideoita korkeakoulutettuja ohjaaville.

Tulevaisuuden urapolut -valmennus on suunnattu korkeakoulutettuja ohjaaville asiantuntijoille kuden korkeakoulujen opinto-ohjaajille, työhallinnon työvoima- ja koulutusneuvojille sekä psykologeille, ammattijärjestöjen uraohjaajille ja yksityisiä ohjauspalveluja korkeakoulutetuille tuottaville asiantuntijoille.

– Valmennus ja yhteistyöverkostot antavat ainutlaatuisen mahdollisuuden eri ohjaustyön toimijoiden väliselle verkostoitumiselle ja vuoropuhelulle, Koivunen arvioi.





## **Developing Tools for Mobile Work**

During the project, new tools for assessing workload and working conditions of mobile workers were developed. The project was implemented with health care professionals working with occupational health care. The new research-based assessment tools are described in the guidebook which was written in the project.

**Time period:** 2011–2012

**Budget:** 150 000 €

**Funding:** The Finnish Work Environment Fund

**Coordinator:** Aalto University, Finland

**Main partners:**

- Turku University of Applied Sciences, Finland
- University of Helsinki, Finland

**For more information:** Ursula Hyrkkänen, [ursula.hyrkkanen@turkuamk.fi](mailto:ursula.hyrkkanen@turkuamk.fi)

# TYÖPAIKKASELVITYS MOBIILISSA JA MONIPAIKKAISESSA TYÖSSÄ

Tietotyötä tekevien on usein mahdollista työskennellä mistä tahansa paikasta käsin ja mihin vuorokauden aikaan tahansa. Työn luonteen muutos on tuonut uuden ulottuvuuden myös työn hallinnan sekä työhyvinvoinnin ja -terveyden kysymyksiin.

Perinteisesti työpaikkaselvityksissä arvioidaan työn ja työpaikan olosuhteita sekä niiden terveydelistä merkitystä. Työpaikan arvioinnin ohella työterveyshuollon on nykyään osattava arvioida myös mobiilisti ja monipaikkaisesti työskentelevien työn toimintaympäristön terveydellisiä vaikutuksia. Työhyvinvoinnin tukeminen edellyttää myös yhteistyötä ja vuorovaikutusta työterveyshuollon toimijoiden, organisaation esimiesten ja työsuojeluhenkilöstön välillä.

– Työelämän haasteet ja kuormitustekijät ovat muuttuneet niin paljon, ettei vanhanmallinen altisteluohjelma enää toimi, kertoo Diacor terveyspalvelut Oy:n vastaava työterveyslääkäri **Sami Riecki**.

Työsuojelurahaston rahoittamassa *Työpaikkaselvitys mobiilissa ja monipaikkaisessa työssä* -projektissa kehitettiin ja kokeiltiin mobiilin ja monipaikkaisen työn työkuormituksen arviointiin soveltuvia menettelytapoja yhdessä työterveyshuollon toimijoiden kanssa.

Suppilomalli seuloa tukea ja ohjausta tarvitsevia

Projektin aikana kehitettiin suppilomalli työvälineeksi mobiilin työn työpaikkaselvitykseen. Suppilomallin avulla työterveyshuolto voi seuloa esille ne mobiilit työyhteisöt ja työntekijät, jotka tarvitsevat ohjausta mobiilin työnsä kuormituksen hallintaan. Suppiloon jääneet työyhteisöt ja työntekijät vaativat yleistä ohjausta tarkempia ja yksilöllisempiä arviointoja ja menettelyitä työhyvinvoinnin turvaamiseksi.

Työpaikkaselvityksessä toimet suunnataan koko organisaatioon ja niiden avulla valitaan ne yhteisöt ja yksilöt, jotka tarvitsevat ja hyötyvät spesifeistä ja yksilön kuormittumista arvioivista menettelyistä. Lisäksi työpaikkaselvityksessä edetään yleisistä, laajasti mobiilia työtä ja sen kuormitustekijöitä selvittävistä kartoituksista tarkempiin ja täsmennyvämpiin tiedonkeruun tapoihin, jopa yksittäisen työntekijän elinjärjestelmän tasolle asti. Suppilomallin avulla työterveyshuollon toimijat kykenevät arvioimaan mobiilin työn työoloja, kuormitustekijöitä ja riskejä pätevästi ja kokonaisvaltaisesti.

Opas mobiilisti työskentelevien hyvinvoinnin arviointiin

Suppilomallin pohjalta syntyi käytännönläheinen *Hyvinvointi ja kuormittuminen mobiilissa työssä – menetelmiä työpaikkaselvitykseen* -opas, joka kokoaa tutkijaryhmän monivuotisen tutkimus- ja kehittämistyön tuloksia yhteen. Opas antaa työterveyshuollon ammattilaisille ja alan kehittäjille eväitä työpaikkaselvityksen tekemiseen ja mobiilisti työskentelevien työntekijöiden hyvinvoinnin arviointiin.

Työterveyshuollon ammattilaisten ohella projektiin tulokset hyödyttävät myös yritysten esimiestehtävissä ja henkilöstöhallinnossa toimivia, yrityksissä työterveyspalveluista ja työsuojeluasioista vastaavia sekä kaikkia työhyvinvoinnin edistämisestä kiinnostuneita.



Työsuojelurahasto  
Arbetsarskyddsfonden  
The Finnish Work Environment Fund



## **INTO – Inspiring Sport for Everyday Life in Turku University of Applied Sciences**

INTO project creates a new sport service model for the students and staff of Turku University of Applied Sciences. The model will be created together with students, staff, sport service providers and student health care. The model includes fitness testing, counselling and guiding services.

**Time period:** 2013–2015

**Budget:** Annually 33 000 €

**Funding:** Ministry of Education and Culture, Promoting Health through sport

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

**Main partners:**

- Student Union of Turku University of Applied Sciences, Finland
- Other actors in the field of Sport and Recreation, Finland

**More information:** Hanna Siren, [hanna.siren@turkuamk.fi](mailto:hanna.siren@turkuamk.fi)

**Website:** [into.opiskelijakunta.net](http://into.opiskelijakunta.net)

## INTO – INNOSTAVAA LIIKUNTAA AMMATTIKORKEAKOULUN ARKEEN

*INTO*-projektissa kehitetään Turun ammattikorkeakouluun opiskelijoiden ja henkilöstön yhteinen, kokonaisvaltainen liikuntapalvelumalli yhteistyössä opiskelijoiden, henkilöstön, työ- ja opiskelija-terveydenhuollon sekä liikuntapalvelujen tuottajien kanssa. Tavoitteena on opiskelijoiden ja henkilöstön arkiliikkumisen lisääminen sekä uusien liikkujien aktivoiminen.

Projektin aikana tutkitaan opiskelijoiden ja henkilökunnan liikunta-aktiivisuutta, tarpeita ja liikuntamahdollisuuksien nykytilaa. Tutkimustuloksia hyödynnetään uusien liikuntapalveluiden pilotoinnissa sekä liikuntapalvelumallin kehittämisessä.

### Liikuntavartteja ja starttikursseja

Liikuntaa viedään opiskelijoiden ja henkilökunnan arkeen innostavien liikuntavarttien ja liikunnan starttikurssien kautta. Starttikurssien avulla kannustetaan vähän liikkuvia henkilöitä löytämään oma liikuntalajinsa ja liikuntatuutoroinnilla pyritään tukemaan heidän liikunta-aktiivisuuttaan.

- Kun käyttäjämäärät kasvavat, voidaan tuntitarjontaa lisätä ja monipuolistaa. Toiveeni on, että *INTO*-projekti onnistuisi saamaan uusia ihmisiä liikkeelle ja saisi aikaan asennemuutoksen, jonka seurauksena opiskelijoiden ja henkilökunnan liikuntamahdollisuudet saataisiin nostettua uudelle tasolle, kertoo tuutoroinnin ja liikunnan asiantuntija **Maija Rihko** Turun ammattikorkeakoulun opiskelijakunnasta.

Projektissa on mukana liikunta-alan eri toimijoita kuten Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, Opiskelijoiden liikuntaliitto ja Turun Liikuntapalvelukeskus. Projektin pitkän aikavälin tavoitteena on liikuntaystävälliseksi profiloitunut Turun ammattikorkeakoulu, jossa liikunta näkyy arjessa ja liikuntaa tarjotaan yhteisöllisesti sekä henkilöstölle että opiskelijoille.



Opetus- ja kulttuuriministeriö



## **TYHY Develops a Physical Working Ability Model for Firemen**

TYHY is locally implemented physiotherapy development project. The project aims to develop a physical working ability model for firemen.

**Time period:** 2011–2013

**Budget:** 30 000 €

**Funding:** Regional Fire and Rescue Department of Southwest Finland, Finland

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

**Main partner:** Regional Fire and Rescue Department of Southwest Finland, Finland

**For more information:** Mary-Ann Kaukinen, [mary-ann.kaukinen@turkuamk.fi](mailto:mary-ann.kaukinen@turkuamk.fi)



## TYHY – TÄHTÄIMESSÄ PALOMIESTEN FYYSISEN TYÖKYVYN EDISTÄMINEN

24 tunnin vuoroissa tehtävä palomiehen työ on vaativaa sekä fyysisesti että henkisesti. Palomieheltä vaaditaan tehokasta suoriutumista työtehtävistään vaarantamatta omaa, pelastettavan tai työtovereiden turvallisuutta. Fyysisesti vaativimpiin tehtäviin luetaan savusukellus, vesisukellus ja kemikaalisukellus. Palomies voi joutua kantamaan suojavarustuksen lisäksi jopa 50 kg:n painoisia työ- ja pelastusvälineitä ja käyttämään niitä hankalissa työasennoissa.

Turun ammattikorkeakoulun toteuttaman *TYHY*-projektin tavoitteena on kehittää Varsinais-Suomen Aluepelastuslaitoksen palomiesten työvuorossa tapahtuvaa liikuntaharjoittelua monipuolisemmaksi. Liikuntaharjoitukset kuuluvat palomiesten työehtosopimukseen ja niiden tavoitteena on fyysisen työkyvyn ylläpitäminen ja edistäminen.

Opiskelijoiden oppiminen aidossa työelämäyhteistyössä

Projektiin valittujen paloasemien tiimit osallistuvat viiden viikon aikana tapahtuvaan fysioterapian koulutusohjelman suunnittelemaan ja toteuttamaan liikuntaharjoitukseen. Liikuntaharjoitukset sisältävät monipuolisia ryhmä- ja yksilöharjoituksia, joiden viikkoteemoina ovat tasapaino, lihasvoima, lihasvenyvyys, yleiskestävyys ja ravitsemus.

Opiskelijat ovat kokeneet oppimistilanteet mielekkäinä ja korostaneet omaa oppimistaan projektin aikana. Ilmapiiri on ollut hyvä sekä tunnelma leppoisa ja huumorin värittämä.

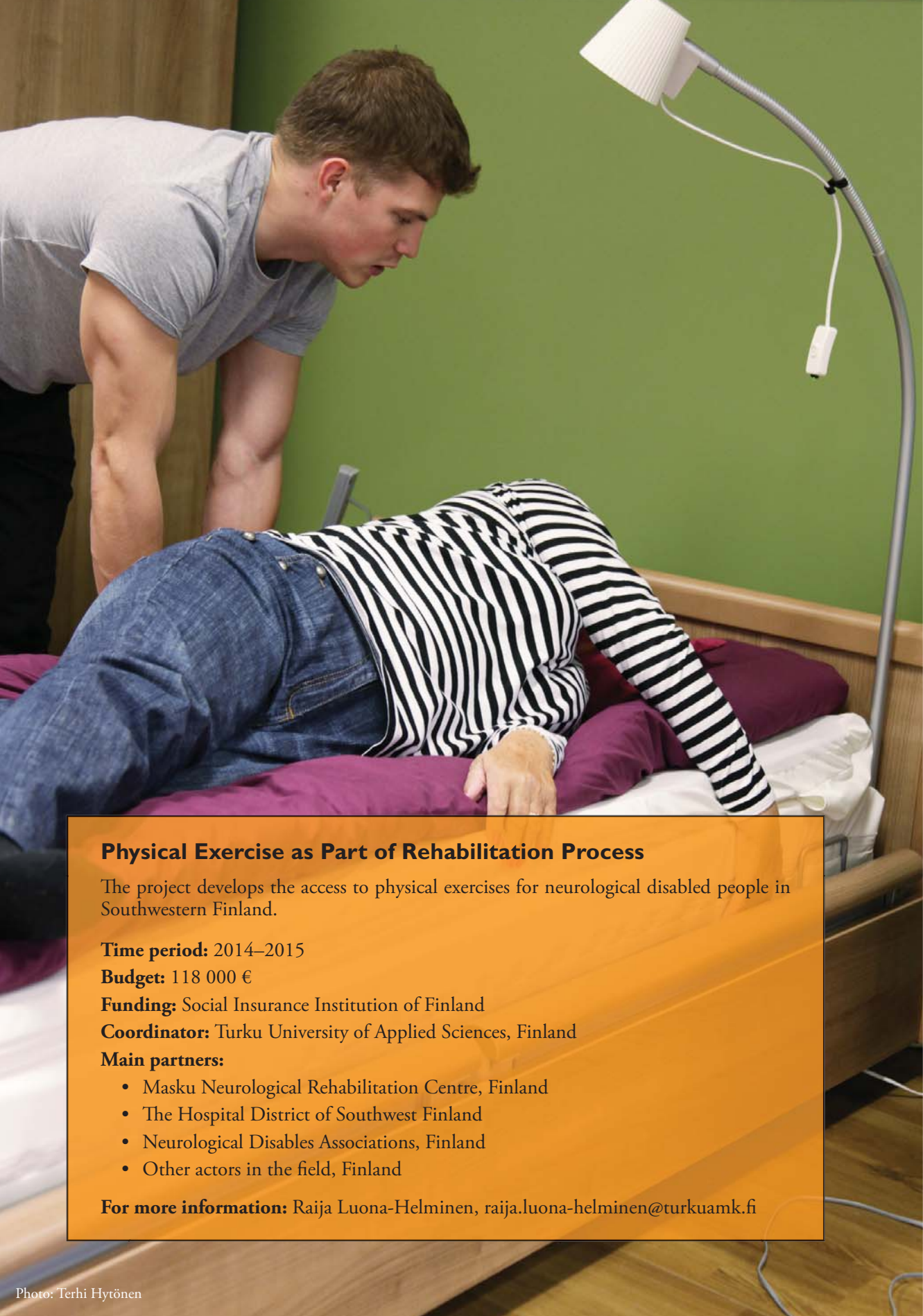
Palomiehiltä saatujen palautteiden pohjalta voidaan jo nyt sanoa projektin onnistuneen hyvin. Opiskelijat ovat saaneet erityistä kiitosta asiantuntevasta ohjauksesta sekä teorian ja harjoittelun yhdistämisestä. Turun paloasemalla työskentelevä palomies **Jarkko Isometsä** allekirjoittaa harjoitusten monipuolisuuden.

– Liikuntaharjoitukset ovat olleet monipuolisia, vaikkakin suurelta osin itselle tuttuja. Toisaalta tututkin asiat on tullut kerrattua ja aina jäi myös jotain uutta käteen, pohtii Isometsä.

Paloasemien **Vesa Halonen** on Isometsän kanssa samaa mieltä, mutta korostaa erityisesti yhden harjoitusteeman merkitystä.

– Passiiviset ja aktiiviset venyttelyohjaukset ovat olleet erityisen hyviä. Ne ovat tuntuneet ihan kunnan harjoituksilta. Juuri venyttely jää usein tekemättä, painottaa Halonen.

Projektin tuloksena syntyy palomiehille soveltuva fyysistä työkykyä edistävä malli. Monipuolisen liikuntaharjoittelun myötä luodaan edellytyksiä palomiesten fyysisen työkyvyn paranemiselle. Fysioterapian koulutusohjelmalle kehitetään projektin myötä palvelutuote, jota soveltamalla voidaan tuottaa vastaavia projekteja muiden yhteistyökumppaneiden kanssa.



## Physical Exercise as Part of Rehabilitation Process

The project develops the access to physical exercises for neurological disabled people in Southwestern Finland.

**Time period:** 2014–2015

**Budget:** 118 000 €

**Funding:** Social Insurance Institution of Finland

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

**Main partners:**

- Masku Neurological Rehabilitation Centre, Finland
- The Hospital District of Southwest Finland
- Neurological Disables Associations, Finland
- Other actors in the field, Finland

**For more information:** Raija Luona-Helminen, [raija.luona-helminen@turkuamk.fi](mailto:raija.luona-helminen@turkuamk.fi)

## LIIKUNTA KUNTOUTUKSEN TUKENA

Vaikeavammaisten neurologisten asiakkaiden kohderyhmä on heterogeeninen ja heidän valmiutensa ja tarpeensa liikunnan suhteen ovat erilaisia. Heillä on myös suuria toimintakyvyn rajoitteita ja erilaisia liikuntaan vaikuttavia oireita.

Kelan vaikeavammaisten avoterapiastandardiin on sisällytetty asiakkaan mahdollisuus kokeilla erilaisia liikuntamuotoja ja saada tukea harrastustoiminnan pariin ohjautumisessa silloin, kun se tukee asiakkaan kuntoutumistavoitteiden saavuttamista. Tällä hetkellä ei kuitenkaan ole tiedossa, miten kattavasti liikuntamuotojen kokeilu käytännössä toteutuu ja sisältyykö se neurologisesti vaikeavammaisten kuntoutujien kuntoutussuunnitelmiin.

Kuntoutusta tukevan liikunnan kehittämistyön lähtökohtana ovat erityisliikkujan yksilölliset tarpeet. Asiakkaan sisäisen motivaation tukeminen, liikuntaan ohjaus sekä tarjottavan liikunnan oikea-aikaisuus ja sopivuus tulee huomioida, jotta toiminta on tavoitteellista ja tuloksellista kuntoutumisen näkökulmasta. Liikunnan merkitys erityisliikkujalle on yksilön terveyden kokonaisnäkökulmasta aivan yhtä tärkeä kuin muillekin liikkujille.

Neurologisesti vaikeavammaisten liikuntapolkuja paremmaksi

*Liikunta kuntoutuksen tukena* -projekti edistää alueellista tasa-arvoa liikuntapalvelujen saatavuudessa Varsinais-Suomessa, erityisesti Turun, Paimion, Loimaan ja Uudenkaupungin toiminta-alueella. Projektin päätehtävänä on kehittää neurologisesti vaikeavammaisten terveysliikuntaa ohjaava liikuntapolku pilottikunnissa. Projektin aikana tutkitaan, millaista kehittämistyötä tarvitaan, jotta vaikeavammaisten henkilöiden liikuntamuotojen kokeilu ja liikuntaan siirtyminen onnistuu. Tutkimuksen toteuttavat Turun ammattikorkeakoulun työntekijät yhteistyössä pilottikuntien liikunta- ja terveysalan palvelujentuottajien kanssa.

- Neurologiset asiakkaat ovat usein väliinpuotoajia liikuntapalveluissa ja heidän on haasteellista harrastaa yksilöliikuntaa. Kunnista puuttuu terveysliikuntaan ohjaava polku, jota pitkin vaikeavammaisen asiakas voi saavuttaa liikuntaharrastuksen, kertoo projektin vastaava tutkija, lehtori **Päivi Mäkilä** Turun ammattikorkeakoulusta.

Projektin yhteistyö- ja toimijaverkosto on laaja ja mukana olevat kuntoutuksen ja liikuntapalvelujen rajapinnoilla toimivat työntekijät edustavat eri ammattikuntia ja organisaatioita. Tiedon ja yhteistyön myötä projekti vaikuttaa positiivisesti myös kuntien välisen yhteistyön lisääntymiseen liikuntapalvelujen tuottamisessa. Yhteistyöverkoston näkökulmasta yhteisiä asioita ovat muun muassa soveltavan liikunnan edellytysten parantaminen, resurssien turvaaminen ja suunnitelmallinen kehittäminen.

A photograph of two women in profile, facing each other and smiling, set against a warm, golden sunset background. The woman on the left has long blonde hair, and the woman on the right has long dark hair. They appear to be in an outdoor setting, possibly near a body of water.

## **AYVOT – Virtual Learning Environment for Sexual Health**

During the project, an open and authentic learning environment for sexual health ([www.seksuaaliterveysasema.fi](http://www.seksuaaliterveysasema.fi)) has been created. The learning environment offers modern tools for interaction between teachers and learners in order to enhance learning and to increase motivation for information acquisition. The learning environment acknowledges the vast scope of sexual health and diversity.

**Time period:** 2011–2013

**Budget:** 530 000 €

**Funding:** European Social Fund

**Coordinator:** Tampere University of Applied Sciences, Finland

**Main partners:**

- 6 universities of applied sciences (TUAS, Lahti, Jyväskylä, HAMK, Centria and Laurea), Finland
- Hiv support centre, Finland
- Sexpo Foundation, Finland
- Helsinki Deaconess Institute, Finland

**More information:** Anne Merta, [anne.merta@turkuamk.fi](mailto:anne.merta@turkuamk.fi)

**Web site and learning environment:** [www.seksuaaliterveysasema.fi](http://www.seksuaaliterveysasema.fi)

## AYVOT – FAKTAA SEKSUAALITERVEYDESTÄ

AYVOT-projektissa kehitetty yhteisöllinen oppimisympäristö [www.seksuaaliterveysasema.fi](http://www.seksuaaliterveysasema.fi) on kaikille avoin palvelu, joka tarjoaa luotettavaa ja ajantasaista tietoa seksuaaliterveydestä alan ammattilaisille, opiskelijoille ja kenelle tahansa aiheesta kiinnostuneelle. Sivustolla voi päivittää tietojaan, syventää osaamistaan ja hankkia työkaluja neuvontatyöhön. Kaikki materiaalit ovat käytettävissä ilman kirjautumista.

Oppimisympäristön seksuaaliterveyden edistämisen sisältökokonaisuuksiin kuuluvat esimerkiksi seksuaalisuuden historia, lasten ja nuorten seksuaaliterveys, sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuus sekä seksuaaliterveyspalvelut.

Laadukasta opetusmateriaalia ja työvälineitä

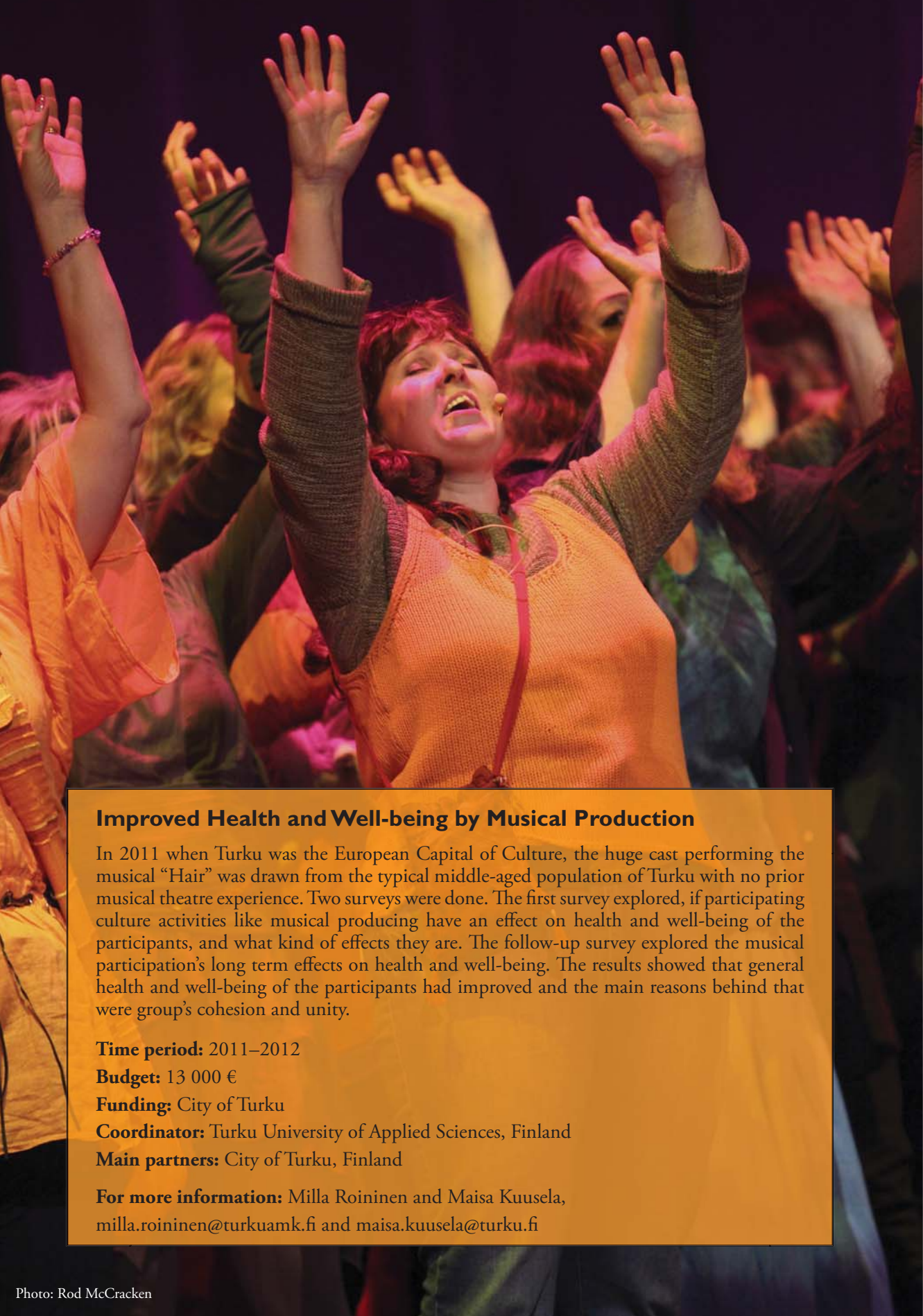
Oppimisympäristössä on mahdollista keskustella eri oppilaitosten opettajien ja opiskelijoiden kanssa tai kysyä alan ammattilaisilta neuvoja. Aineisto soveltuu sekä itseopiskelijalle että ylemmän ammattikorkeakoulun opintoja suorittavalle opiskelijalle. Seksuaaliterveysaseman kursseja on tarjolla muun muassa VirtuaaliAMK-opintoina, opintopalveluissa tai ammattikorkeakoulujen avoimen AMK:n tarjonnassa.

Seksuaaliterveysasema tarjoaa erinomaiset puitteet seksuaaliterveyden opettamiseen. Opettajalle tarjotaan ajantasaiset, yhdenmukaiset ja laadukkaat materiaalit sekä verkko-opettamisen työvälineet. VirtuaaliAMK:n kehittämysyksiköstä ([koulutus@amk.fi](mailto:koulutus@amk.fi)) on mahdollista saada valmis seksuaaliterveysaseman kurssikokonaisuus, jota voi muokata omien tarpeiden mukaisesti. Opettaja voi hyödyntää DIGMA-oppimisympäristöä omassa opetustyössään rakentamalla omia joko avoimia tai suljettuja sisältöjä haluamastaan aihealueesta. Lisäksi opettaja saa käyttöönsä Moodlen monipuoliset pedagogiset aineistot, työkalut sekä informaatiolukutaidon aineistot.

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2007–2013



Euroopan unioni  
Euroopan sosiaalirahasto



## Improved Health and Well-being by Musical Production

In 2011 when Turku was the European Capital of Culture, the huge cast performing the musical “Hair” was drawn from the typical middle-aged population of Turku with no prior musical theatre experience. Two surveys were done. The first survey explored, if participating culture activities like musical producing have an effect on health and well-being of the participants, and what kind of effects they are. The follow-up survey explored the musical participation’s long term effects on health and well-being. The results showed that general health and well-being of the participants had improved and the main reasons behind that were group’s cohesion and unity.

**Time period:** 2011–2012

**Budget:** 13 000 €

**Funding:** City of Turku

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

**Main partners:** City of Turku, Finland

**For more information:** Milla Roininen and Maisa Kuusela,  
[milla.roininen@turkuamk.fi](mailto:milla.roininen@turkuamk.fi) and [maisakuusela@turku.fi](mailto:maisakuusela@turku.fi)

## HAIR – HYVINVOINTIA KULTTUURISTA

Turun kulttuuripääkaupunkivuonna 2011 esitetty Hair-musikaali toi yli 120 tavallisen keski-ikäisen turkulaisen elämään iloa, väriä ja yhteisöllisyyttä 1,5 vuotta kestäneen harjoituskauden ajan, joka huipentui loppuunmyytyihin esityksiin Logomossa. Turun sosiaali- ja terveystoimen rahoittama Keski-ikäisten hiukset -projektin (2009–2011) tavoitteena oli toteuttaa tavallisten keski-ikäisten turkulaisten esittämä musikaali ammattilaisten ohjauksella sekä edistää samalla heidän hyvinvointiaan.

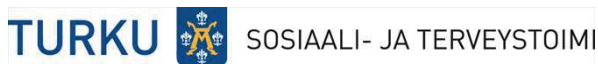
Turun ammattikorkeakoulu arvioi projektin vaikutuksia osallistujien hyvinvointiin heti projektin päätyttyä. Tulokset julkaistiin Taviksesta tähdeksi – hyvinvointi, elämänhallinta ja yhteisöllisyys Hair-musikaalin tekijöiden kokemana -raportissa vuoden 2012 alussa. Tutkimuksen mukaan projekti vaikutti osallistujien hyvinvointiin eniten tiiviin yhteisöllisyyden kautta.

Musikaalin vaikutukset pitkällä aikavälillä

Vuosi projektin päättymisen jälkeen tehdyn *Hetki Tähtenä – muutokset hyvinvoinnissa vuosi Hair-produktion jälkeen* -seurantatutkimuksen perusteella musikaalin vaikutukset osallistujien hyvinvointiin ovat pääosin säilyneet. Konkreettisesti muutokset näkyvät osallistujien harrastuksissa: Hairilaiset harrastavat vapaa-ajallaan enemmän liikuntaa ja kulttuuria kuin ennen Hair-produktion alkua. Produktion aikana muodostunut yhteisöllisyys on näkynyt muun muassa yhteisinä teatterimatkoina ja tapaamisina osallistujien kesken.

– Kun olimme roolivaatteissa, tuntui oikeasti kuin olisimme olleet samaa heimoa, vahva yhteenkuuluvaisuuden tunne, vaikka ei tiennyt kaverin ammattia, ikää eikä aina muistanut nimeäkään. Eikä se tunne liittynyt vain omaan heimoon vaan meihin kaikkiin, myös ohjaajiin, kertoo **Hair-musikaaliin osallistunut** (kysely 2011).

Hairin vaikutukset ilmenevät myös yksilöiden asennoitumisessa elämään: Hair lisäsi monella energisyyttä, avoimuutta ja rohkeutta tehdä muutoksia omassa elämässään.



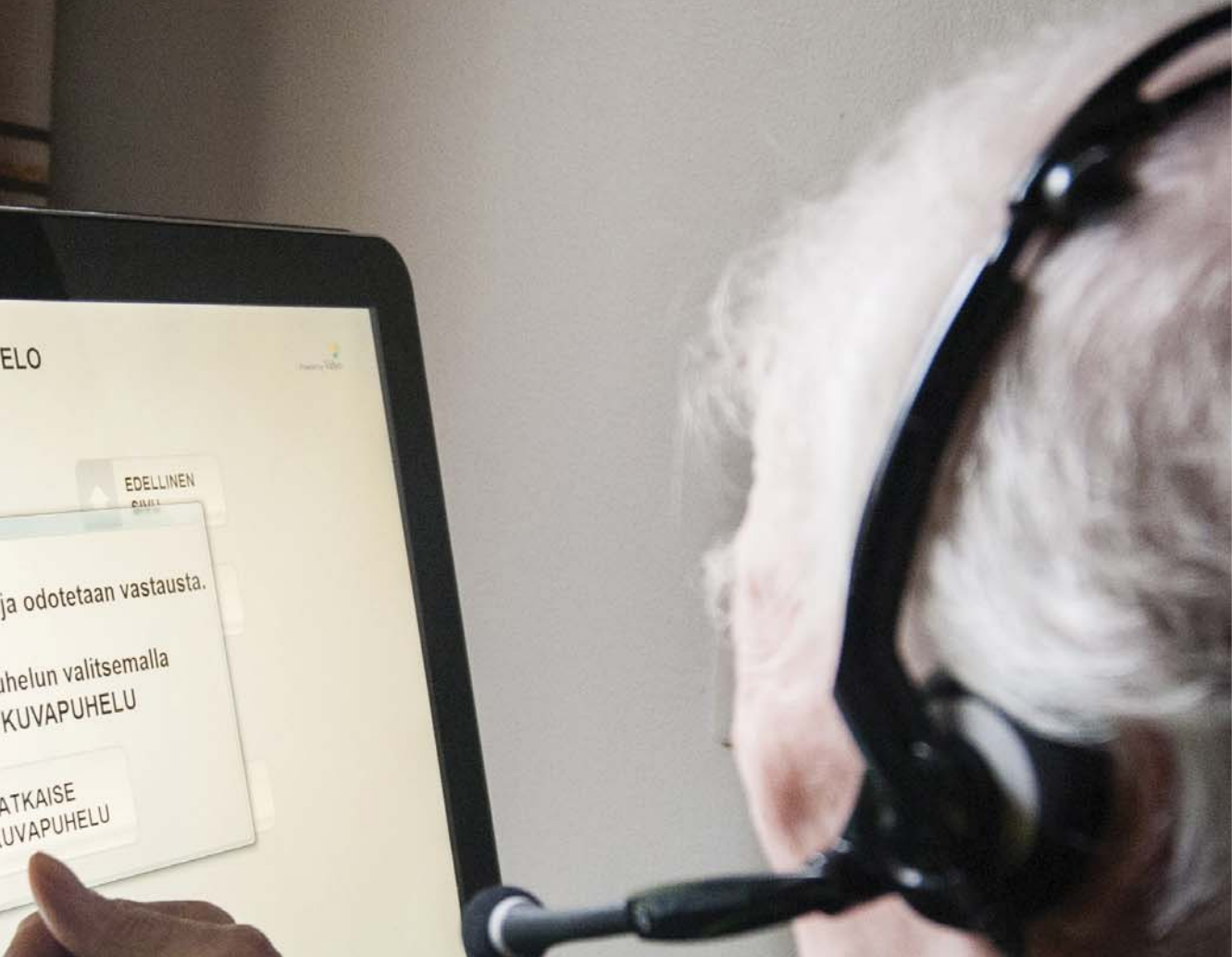




The background of the image is a microscopic view of orange tissue, showing a distinct honeycomb or cellular pattern. The cells are roughly polygonal and separated by thin, light-colored cell walls. The overall color is a warm, vibrant orange. The text is centered in the upper half of the image.

**AKTIIVINEN  
IKÄÄNTYMINEN**

**ACTIVE AGEING**



## **VIRTU – Virtual Elderly Care Services on Baltic Islands**

The aim of the project was to develop a service model to help elderly people living in the rural archipelago by utilising welfare technology to support their social interaction and ability to live at home, improve their quality of life and increase their feeling of security. The interactive VIRTU channel was developed together with elderly, Universities of applied sciences, development centres and municipalities in Finland, Åland, and Estonia.

**Time period:** 2010–2013

**Budget:** 2 185 000 €

**Funding:** Central Baltic Interreg IV A, Regional Council of Southwest Finland

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

**Main partners:**

- Universities of Applied Sciences (Novia, Laurea, Åland), Finland
- City of Naantali, municipalities of Sipoo and Eckerö, Finland
- Saaremaa Development Centre, Estonia
- Kuressaare Social Regional Welfare Center, Estonia
- Foundation Tuuru, Estonia

**For more information:** Milla Roininen, [milla.roininen@turkuamk.fi](mailto:milla.roininen@turkuamk.fi)

**Website:** [www.virtuproject.fi](http://www.virtuproject.fi)

## VIRTU – VUOROVAIKUTTEISIA ETÄPALVELUITA IKÄIHMISSILLE

Ikärakenteen muutokset luovat haasteita sosiaali- ja terveydenhuollossa ympäri Eurooppaa. Etenkin Itämeren alueen syrjäseuduilla pitkät välimatkat ja niukkenevät resurssit synnyttävät paineita palveluiden laadun ja saatavuuden turvaamiselle ja työmenetelmien uudistamiselle.

*VIRTU – Virtual Elderly Care Services on the Baltic Islands* -projektissa kehitettiin hyvinvointitekнологiaan perustuvaa palvelumallia yhdessä ammattikorkeakoulujen, kuntien sosiaali- ja terveydenhuollon sekä kotona asuvien ikäihmisten kanssa. Tavoitteena oli tukea saaristossa asuvien ikäihmisten kotona asumista ja sosiaalista vuorovaikutusta, parantaa elämänlaatua sekä lisätä turvallisuudentunnetta. Kotihoidon ja etäpalveluiden kehittämistyötä tehtiin Suomessa, Ahvenanmaalla ja Virossa.

### Uusia ystäviä ja sisältöä elämään

Projektiin mukaan lähteneet ikäihmiset saivat kotiinsa helppokäyttöisen kosketusnäyttöisen tietokoneen, jolla voi samanaikaisesti olla näkö- ja kuuloyhteydessä useampaan henkilöön. Heillä oli mahdollisuus osallistua kotoa käsin vuorovaikutteisiin ammattikorkeakoulujen, kuntien ja kolmannen sektorin pitämiin lähetyksiin VIRTU-kanavalla. Lähetysten sisältö vaihteli fyysisestä toimintakykyä ylläpitävästä ohjauksesta mielen virkistykseen sekä terveyttä ja hyvinvointia edistävään tietoon ja neuvontaan.

Ikäihmiset soittivat kuvapuheluita keskenään myös ohjattujen lähetysten ulkopuolella. Lisäksi ikäihmisten sukulaisilla oli mahdollisuus olla yhteydessä iäkkäisiin omaisiinsa omilta tietokoneiltaan. Projekti on tuonut Itämeren alueella asuville ikäihmisille uudenlaista sisältöä elämään kuvapuheluiden myötä.

– Tää Virtu on muuttanu mu elämäni iha täysi. Mä oon saanu nii paljo usii ystäviä, ja joka päivä soitellaa, toteaa VIRTU-kanavan käyttäjä **Kaarina Rosenqvist** Eckeröstä Ahvenanmaalta.

### Kuvapuhelut osaksi kuntien ja ammattikorkeakoulun arkea

Osassa kuntia kotihoidon kontrollikäyntejä ja lääkärin konsultaatioita testattiin kuvapuheluyhteyden kautta. VIRTU-projekti mahdollisti myös kuntien työntekijöiden tapaamisen ja kokousten pitämisen kanavalla, mikä säästi työaika matkakustannuksia.

– Onhan se helpotus ettei aina tarvitse lähteä palaveeraamaan kymmenien kilometrien päähän, kun työpäivät ovat usein niin kiireisiä. Ja onhan se ihan eri asia nähdä ihmiset kuvaruudussa kuin puhua kahden kesken puhelimessa, sanoo Naantalın kotihoidon osastonhoitaja **Hannele Saarinen**.

Projektin aikana kunnissa tunnistettiin etäpalvelun ja -ohjauksen hyödyt ja lähes kaikki mukana olleet kunnat aikovat jatkossa tuottaa etäpalveluja osalle kotihoidon asiakkaista. VIRTU-kanava tarjosi myös opiskelijoille innovatiivisen oppimisympäristön ja mahdollisuuden tutustua tulevaisuuden työmenetelmään jo opiskeluaikana. Vuosien kehittämistyö on nyt siirtynyt osaksi Turun ammattikorkeakoulun palveluliiketoimintaa, ja VIRTU-kanava jatkaa Kylä-kanavana.



Varsinais-Suomen liitto  
Egentliga Finlands förbund  
Regional Council of Southwest Finland



EUROPEAN UNION  
EUROPEAN REGIONAL DEVELOPMENT FUND  
INVESTING IN YOUR FUTURE



CENTRAL BALTIC  
INTERREG IV A  
PROGRAMME  
2007-2013



## **HASIC – Healthy Ageing Supported by Internet and Community**

HASIC project empowers older people (65+) in Europe to adopt a healthy lifestyle which includes a healthy diet, physical activity, moderate alcohol consumption and social participation. Health promotion is carried out by the means of education, peer-group mentoring, online platform and developing regional cooperation between different service providers.

**Time period:** 2014–2016

**Budget:** 1 030 000 €

**Funding:** EU Health Programme

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

**Main partners:**

- Debrecen University, Hungary
- Hamburg University of Applied Sciences, Germany
- University of Applied Sciences Utrecht, The Netherlands
- University of Castilla-La Mancha, Spain
- University of Tartu, Estonia
- Norwegian University for Science and Technology, Norway
- City of Turku and Kaarina, Finland
- Turku City Mission, Finland

**For more information:** Katariina Felixson, [katariina.felixson@turkuamk.fi](mailto:katariina.felixson@turkuamk.fi)

## HASIC – OSALLISUUDESTA HYVINVOINTIA IKÄIHMISILLE

Väestön ikääntyminen on ajankohtainen haaste Suomen lisäksi myös muussa Euroopassa. Vaikka ikääntyneet ovat tänä päivänä terveempiä kuin koskaan aikaisemmin ja eliniänennuste nousee jatkuvasti, väestön harmaantuminen aiheuttaa merkittäviä yhteiskunnallisia haasteita. Ikääntyneiden toimintakyvyn turvaaminen mahdollisimman pitkälle vaatii erityisesti ennaltaehkäiseviin toimiin panostamista. Ikäihmisten palveluja pääsääntöisesti tuottava julkinen sektori kamppailee tiukkelevien resurssien kanssa, joten riittävien palvelujen tuottaminen kasvavalle joukolle vaatii innovatiivisia ratkaisuja ja rajat ylittävän yhteistyön kehittämistä. Palveluntarpeen kasvu ja ikäihmisten toiveiden ja tarpeiden muuttuminen asettavat haasteita myös ikäihmisten parissa työtä tekevien ammattitaidon päivittämiselle.

Lisääntyneistä terveistä ja toimintakykyisistä elinvuosista riippumatta yksilö kohtaa ikääntymisen ja siihen usein liittyvän eläköitymisen myötä erilaisia hyvinvointiuhille altistavia elämänmuutoksia. Niin arkirutiinien muuttuminen, sosiaalisen vuorovaikutuksen väheneminen, läheisten ihmisten sairastuminen tai menehtyminen kuin kokemus tarpeettomuudesta voivat vaikuttaa heikentävästi yksilön kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Terveellinen ruokavalio, riittävä fyysinen aktiivisuus, kohtuullinen alkoholinkäyttö, sosiaalinen vuorovaikutus ja osallisuuden kokemus toimivat ikääntyneiden hyvinvoinnin turvaamisen kulmakivinä.

### Moniammatillista yhteistyötä ja uudenlaista osaamista

*HASIC – Healthy Ageing Supported by Internet and Community* -projektia toteutetaan seitsemässä Euroopan maassa. Projektissa tuetaan yli 65-vuotiaiden hyvinvointia lisäämällä osallisuutta koulutuksen ja vertaisryhmätoiminnan sekä verkkopalvelun ja alueellisen palvelujärjestelmän kehittämisen avulla.

- Projektin tarjoaa foorumin tehdä tavoitteellisesti moniammatillista yhteistyötä – keskustellen, visioiden ja joitain asioita kyseenalaistaenkin. Ikääntyneiden asioissa tehtävä yhteistyö hyödyttää asianosaisia (65+ ihmistä) ja siten myös omaa ja oman työyhteisön asiakastyötä, kertoo Turun kaupunkilähetys ry:n toiminnanjohtaja **Katja Suominen**.

Turun kaupungin palvelujohtaja **Seija Arven** mukaan projekti tukee vanhuspoliittisen suunnitelman toteuttamista.

- Projektin vahvistaa vanhusneuvolan osaamissältöä ja osallistaa ammattihenkilöitä työskentelemään yhdessä palvelupisteessä käyvien asiakkaiden kanssa, kuvailee Arve.





## **SELVÄ SUUNTA – Balance in Health and Well-being of Retiring and Retired People**

The project developed tools meant for the prevention of alcohol abuse and problems of mental health of retiring and retired people. Products of the project are a manual for professionals instructing peer groups and an internet-based workbook for retiring and retired people to help to reflect on one's well-being.

**Time period:** 2010–2012

**Budget:** 264 000 €

**Funding:** Ministry of Social Affairs and Health, grants for health promotion

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

**Main partners:**

- Municipal actors, Finland
- Associations in third sector, Finland

**For more information:** Maija-Liisa Aronpää, [maija-liisa.aronpaa@turkuamk.fi](mailto:maija-liisa.aronpaa@turkuamk.fi)

**Website:** [www.selvasuunta.fi](http://www.selvasuunta.fi)

## SELVÄ SUUNTA – ELÄKEIKÄISILLE VÄLINEITÄ OMAN HYVINVOINNIN POHDINTAAN

Eläkeikäisten alkoholinkäyttö on lisääntynyt samoin kuin siihen liittyvät haitat. Eläkeläisten päihdeiden käyttöön liittyy usein ahdistusta ja masennusta. Toisinaan mielenterveyteen liittyvät haasteet ja yksinäisyys lisäävät alkoholinkäyttöä. Vertaistuki ja keskusteluapu mahdollisimman varhaisessa vaiheessa ovat eläkeikäisten oikeus. Palvelujärjestelmän kannalta ennaltaehkäisy ja varhainen tuki vähentää kuntoutuksen kuluja.

*Selvä suunta* -projektin tarkoituksena on ollut ennaltaehkäistä seniorien päihde- ja mielenterveysongelmia sekä lisätä ikäryhmän kokonaisvaltaista hyvinvointia. Projektissa on keskitytty erityisesti erilaisiin elämäntilanteisiin ja -tapoihin liittyvien riskien tunnistamiseen ja vähentämiseen. Projektin avulla on myös levitetty tietoa omiin elämänvalintoihin ja elämään liittyvistä riskitilanteista.

### Henkisiä eväitä elämään

Seniorit ovat itse toimineet projektissa oman ja ikätovereiden elämän voimavarojen ja riskien asiantuntijoina. Hyvinvointipalveluiden opiskelijat ovat keränneet eläkkeelle siirtyvien ja eläkkeellä jo olevien hyvinvointiin liittyvää tietoa ja tarinoita. Eläkeläisten, opiskelijoiden ja asiantuntijoiden yhteistyönä on luotu uusia menetelmiä päihde- ja mielenterveysongelmien ennaltaehkäisyyn.

– Projektista oli hyötyä ja iloa eläkkeelle siirtyneelle. Vertaisryhmässä eri teemojen pohtiminen avasi silmät näkemään eläkeläisen elämässä monia mahdollisuuksia, joita ei olisi tullut muuten ajatelleeksi. Säännöllisissä tapaamisissa ystävystyi muiden ryhmäläisten ja seurakunnan vetäjien kanssa. Tuli löytäneeksi uusia verkostoja ja harrastuksia sekä sai henkisiä eväitä elämään, kommentoi yksi seurakunnan järjestämän ryhmän osallistujista.

Projektissa kehitettiin ryhmätoiminnan käsikirja eläkkeelle jäävien tai eläkkeellä jo olevien ryhmätoimintaa varten. Käsikirjaa voivat käyttää sekä vertaisohjaajat että ammattilaiset. Lisäksi projektin aikana koottiin verkkotyökirja, josta löytyy kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin teemoja, jotka kattavat tietoa, vertaisten tarinoita ja pohdintatehtäviä. Verkkotyökirjan avulla eläkkeelle jäävä voi itsekseen pohtia omaa tilannetta, hyvinvointia ja sen mahdollisia riskitekijöitä.



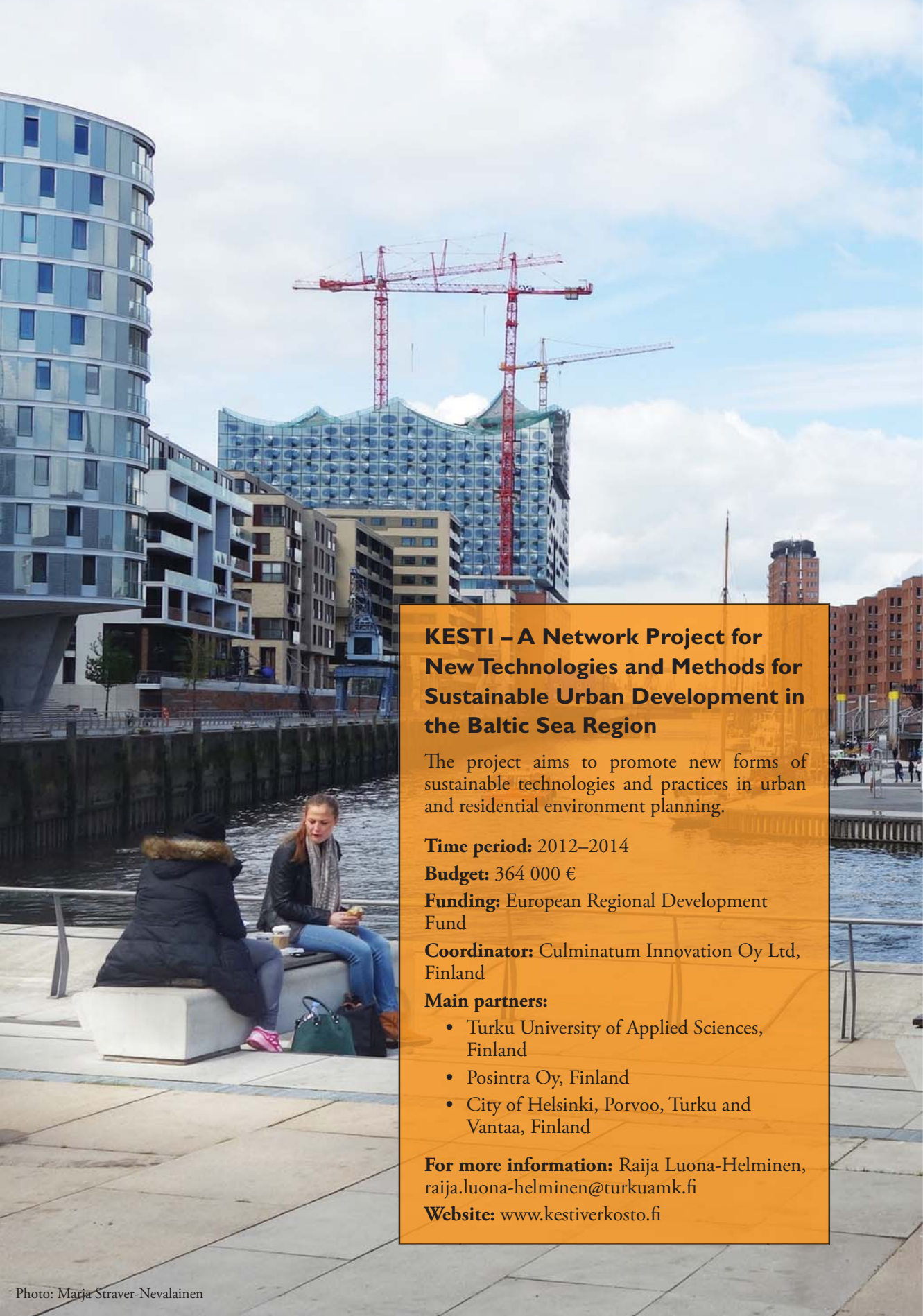




The background of the entire page is a microscopic image of plant cells, likely from an orange, showing a network of white cell walls forming irregular polygons against a warm orange and yellow background. The cells are densely packed and fill the entire frame.

**TOIMIVA ARKI JA  
SAAVUTETTAVA  
YMPÄRISTÖ**

**FUNCTIONAL EVERYDAY LIFE AND  
ACCESSIBLE ENVIRONMENT**



## **KESTI – A Network Project for New Technologies and Methods for Sustainable Urban Development in the Baltic Sea Region**

The project aims to promote new forms of sustainable technologies and practices in urban and residential environment planning.

**Time period:** 2012–2014

**Budget:** 364 000 €

**Funding:** European Regional Development Fund

**Coordinator:** Culminatium Innovation Oy Ltd, Finland

**Main partners:**

- Turku University of Applied Sciences, Finland
- Posintra Oy, Finland
- City of Helsinki, Porvoo, Turku and Vantaa, Finland

**For more information:** Raija Luona-Helminen, [raija.luona-helminen@turkuamk.fi](mailto:raija.luona-helminen@turkuamk.fi)

**Website:** [www.kestiverkosto.fi](http://www.kestiverkosto.fi)

## KESTI – KESTÄVIÄ TOIMINTAMALLEJA ALUERAKENTAMISEEN

Väestörakenteen muutoksen myötä liikkumis- ja toimimisesteisten määrä kasvaa niin Suomessa kuin muualla Skandinaviassa. Tarve rakennetun ympäristön toimivuuden kehittämiseen sekä muunneltaviin ja yksilöllisiin tilaratkaisuihin lisääntyy. Asuntojen tulisi olla muunneltavissa siten, että esteetön, saavutettava ja yksilöllisen elämäntavan jatkumista tukeva arki on mahdollista. Myös sosiaalisen ympäristön merkitys korostuu tulevaisuudessa.

*KESTI – Kestävän aluerakentamisen uudet teknologiat ja menetelmät Itämeren alueella* -verkostoprojektissa etsitään ja tunnistetaan asumiseen ja aluerakentamiseen liittyviä uudenlaisia ja kestäviä toimintamalleja, teknologioita ja menetelmiä. Projektissa tunnistetaan viisi mielenkiintoisinta, saavutettavaa, ekotehokasta ja vähähiilistä aluerakentamiskohdetta Itämeren alueella, luodaan yhteistyöverkostoja ja tarkastellaan ideoiden siirtomahdollisuutta.

Projektiin valituissa tutustumiskohteissa tehdään benchmarking-syväänalyysi vertailemalla muun muassa kohteiden kehitysprosesseja, kustannustehokkuutta ja kokonaisvaikuttavuutta. Tavoitteena on kehittää kaupunkien aluerakentamista ja synnyttää Itämeren alueelle ylikansallinen verkosto.

Projektin ohjausryhmään kuuluva Turun kaupunkisuunnittelujohtaja **Timo Hintsanen** toivoo opintomatkoilta verkostoitumista, inspiroivia keskusteluja sekä uusia ajatuksia herättäviä virikkeitä ja havaintoja.

– Yhteistyö on jo nyt tuonut eri näkökulmista kiinnostavia eväitä kaupunkien kehittämiseen. Toisaalta on myös ollut ilahduttavaa huomata, kuinka eri näkökulmista päädytään kuitenkin samantyyppisiin ideaaleihin siitä, millainen on hyvä kaupunki ja hyvä ympäristö, Hintsanen kertoo.

Toimiva ja turvallinen asuminen

Turun ammattikorkeakoulun osaprojektissa tarkastellaan aluerakentamista kestävästä kehityksestä sekä toimivan ja turvallisen asumisen näkökulmista laadittujen kriteerien avulla. Projektin aikana luotava malli auttaa tarkastelemaan saavutettavuuteen, esteettömyyteen ja kestävästä kehityksestä liittyviä ratkaisuja sekä niiden yhteensopivuutta ja -sovittamista. Valtakunnallisen vammaisten ihmisoikeusjärjestö Kynnys ry:n aluesihteerinä **Olli Nordberg** toivoo projektin edistävän etenkin esteetöntä rakentamista.

– Suurin osa Suomen asuntokannasta on esteellistä. Toivomme pystyvämme kertomaan esteettömän suunnittelun ja rakentamisen tärkeydestä, yhteiskunnallisesta merkityksestä ja sen tuomasta säästästä yhteiskunnalle projektin kautta, Nordberg summaa.

Osaprojektissa kootaan myös tietoa ja kokemuksia siitä, miten muualla Itämeren alueella erilaisiin saavutettavuuteen, ekologisuuteen, sosiaalisiin tarpeisiin, kulttuurisiin lähtökohtiin ja taloudellisiin vaateisiin liittyvät asiat on yhdistetty.

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2007–2013



Euroopan unioni  
Euroopan aluekehitysrahasto



## **Kunnonkoti – An Innovative Visit Center**

Kunnonkoti is an open learning environment and visit centre where different kinds of assistive technologies from a wide range of exhibitors are on display. Kunnonkoti offers professional advice, guidance tours, seminars, theme days and training as well as design services for accessible housing. There are approximately 2000 visitors per year. The largest groups of visitors are professionals and students from the health care, social, and construction fields.

**For more information:** [kunnonkoti@turkuamk.fi](mailto:kunnonkoti@turkuamk.fi)

**Website:** [www.kunnonkoti.turkuamk.fi](http://www.kunnonkoti.turkuamk.fi)

## NEUVONTAKESKUS KUNNONKOTI TARJOAA ASIAKASLÄHTÖISIÄ ASIAANTUNTIJAPALVELUJA

Neuvontakeskus Kunnonkoti toimii esteettömän asumisen vierailukeskuksena ja tarjoaa asiakaslähtöisiä asiantuntijapalveluja yksityishenkilöille, ammattilaisille ja opiskelijoille. Kunnonkodissa voi tutustua arjen selviytymistä tukeviin ja kodin turvallisuutta edistäviin asumisen ratkaisuihin, apuvälineisiin ja hyvinvointitekologiaan. Esteettömään asumiseen liittyvän neuvonnan ja vierailukeskustoiminnan lisäksi Kunnonkoti tuottaa esteettömään asumiseen ja rakentamiseen liittyvää suunnittelupalvelua.

Kolmessa projektissa vuosina 2007–2012 kehitetty Kunnonkoti on vakiinnuttanut paikkansa esteettömän asumisen vierailukeskuksena. Kunnonkoti on auki yleisölle yhdeksän kuukautta vuodessa ja kävijöitä on vuosittain yli 2000. Vierailukeskuksessa esillä olevat ratkaisut ja tuotteet ovat yhteistyöyritysten, joille Kunnonkoti toimii tutkimus- ja tuotekehitysympäristönä. Vuonna 2013 yhteistyötä tehtiin 32 yrityksen kanssa.

Kunnonkoti toimii opiskelijoiden oppimisympäristönä, jossa opiskelija voi toteuttaa projektiopintoja, harjoittelua tai tehdä opinnäytetyön saavutettavuuteen, esteettömyyteen ja käytettävyyteen liittyen. Kunnonkoti tuottaa opetusta sekä perusopintoihin että täydennyskoulutukseen ja järjestää seminaareja, teemapäiviä ja koulutuksia ammattilaisille, ja edistää näin saavutettavuustiedon juurtumista käytäntöön.

Kunnonkoti tuottaa tarveperustaisia projekti-ideoita ja toimii projektien konkreettisena toteuttamisympäristönä. Turun ammattikorkeakoulussa toimivista tutkimusryhmistä erityisesti Toimiva arki ja saavutettava ympäristö -tutkimusryhmä on keskittynyt saavutettavuuteen, esteettömyyteen ja käytettävyyteen liittyvään tutkimus-, kehitys- ja innovaatiotoimintaan.

Kunnonkoti toimii yhteistyössä kuntien, yritysten, oppilaitosten ja kolmannen sektorin kanssa. Myös eri puolella Suomea toimivien Esteettömien kotien verkostoyhteistyötä on lisätty vuonna 2013.



Kuva: Terhi Hytönen



The background of the entire page is a microscopic image of orange tissue, likely from a fruit like a citrus. It shows a clear cellular structure with white cell walls forming a honeycomb-like pattern. The color is a vibrant orange, with some darker and lighter variations across the cells.

**SOTE-  
PALVELUJÄRJESTELMÄN  
KEHITTÄMINEN**

**DEVELOPING SOCIAL AND  
HEALTH CARE SERVICES  
AND PROCESSES**



## **eMedic – Developing New Practices for Teleconsultation and Diabetes**

The project develops service models that improve the quality and smoothness of the diabetes and pediatric care. As a result, the models will be adopted as a part of the care processes and daily routines.

**Time period:** 2011–2014

**Budget:** 2 305 000 €

**Funding:** Central Baltic INTERREG IV A programme

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

### **Main partners:**

- Hospital District of Southwest Finland, Finland
- Turku Science Park Ltd, Finland
- Tallinn University of Technology, Estonia
- Karolinska University Hospital, Sweden
- Pauls Stradins Clinical University Hospital, Latvia

**For more information:** Johanna Krappe, [johanna.krappe@turkuamk.fi](mailto:johanna.krappe@turkuamk.fi)

**Website:** [www.emedicproject.eu](http://www.emedicproject.eu)



# EMEDIC – HYVINVOINTITEKNOLOGIAA TERVEYDENHUOLLON ARKEEN DIABETEKSEN HOIDOSSA

Diabetes on nopeasti yleistyvä sairaus, joka kuormittaa terveydenhuoltojärjestelmiä taloudellisesti ja haastaa siihen sairastuneet terveellisempään ja kurinalaisempaan elämäntapaan. Ennaltaehkäisevillä toimenpiteillä ja nopealla hoidolla voidaan pienentää merkittävästi diabeteksen hoidosta kansantaloudelle koituvia kustannuksia.

*eMedic – Developing New Practices for Teleconsultation and Diabetes* -projektissa tuodaan hyvinvointiteknologian sovelluksia osaksi terveydenhuollon arkea. Tehokkailla, uutta teknologiaa hyödyntävillä hoitomenetelmillä sekä potilaan ja hoitohenkilökunnan yhteistyöllä pyritään löytämään parhaat ja taloudellimmat käytännöt diabeteksen hoitoon.

### Itsemonitorointia ja etäkonsultaatiota

Potilaan omahoitoon keskittyvässä osassa diabetes-potilaat mittaavat verensokeria ja verenpainetta säännöllisesti. Tiedot siirtyvät automaattisesti mittalaitteista sähköiseen tietokantaan, josta sekä potilas että hoitohenkilöstö voivat seurata potilaan tilaa. Projektin aikana selvitetään, kasvaako potilaan motivaatio pitää itsestään huolta. Osana pilottia tutkitaan myös virtuaaliyhteisöjen vaikutuksia diabeetikon motivaatioon liikkuu.

Lopulliset tulokset kokemuksista saadaan pilotoinnin päätyttyä, mutta Sitran vanhempi neuvonantaja ja Viron terveydenhuoltoa 2000-luvulla keskeisesti kehittämässä ollut lääkäri **Madis Tiik** kertoo kokemusten olleen tähän asti hyviä.

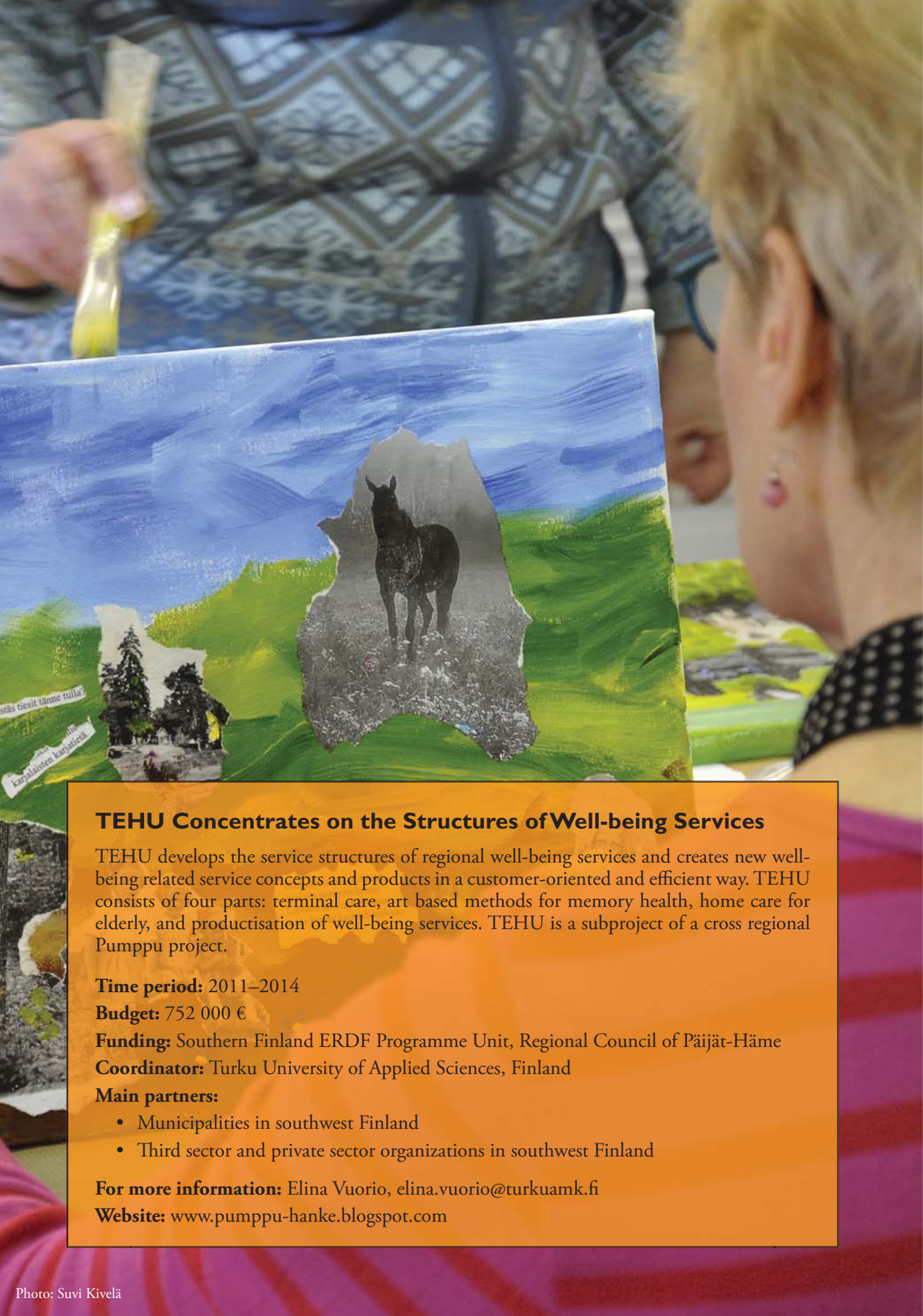
- Potilaat tuntevat enemmän vastuuta ja itsekuria omahoidon myötä. Teknologia on toiminut ja tiedonkulku on koettu hyödylliseksi sekä potilaiden että lääkärin keskuudessa, kertoo Tiik.

Projektin toisessa osassa hyödynnetään tablet-tietokoneita ja videoneuvottelulaitteita diabeettisen jalkahaavan hoidossa kotisairaanhoidon, terveyskeskuslääkärin ja erikoissairaanhoidon välillä. Kaarinan terveyskeskuksen sisätauti-kirurginen erikoissairaanhoidaja **Anneli Suutari** kehuu etäkonsultaatiolaitetta helpoksi ja hyödylliseksi sekä työntekijän että asiakkaan näkökulmasta. Etäkonsultaatio on tuonut uudenlaisia tuulia myös Kaarinan kotihoitoon ja sairaanhoitaja **Riikka Pulkkinen-Riekin** työhön.

- Etäkonsultaatio suoraan lääkärille asiakkaan kotoa käsin on hyvä työväline kotihoidossa. Mahdollisuus erikoissairaanhoidon tai toisten sairaanhoitajien konsultointiin antaa myös turvaa omaan työhön, kuvailee Pulkkinen-Rieki.

### Kansainvälistä huippuosaamista

Projektissa panostetaan testattavien toimintojen juurruttamiseen osaksi terveydenhuollon arkipäivän rutiineja. Projektissa luodaan jatkuvuussuunnitelma sekä prosessimallinnuksia pilotoivien organisaatioiden ja muiden sidosryhmien hyödynnettäväksi. Myös kustannusvaikuttavuutta ja investointien kannattavuutta arvioidaan. Toimintoja kehitetään monialaisella yhteistyöllä ja projektin kansainväliset partnerit ovat oman alansa huippuosaajia. Teknologian hyödyntäminen ja diabeteksen uudenlaisen hoidon kehittäminen mahdollistaa merkittävien tulosten syntymisen sekä kansallisella että kansainvälisellä tasolla.



## TEHU Concentrates on the Structures of Well-being Services

TEHU develops the service structures of regional well-being services and creates new well-being related service concepts and products in a customer-oriented and efficient way. TEHU consists of four parts: terminal care, art based methods for memory health, home care for elderly, and production of well-being services. TEHU is a subproject of a cross regional Pumppu project.

**Time period:** 2011–2014

**Budget:** 752 000 €

**Funding:** Southern Finland ERDF Programme Unit, Regional Council of Päijät-Häme

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

**Main partners:**

- Municipalities in southwest Finland
- Third sector and private sector organizations in southwest Finland

**For more information:** Elina Vuorio, [elina.vuorio@turkuamk.fi](mailto:elina.vuorio@turkuamk.fi)

**Website:** [www.pumppu-hanke.blogspot.com](http://www.pumppu-hanke.blogspot.com)

# TEHU – HYVINVOINTIPALVELURAKENTEDEN KEHITTÄMISTÄ

Neljässä maakunnassa toteutettavassa *Pumppu*-projektissa edistetään ja kehitetään käyttäjälähtöisiä hyvinvointipalvelumalleja. Pumpun osaprojektissa TEHUsa kehitetään alueellisia hyvinvointipalvelurakenteita kansalaislähtöisestä näkökulmasta ja rakennetaan uusia palvelukonsepteja ja -tuotteita. Tavoitteena on saada eri seutujen hyvinvointialan resurssit optimaaliseen käyttöön. TEHU jakautuu neljään osioon: Saattohoidon ja palvelurakenteiden kehittäminen; aivoterveyttä ja muistin toimintaa edistävät taide- ja kulttuurilähtöiset palvelumallit; kotihoito vanhustyön sydämenä sekä uusien palvelukonseptien tuotteistaminen.

Saattohoidon, aivoterveysten, kotihoidon ja palvelukonseptien kehittämistä

*Saattohoidon ja palvelurakenteiden kehittäminen* -osion tavoitteena on selkiyttää Loimaan seudulla palliatiivisen hoidon ja erityisesti saattohoidon toteuttamistapaa niin, että organisaatioiden välinen yhteistyö tuottaa taloudellisesti parhaan tuloksen, hoidon laatu on korkea ja potilaiden itsemääräämisoikeus toteutuu lainsäädännön hengen mukaisesti. Käytännön toimina kehitetään hoitotah-  
tolomake ja se jalkautetaan käyttöön muun muassa ikäihmisten terveystarkastuksiin, ennakoiviin kotikäynteihin, muistineuvolatoimintaan ja kotihoitoon.

– Terveystarkastuslaki edellyttää perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon yhteistyötä. Projekti on lisännyt alueellista yhteistyötä sekä esimiesasemassa olevien että käytännön hoitotyötä tekevien kesken, kertoo asiantuntijasairaanhoidaja **Tarja Kurikka** Loimaan aluesairaala-  
sta.

*Aivoterveyttä ja muistin toimintaa edistävät taide- ja kulttuurilähtöiset palvelumallit* -osion tavoitteena on luoda neljä kolmannen sektorin käyttöön soveltuvaa aivoterveyttä ja muistin toimintaa edistävää taide- ja kulttuurilähtöistä palvelumallia. Taidemuotoina käytetään kuvataidetta, valokuvia, ympäristöarkkitehtuuria, draamaa, liikettä ja tanssia sekä osallistujien henkilökohtaisia kertomuksia ja muistoja. Kohderyhmänä ovat 65–75-vuotiaat kolmasikäiset, jotka eivät enää ole työelämässä, mutta eivät myöskään varsinaisia vanhuksia.

– Nyt muisti toimii! [...] Taide on toisaalta rauhoittavaa, kun joutuu miettimään ja pinnistelemään, toisaalta kun ajattelee aivokapasiteettia niin virkistää, kuvaa eräs taidetoimintaan osallistuneista.

*Kotihoito vanhustyön sydämenä* -osion tavoitteena on luoda Härkätien sosiaali- ja terveyspalveluiden alueella kunta- ja toimintasektorit ylittäviä vanhusten kotiin annettavia palvelumalleja. Yhteistoiminta-alueen kunnille halutaan rakentaa asiakaslähtöisiä yhteisiä kotihoidon palveluja ja sopia yhteisistä palvelujen saamisen ehdoista ja maksuista.

Palvelujen kuvaamista, mallintamista ja uusien käytäntöjen muodostamista tehdään tiiviissä yhteistyössä monialaisissa kehittämistyöryhmissä. Yhteistyöllä halutaan turvata tasavertaiset, oikeudenmukaiset, monipuoliset ja tarkoituksenmukaiset palvelumuodot jokaiselle asiakkaalle kotona asumisen mahdollistamiseksi asuinalueesta riippumatta. Kriteerien avulla edesautetaan palveluiden kohdentumista niitä tarvitseville.

*Uusien palvelukonseptien tuotteistaminen* -osion tavoitteena on hyvinvointipalveluiden tuotteistaminen Turun, Salon ja Loimaan seutukunnissa. Osaamisen ja voimavarojen tehokas käyttö edellyttää, että prosessit ovat kuvattuja, määriteltyjä ja analysoituja.



## SOHVI

Subjective knowledge and co-operation are tools for more effective social, health care, sports and culture services. The project utilises subjective well-being knowledge and co-operation between municipalities' welfare care services in designing new services and developing the workers' know-how.

**Time period:** 2012–2014

**Budget:** 600 000 €

**Funding:** European Social Fund and Ministry of Education and Culture

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

**Main partners:**

- Four universities of applied sciences (Oulu, Diakonia, Laurea, Seinäjoki), Finland
- Municipalities and third sector organizations in Finland
- Organizations producing welfare knowledge in Finland

**For more information:** Pia Sahonen and Elina Vuorio,  
[pia.sahonen@turkuamk.fi](mailto:pia.sahonen@turkuamk.fi) and [elina.vuorio@turkuamk.fi](mailto:elina.vuorio@turkuamk.fi)

**Website:** [www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/sosiaalialanamkverkosto/SOHVI/](http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/sosiaalialanamkverkosto/SOHVI/)



## SOHVI – KOKEMUSTIETOA PALVELUJEN SUUNNITTELUUN

Suomessa tarvitaan aiempaa monipuolisempaa ja systemaattisemmin kerättyä tietoa ihmisten hyvinvoinnista. Eri asiakas- ja kansalaisryhmien hyvinvoinnista tarvitaan kokemustietoa rekisteri- ja tilastotiedon rinnalle.

*SOHVI*-projektin päätavoitteena on hyödyntää kokemustietoa ja hyvinvointia tuottavien alojen yhteistyötä uusien palvelukokonaisuuksien ja työntekijöiden osaamisen kehittämisessä. Eri kansalais- ja asiakasryhmiltä kerätään kokemustietoa hyvinvoinnin osatekijöistä kuten terveydestä, materiaalisesta hyvinvoinnista, elämänlaadusta sekä palvelukokemuksista. Kerätyn kokemustiedon pohjalta kohderyhmille suunnitellaan innovatiivisia palvelukokonaisuuksia sosiaali-, terveys-, liikunta- ja kulttuurialojen toimijoiden yhteistyönä. Projektissa suunnitellaan myös hyvinvointia tuottavien alojen työntekijöiden osaamisen kehittämistä. Hyvinvointitiedon tuottajien työnjakoa kehitetään alueellisesti, jotta se tukisi hyvinvointipalveluiden kehittämistä.

- Perinteisesti palveluja on suunnattu työntekijän osaamisen näkökulmasta ja asiakas on ollut palveluissa objekti, ei tasa-arvoinen toimija. Nuorten asiakkaiden kohdalla heidän omista lähtökohdista kehitetyt palvelut ovat erityisen tärkeitä osallistumisen, osallisuuden ja sitä kautta syrjäytymiskehityksen estämisen kannalta, kertoo Laitilan kaupungin sosiaali- ja terveysjohtaja *Sari Rantanen*.

Nuoret mukaan toiminnan ja palvelujen kehittämiseen

Turun ammattikorkeakoulun osaprojektin toiminta keskittyy Vakka-Suomeen. Kokemustiedon keruun kohderyhmänä ovat 18–24-vuotiaat aikuissosiaalityön toimeentulotuki- ja jälkihuollon asiakkaat. Asiakkaita haastateltiin syksyllä 2012 ja vuoden 2013 alusta käynnistyi palveluiden monialainen suunnittelu.

- Olemme valinneet matalan kynnyksen kohtaamispaikan ykkösjutuksi täällä Laitilassa ja Uudessa kaupungissa. Nuoret aikuiset ovat jo olleet mukana ideoimassa kohtaamispaikan palveluja ja toimintaa, joita voitaisiin tarjota kohtaamispaikassa. Tavoitteena on, että palvelun kohderyhmä on myös jatkossa mukana suunnitteluprosessin edetessä, toteaa paikallinen asiakasyhteistyöryhmä.

Myös muissa Vakka-Suomen kunnissa suunnitellaan poikkihallinnollisesti ja asiakaslähtöisesti palveluita nuorille aikuisille. Turun ammattikorkeakoulu tekee yhteistyötä Varsinais-Suomen sosiaalialan osaamiskeskuksen koordinoiman Varsinais-Suomen hyvinvointitiedon kehittämisryhmän kanssa, jonka tavoitteena on kehittää maakunnan hyvinvointitiedon tuotantoa ja työnjakoa kuntien ja muiden palveluntuottajien palveluiden kehittämisen tueksi.

sohvi



Elinkeino-, liikenne- ja  
ympäristökeskus

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2007–2013



Euroopan unioni  
Euroopan sosiaalirahasto



## **Physical Exercise Possibilities for Neurological Patients**

The project aims to develop sport and physical exercise possibilities to be available also for neurologically disabled people. The objective is to include physical exercise to the rehabilitation plan of a neurologically disabled patient. The pilot municipalities are Turku, Uusikaupunki, Loimaa and Paimio.

**Time period:** 2013–2015

**Budget:** Annually 33 000 €

**Funding:** Ministry of Education and Culture

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

**Main partners:**

- Neurological Disables Associations, Finland
- Municipalities in Western Finland

**For more information:** Raija Luona-Helminen, [raija.luona-helminen@turkuamk.fi](mailto:raija.luona-helminen@turkuamk.fi)

**Website:** [www.neuroliikkuja.fi](http://www.neuroliikkuja.fi)

## NEUROLIIKKUJA PAIKALLISTASOLLA – LIIKUNTAMAHDOLLISUUKSIA NEUROLOGISESTI SAIRAILLE

Neurologisesti sairaat tai vammautuneet muodostavat suuren heterogeenisen ryhmän. He tarvitsevat erityistä tukea fyysisen aktiivisuuden lisäämiseksi muun muassa kognitiivisten oireiden, fyysisen, psyykkisten ja sosiaalisten syiden takia. Heillä on lukuisia oireita, jotka rajoittavat ja haastavat sekä liikuntatoimintaan osallistumista että palveluntarjoajien näkökulmasta liikuntatoiminnan järjestämistä.

Neurologisesti sairaiden tai vammautuneiden liikuntaa rajoittavia tekijöitä tunnetaan huonosti ja tällä hetkellä asiakkaan ohjaaminen hoitoon ja erilaisiin palveluihin on epäyhtenäistä. Tämän vuoksi neurologinen liikkuja jää helposti kotiin ilman riittävää tukea liikkumiseensa. Kotiin jääminen puolestaan vaikuttaa siihen, että yksilö eristäytyy, jolloin psyykinen terveys ja sosiaaliset suhteet ovat riskissä vaarantua.

*Neuroliikkuja paikallistasolla* -projektin päämääränä on kehittää liikunnan edellytyksiä ja rakenteita niin, että liikunnan harrastaminen on neurologisesti sairastaville tai vammautuneille mahdollista. Projekti tähtää siihen, että neurologisesti sairas pystyy liikkumaan haluamallaan tavalla terveytensä ja toimintakykynsä edistämiseksi pilottikunnissa Turussa, Uudessakaupungissa, Loimaalla ja Paimiossa.

Kohdennettua liikuntaa, parempaa neuvontaa

Projektilla pyritään osaltaan vaikuttamaan siihen, että liikunta sisältyisi neurologisesti sairaiden ja vammautuneiden henkilökohtaiseen hoito-, kuntoutus- ja palvelusuunnitelmaan. Paimion kaupungin erityisliikunnanohjaaja **Matleena Koskisen** mukaan jo pitkään on ollut tarvetta kehittää liikuntaryhmiä neurologisille.

- Neuroliikkujat ovat tähän asti olleet mukana pääasiassa ikäihmisille suunnatuissa ryhmissä, mutta ryhmät eivät välttämättä sovellu juuri neurologisille ja he saattavat helposti syrjäytyä. Terveyskeskuksen neuroryhmät kestävät vain tietyn ajan ja kuntoutuksen jälkeen olisi hyvä olla jokin ”jatko paikka”, jossa voisi jatkaa liikkumista, Koskinen kertoo.

Projektin aikana kerätään tietoa jo olemassa olevista palveluista ja kartoitetaan neurologisesti sairaiden liikuntatoiveita sekä liikkumisen esteitä. Kerätyn tiedon pohjalta neurologista sairautta sairastaville luodaan liikuntaneuvontaa tukevaa materiaalia sekä monipuolisia liikuntaryhmiä. Tämän lisäksi kartoitetaan mahdollisuutta mallintaa virtuaalisia liikuntaneuvontapalveluja. Esiselvityksen pohjalta liikuntaa ohjaaville työntekijöille järjestetään koulutusta, jonka tavoitteena on parantaa neuvontapalveluiden laatua asiakkaiden yksilölliset tarpeet huomioiden.

- Toivon, että saan uusia ideoita ja lisää ammattitaitoa kehittämään neuroliikkujille soveltuvia ryhmiä. Toivon, että myös muut tahot kuten kolmas sektori aktivoituisi järjestämään liikuntaryhmiä myös pitkäaikaissairaille, Koskinen sanoo.

Opetus- ja kulttuuriministeriö





The background of the entire page is a microscopic image of orange tissue, likely from a citrus fruit, showing a clear cellular structure with white cell walls and orange-colored cells. The text is centered on this background.

**HYVINVOINTI  
PALVELULIIKETOIMINTANA**

**WELL-BEING SERVICES  
AS BUSINESS**



## **WelDest – Health and Well-being in Tourism Destination**

The aim of the project is to create a development framework to be used by public bodies, destination management organizations and private companies when developing holistic health and well-being destinations.

**Time period:** 2012–2014

**Budget:** 456 000 €

**Funding:** European Commission's Lifelong Learning programme

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

**Main partners:**

- FH Eberswalde University of Applied Science, Germany
- FH Joanneum University of Applied Science, Austria
- The Institute of Hospitality Management, Czech Republic
- University College Birmingham, United Kingdom
- 10 industry and 15 associate partners from Austria, Czech Republic, Finland, Germany and United Kingdom

**For more information:** Susanna Saari, [susanna.saari@turkuamk.fi](mailto:susanna.saari@turkuamk.fi)

**Blog:** [weldest.blogspot.fi](http://weldest.blogspot.fi)

## WELDEST – MATKAILIJOIDEN HYVINVOINTIA EDISTÄVIEN PALVELUJEN KEHITTÄMINEN

Väestön ikääntyminen, elintasosairauksien lisääntyminen sekä kansalaisten kasvava terveystietoisuus heijastuvat vapaa-ajan hyvinvointia edistävien palvelujen nousevana kysyntänä. Yhä useampi on kiinnostunut käyttämään alan palveluja myös matkoillaan. Euroopan Unioni korostaa kestävi- en, korkealaatuisten ja erilaistuneiden hyvinvointimatkailupalveluiden ja -kohteiden kehittämisen merkitystä.

*WelDest – Health & Well-being in Tourism Destination* on kansainvälinen projekti, jonka tavoitteena on luoda matkailun julkisen sektorin toimijoille, matkailukohteiden johtamisesta vastaaville organisaatioille ja alan yrityksille malli, jonka avulla he voivat vahvistaa matkailijoiden ja paikallisten asukkaiden hyvinvointia edistävää palvelutarjontaa. WelDest-projektin aikana syntyvän mallin ja koulutusmateriaalin avulla on mahdollista kehittää vastuullisesti toimivia ja kokonaisvaltaisempia terveys- ja hyvinvointimatkailukohteita.

- Naantalın kaupunki saa varmasti projektin myötä uusia ideoita ja myös konkreettisia kehittämisajatuksia, arvioi Naantalın Matkailu Oy:n toiminnanjohtaja **Tarja Rautiainen**.

WelDest-projektissa määritellään hyvinvointi- ja terveysturmatkailun keskeiset palvelut, resurssit sekä henkilöstön osaamisen ja toimintaympäristön elementit. Projektissa tunnistetaan ja kehitetään uusia liiketoimintamahdollisuuksia matkailu- ja vapaa-aikatoimijoille.

Projekti tuottaa sähköisessä muodossa olevan käsikirjan, joka sisältää itsearviointi- ja kehittämistyökalun matkailukohteiden julkisten ja yksityisten toimijoiden käyttöön. Toinen projektin tuotos on blogi, joka toimii tiedon jakamisen ja hankkimisen väylänä terveys- ja hyvinvointimatkailusta kiinnostuneille yrityksille, tutkijoille, opettajille ja opiskelijoille.





## **TRAVELLING IN KUSTAVI – Partnership and Tools for Developing Sustainable Tourism**

The municipality of Kustavi is situated in the south-western archipelago of Finland. The project develops tourism service offerings to enhance customer satisfaction and competitiveness of Kustavi as a tourism destination. The project strengthens the brand of Kustavi, develops customer-oriented service offerings, makes the responsible tourism business visible and develops the accessibility of the tourism services.

**Time period:** 2012–2013

**Budget:** 153 000 €

**Funding:** European Regional Development Fund

**Coordinator:** Turku University of Applied Sciences, Finland

**Main partners:**

- Municipality of Kustavi, Finland
- 20 hospitality companies and organisations from Kustavi, Finland

**For more information:** Telle Tuominen,  
telle.tuominen@turkuamk.fi

**Website:** [www.visitkustavi.fi](http://www.visitkustavi.fi)

## MATKALLA KUSTAVISSA – YHTEISTYÖLLÄ PAREMPIA MATKAILUPALVELUJA

Saaristokunta Kustavissa on vain vajaat 900 asukasta, mutta asukkaiden määrä kymmenkertaistuu mökkeilijöiden ansiosta kesällä, ja matkailu onkin yksi kunnan tärkeimmistä elinkeinoista. Kilpailu matkailijoiden suosiosta on kuitenkin tiukkaa. Läheskään kaikkia matkailumahdollisuuksia ei kunnassa ole vielä hyödynnetty, ja matkailun kehittämiseksi on nähty tarvetta.

- Kunnalla ei ole mittavia investointimahdollisuuksia. Matkailijoista ja matkailuyritysten menestyksestä hyötyvät kuitenkin kuntalaiset kautta linjan, toteaa Kustavin kunnanjohtaja **Veijo Katara**.

*Matkalla kustavissa* -projektissa kehitetään Kustavin matkailua kokonaisvaltaisesti kestävä kehitys ja asiakaslähtöisyys huomioiden. Tavoitteena on kehittää kokonaispalvelutarjontaa ja yrittäjien yhteistyötä sekä tehdä yrittäjien toiminnan vastuullisuutta näkyväksi. Projekti tukee Kustavin matkailustrategian tavoitteita, joita ovat muun muassa sesongin pidentäminen, palvelujen laadun parantaminen ja ryhmätarjonnan tuotteistaminen. Tavoitteena on myös lisätä kunnan matkailutyöpaikkoja ja -tuloja.

Mukana projektissa ovat Kustavin kunta, kustavilaisia matkailuyrityksiä ja Turun ammattikorkeakoulun muotoilun, kestävän kehityksen sekä palveluiden tuottamisen ja johtamisen opiskelijoita ja opettajia. Myös asiakkaiden sekä mainonnan ja palvelumuotoilun ammattilaisten näkemyksiä kuunnellaan herkällä korvalla.

Kunnalle brändi ja matkailupalveluiden sivusto

Projekti tähtää paikallisten toimijoiden yhteistyön tiivistymiseen. Projektin aikana luodaan matkailutoimijoiden verkosto, joka projektin päättymisen jälkeen jatkaa kehittämistyötä ja ottaa vastuuta Kustavin markkinointi- ja myyntitoimista.

- Matkailutoimijoiden yhteistyötä tarvitaan, koska siten pystytään tarjoamaan asiakkaalle parempaa ja monipuolisempaa palvelua. Asiakkaiden ei edes tulisi huomata yritys- tai kuntarajoja, vaan kokonaiskokemuksen pitäisi olla onnistunut, toteaa toiminnanjohtaja **Kimmo Laatta** Kustavin Matkailu Oy:stä, joka vastaa Lootholman matkailukohteen toiminnasta.

Projektin aikana Kustavin kunnalle luodaan brändi ja matkailupalveluiden internet-sivusto ryhmittämään kunnan markkinointia. Yritysten löydettävyyttä parannetaan myös kartoittamalla uusia myynti- ja markkinointikanavia. Halukkaille yrityksille laaditaan kestävän kehityksen toimenpide-ehdotuksia ja vastuullisuus nostetaan markkinointiviestintään. Projektissa luodaan myös uutta matkailutarjontaa esimerkiksi tyhy-ryhmille, senioreille ja lapsiperheille palvelumuotoilun keinoin hyödyntäen.