

Saija-Riina Kero

BLUE CARE -TOIMINTA SUOMESSA

Matkailun koulutusohjelma

2018

## BLUE CARE -TOIMINTA SUOMESSA

Kero, Saija-Riina  
Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Matkailun koulutusohjelma  
Marraskuu 2018  
Sivumäärä: 49  
Liitteitä: 1

Asiasanat: vesistöt, hyvinvointi, Green Care

---

Opinnäytetyön aiheena oli tutkia Blue Care -käsitettä ja -toimintaa Suomessa. Työn tavoitteena oli kerätä ja tuottaa lisää tietoa Blue Care -termistä ja -toiminnasta. Työssä tutkittiin, mitä Blue Care on ja miten termi määritellään ja rajataan. Työssä tutkittiin, miten Blue Care sijoittuu Green Careen ja millä tavoin ne eroavat toisistaan. Lisäksi työssä tutkittiin, minkälaista Blue Care -toimintaa Suomessa on.

Työn toimeksiantajana toimi BlueSata-hanke. Yksi hankkeen keskeisistä tavoitteista oli Blue Care -toiminnan edistäminen. Hankkeella oli tälle tutkimukselle tarvetta, jotta se sai uutta tietoa Blue Care -termistä ja -toiminnasta Suomessa.

Opinnäytetyön tutkimuksen lähtökohtana oli Blue Care -termin määritelmän epäselvyys. Blue Care on käsitteenä ja aiheena niin uusi, ettei sille ole vielä selvää määritelmää Suomessa. Työn lähtökohtana oli myös vähäinen tieto Blue Care -toiminnasta. Näistä syistä tutkimukselle Blue Care -termistä ja -toiminnasta oli tarvetta.

Työn teoriaosuudessa käsiteltiin suomalaisen Green Caren määritelmää, luonnon ja vesistöjen hyvinvointivaikutuksia sekä vesistöjen hyvinvointivaikutusten hyödyntämistä. Lisäksi teoriaosuudessa käsiteltiin vesistöjen hyödyntämistä matkailussa.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena opinnäytetyönä. Tutkimusaineiston keruumenetelmänä käytettiin teemahaastattelua. Tutkimuksessa haastateltiin asiantuntijoita, jotka työskentelevät Blue Care -toiminnan parissa. Haastattelut toteutettiin huhtikuussa 2018. Tutkimusaineiston analysointimenetelmänä käytettiin sisällönanalyysia ja se toteutettiin aineistolähtöisesti.

Tutkimuksen avulla saatiin lisää tietoa Blue Care -aiheesta. Tutkimustulosten avulla saatiin selville haastateltujen asiantuntijoiden näkemyksiä Blue Care -termin määritelmästä ja Blue Caren sijoittumisesta Green Careen. Tutkimustulosten avulla saatiin kartoitusta Blue Care -toiminnasta Suomessa ja saatiin selville esimerkkejä toiminnasta.

## BLUE CARE ACTIVITY IN FINLAND

Kero, Saija-Riina

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Tourism

November 2018

Number of pages: 49

Appendices: 1

Keywords: water system, wellbeing, Green Care

---

The purpose of this thesis was to study Blue Care concept and activity in Finland. The aim of the thesis was to gather and produce more information about the Blue Care term and activity. The study examined what Blue Care is and how the term is defined. The study examined how Blue Care is positioned in Green Care and how they differ from each other. In addition, the study examined what kind of Blue Care activity in Finland is.

The thesis was commissioned by the BlueSata project. One of the key objectives of the project was to promote Blue Care activity. The project needed this research to get new information about the Blue Care term and activity in Finland.

The study was based on the ambiguity of the definition of Blue Care. Blue Care is a new concept and topic and there is not yet a clear definition in Finland. The study was also based on little knowledge of Blue Care activity. For these reasons, there was a need for research on the Blue Care term and activity.

The theoretical part of the thesis covered the definition of the Finnish Green Care, the wellbeing effects of nature and water system, and the utilization of the wellbeing effects of the water system. In addition, the theoretical part discussed the utilization of water system in tourism.

The thesis was carried out as a qualitative thesis. The research data was gathered by using theme interviews. Experts who work with Blue Care were interviewed in the study. The interviews were carried out in April 2018. The method of analyzing the research data was the use of content analysis and was carried out on a material basis.

The study provided more information on Blue Care. The results of the research revealed the views of the interviewed experts on the definition of Blue Care and Blue Care's positioning in Green Care. The results of the research enabled to chart the Blue Care activities in Finland and find examples of activities.

# SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	6
2	TYÖN LÄHTÖKOHDAT .....	7
3	OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TUTKIMUSONGELMAT .....	8
4	BLUESATA-HANKE .....	8
5	GREEN CARE.....	9
5.1	Green Care -toimintatavan peruselementit .....	10
5.2	Green Care -toimintatavan perusedellytykset .....	11
5.3	LuontoHoiva ja LuontoVoima .....	14
6	LUONNON HYVINVOINTIVAIKUTUKSET JA NIIDEN HYÖDYNTÄMINEN .....	16
6.1	Luonnon hyvinvointivaikutukset .....	16
6.2	Vesistöjen hyvinvointivaikutusten hyödyntäminen.....	19
7	VESISTÖJEN HYÖDYNTÄMINEN MATKAILUSSA.....	21
7.1	Vesistöjen hyödyntäminen Suomessa.....	22
7.2	Vesistömatkailuun vaikuttavia treندهjä .....	24
8	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN .....	25
8.1	Laadullinen opinnäytetyö .....	25
8.2	Tutkimusaineiston keruumenetelmä .....	25
8.3	Tutkimusaineiston analysointimenetelmä .....	26
8.4	Haastateltavat .....	28
9	TUTKIMUSTULOKSET .....	29
9.1	Blue Care -käsite.....	29
9.1.1	Miten Blue Care -käsite tulisi määritellä?.....	29
9.1.2	LuontoHoiva ja LuontoVoima.....	31
9.2	Blue Care -toiminta .....	33
9.2.1	Minkälaista Blue Care -toimintaa Suomessa on?.....	33
9.2.2	Toiminnan kohderyhmät ja kysyntä .....	36
9.2.3	Tulevaisuus Blue Caren osalta.....	37
9.3	Blue Care – Green Care .....	40
9.3.1	Blue Caren sijoittuminen Green Careen .....	40
9.3.2	Miten Blue Care ja Green Care eroavat toisistaan? .....	41
10	YHTEENVETO.....	41
10.1	Mitä Blue Care on? .....	42
10.2	Minkälaista Blue Care -toimintaa Suomessa on? .....	43

11 POHDINTA JA LUOTETTAVUUSTARKASTELU .....	44
LÄHTEET .....	47
LIITE 1. Haastattelurunko	

## 1 JOHDANTO

Tämän opinnäytetyön aiheena on Blue Care -toiminta Suomessa. Blue Carella tarkoitetaan vesiluonnossa tapahtuvaa toimintaa, jossa hyödynnetään vesistöjen hyvinvointivaikutuksia. Blue Care rinnastetaan usein Green Careen. (Green Care -tiedonvälityshankkeen www-sivut 2018.) Blue Care -käsitteenä on kuitenkin niin uusi, ettei sille ole vielä selvää määritelmää Suomessa. Tästä syystä Blue Care -termin ja -toiminnan selvittäminen on tärkeää. Tämän opinnäytetyön tavoitteena on selvittää Blue Care -termin määritelmää ja, minkälaista Blue Caren kaltaista toimintaa Suomessa on tehty ja tehdään.

Opinnäytetyössä tutkitaan Blue Care -termin määritelmää ja kartoitetaan Blue Care -toimintaa Suomessa. Työ toteutetaan laadullisena opinnäytetyönä ja tutkimusaineiston keruumenetelmänä käytetään teemahaastattelua. Haastateltavat ovat asiantuntijoita, jotka työskentelevät Blue Care -aihepiirin parissa. Haastatteluiden avulla selvitetään Blue Care -käsitteen määritelmää ja sen perusteita sekä minkälaista toimintaa Suomessa toteutetaan ja mitä tarvitaan toiminnan laajentumiseksi. Haastatteluissa selvitetään lisäksi Blue Caren sijoitumista Green Careen sekä käsitteiden eroja.

Tämän työn tutkimuksen avulla Blue Caresta saadaan lisää tietoa ja aiheelle saadaan näkyvyyttä. Työn toimeksiantajana toimii BlueSata-hanke, joka saa työn avulla lisää tietoa Blue Caresta ja pystyy hyödyntämään työstä saatuja tuloksia hankkeen toiminnassa. Matkailualan kannalta työ antaa uutta tietoa Blue Care -aihepiiristä ja sen tuomista mahdollisuuksista. Koska Blue Care -toiminnalle ei ole tarkkaa määritelmää, monet matkailualan yritykset eivät pysty käyttämään toiminnassaan Blue Care -termiä eivätkä välttämättä edes tiedosta tarjoavansa Blue Care -palveluita. Matkailualalla toimivat yritykset voivat näin ollen hyödyntää opinnäytetyön tuloksia ja kehittää liiketoimintaansa sekä saada tiedon kautta uusia liiketoimintamahdollisuuksia.

## 2 TYÖN LÄHTÖKOHDAT

Tutkimukselle Blue Care -käsitteestä ja -toiminnasta on tarvetta, koska Blue Care on aiheena ja terminä niin uusi eikä termin määritelmästä ole tarkkaa selvyttä. Tutkimusta aihepiiristä ei ole kovin paljon. Blue Care voidaan nähdä osana Green Carea. Green Carella tarkoitetaan luontoon perustuvaa ammatillista toimintaa, jolla edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämälaatua (Green Care Finlandin www-sivut 2018). Suomessa Green Care -palvelut jaetaan LuontoHoivan ja LuontoVoiman palveluihin (Luke, THL & GCF ry 2018, 4). Blue Caren nähdään sijoittuvan Green Careen niin sanotusti sen alalajina. Usein Blue Careen nähdään kuuluvaksi vain hoivapuoli eikä ollenkaan voimapuolta, kuten Green Caressa.

Työn toimeksiantajan eli BlueSata-hankkeen keskeisiin tavoitteisiin sisältyy Blue Care -toiminnan edistäminen. Hankkeella on tarve saada lisätietoa Blue Care -aihepiiristä. Tämän vuoksi hankkeen näkökulmasta opinnäytetyön aiheella ja tutkimuksella on suuri merkitys, koska sen avulla hanke saa tarvitsemaansa tietoa Blue Caresta. Blue Care -termin määritelmän selvittäminen ja Blue Care -toiminnan kartoittaminen ovat tärkeitä aiheita hankkeen kannalta. Hanke saa työstä ja sen tuloksista arvokasta tietoa Blue Care -toiminnasta ja se pystyy hyödyntämään toiminnassaan työstä saatuja tuloksia ja tiedottamaan asiasta alan yrittäjille.

Opinnäytetyön teoreettinen tausta koostuu luonnon ja vesistöjen hyvinvointivaikutuksiin sekä luonnon ja vesistöjen hyödyntämiseen liittyvästä teoriasta. Työn teoriaosuudessa selvitetään mitä Green Care on ja miten se määritellään. Green Carea tarkastellaan sen peruselementtien ja -edellytysten sekä kahden palvelumarkkinan, LuontoHoivan ja LuontoVoiman, kautta. Tämän jälkeen teoriaosuudessa käsitellään luonnon ja vesistöjen hyvinvointivaikutuksia sekä vesistöjen hyvinvointivaikutusten hyödyntämistä. Lopuksi teoriaosuudessa käsitellään vesistöjen hyödyntämistä virkistys- ja matkailukäytössä. Vesistöjen hyödyntämistä matkailussa käsitellään ensin yleisesti ja tämän jälkeen

Suomen näkökulmasta sekä lopuksi esitellään vesistömatkailuun vaikuttavia trendejä.

### 3 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TUTKIMUSONGELMAT

Opinnäytetyön tavoitteena on kerätä ja tuottaa lisää tietoa Blue Care -termistä ja -toiminnasta ja tällä tavoin määritellä Blue Care -termiä sekä kartoittaa Blue Care -toimintaa. Tätä tietoa BlueSata-hanke pystyy hyödyntämään ja tällä tavoin edistämään Blue Care -toimintaa.

Opinnäytetyön tutkimusongelmat jakautuvat kahteen pääongelmaan sekä kahteen alaongelmaan. Työn ensimmäinen pääongelma on ”Mitä Blue Care on?” Alaongelmana on ”Miten Blue Care -termi määritellään ja rajataan?” Toinen alaongelma on ”Miten Blue Care sijoittuu Green Careen eli millä tavoin ne eroavat toisistaan?” Opinnäytetyön toinen pääongelma on ”Minkälaista Blue Care -toimintaa Suomessa on?” Tutkimuskysymysten avulla selvitetään, minkälaisen muodon Blue Care -käsite saa valittujen asiantuntijoiden kautta.

### 4 BLUESATA-HANKE

Työn toimeksiantajana toimii BlueSata – Vesistöistä palveluliiketoimintaa Satakuntaan -hanke. Hankkeen teemana on suomalaisten vesistöjen luonnonarvojen ja niiden tarjoamien mahdollisuuksien hyödyntämisen kartoittaminen. Hankkeen aikana kartoitetaan ja jaetaan tietoa toimialan nykytilasta ja potentiaalista Satakunnassa. Hankkeen aikana pyritään erityisesti innostamaan yrittäjiä vesistöihin kytkeytyvien palveluiden kehittämiseen. BlueSata-hankkeessa tarkastellaan palveluliiketoiminnan sektoria hyvin laajalti eri näkökulmista, kuten hyvinvoinnin ja terveyden, matkailun sekä vesien- ja luonnonhoidon kan-



nalta. Hankkeessa myös pyritään tuomaan eri toimialoja yhteen. Yksi hankkeen keskeisistä tavoitteista on Blue Care -hyvinvointitoiminnan edistäminen. Hankkeen rahoitus tulee Manner-Suomen maaseudun kehittämisohjelmasta. Hanketta toteutetaan 1.9.2017-31.12.2018. (Green Care Finlandin www-sivut 2018.)

## 5 GREEN CARE

Green Care -käsite nähdään eri tavoin eri maissa. Suomessa Green Carella tarkoitetaan luontoon perustuvaa toimintaa, jonka tavoitteena on ihmisten hyvinvoinnin ylläpitäminen ja edistäminen. (Soini & Vehmasto 2014, 10-11.) Toiminnassa luonto on hyvinvointia ylläpitävä ja edistävää elementti. Green Care -toiminnassa hyvinvointivaikutukset syntyvät käyttämällä toimintatapoja, jotka perustuvat luontoon. Toimintaa voidaan toteuttaa metsäluonnossa, vesistöympäristössä, puutarhassa, maatilalla ja kaupunkien luontoympäristöissä sekä joissain tapauksissa sisätiloissa. Luontoon perustuvat toimintamuodot voidaan jakaa pääluokkiin, jotka ovat luonto, eläin, puutarha sekä maatila. Luontoluokkaan sisältyy luontoavusteinen terapia, luonnon kuntouttava käyttö, luontoavusteinen pedagogiikka sekä tavoitteellinen luontoavusteinen toiminta. Eläinluokka muodostuu eläinavusteisesta terapiasta, sosiaalipedagogisesta eläin-toiminnasta, eläinavusteisesta pedagogiikasta ja tavoitteellisesta eläinavusteisesta toiminnasta. Puutarhaluokkaan sisältyy puutarhaterapia, sosiaalinen ja terapeuttinen puutarhatoiminta, pedagoginen puutarhatoiminta sekä tavoitteellinen puutarhatoiminta. Maatilaluokkaan kuuluu terapia maa- tai metsätilympäristössä, kuntouttava toiminta maatilalla tai metsänhoidossa, pedagoginen toiminta maa- tai metsätilalla sekä tavoitteelliset maatila- tai metsätilavierailut. (Luke, THL & GCF ry 2018, 4-5.)

Green Care -palveluita voidaan soveltaa ja käyttää monilla eri toimialoilla. Green Care -toimintaan sopivat palvelut voidaan karkeasti jakaa sosiaali- ja

terveyspalveluihin, kasvatukseen sekä virkistys- ja hyvinvointipalveluihin. Sosiaali- ja terveyspalvelujen tuotannossa Green Care -toimintatapaa voidaan hyödyntää muun muassa fyysisessä, psyykkisessä ja sosiaalisessa kuntoutuksessa sekä hoidossa ja hoivassa. Lisäksi toimintatapaa voidaan käyttää kuntouttavassa työtoiminnassa ja päivätoiminnassa sekä asumispalveluihin liittyvässä toimintakyvyn ja hyvinvoinnin ylläpidossa ja edistämisessä. Kasvatuksen osalta Green Care -toimintatapa voi olla mukana muun muassa sosiaalipedagogisissa varhaisen tuen palveluissa ja lasten, nuorten ja perheiden ehkäisevän tuen palveluissa sekä varhaiskasvatuksessa, luontokouluissa ja kerho- ja harrastustoiminnassa. Virkistys- ja hyvinvointipalveluissa Green Care -toimintatapaa voidaan hyödyntää muun muassa erityisryhmien virkistyspalveluissa ja esteettömässä luontoliikunnassa sekä työhyvinvointipalveluissa ja luontoliikuntapalveluissa. Lisäksi toimintatapaa voidaan käyttää virkistyspalveluissa sekä hyvinvointi- ja luontomatka- ja luontomatkailupalveluissa. (Luke, THL & GCF ry 2018, 6.)

Green Care -toimintatapaan kuuluu kolme peruselementtiä. Peruselementit ovat luontoperustaisuus, kokemuksellisuus (toiminta) ja osallisuus (yhteisö). (Luke, THL & GCF ry 2018, 4.) Toiminnan hyvinvointivaikutukset syntyvät luonnon elvyttävyyden, kokemuksellisuuden ja osallisuuden kautta eli yhdistelemällä ja painottamalla eri tavoin Green Care -toiminnan peruselementtejä. Green Care -toimintatapaan kuuluu lisäksi kolme perusedellytystä, jotka ovat tavoitteellisuus, ammatillisuus ja vastuullisuus. (Soini & Vehmasto 2014, 11.)

### 5.1 Green Care -toimintatavan peruselementit

Green Care -toimintatavan kolme peruselementtiä ovat luontoperustaisuus (luonto), kokemuksellisuus (toiminta) ja osallisuus (yhteisö). Green Care -palveluissa luonto on toiminnan perusta, ei pelkästään tausta, jossa toiminta ja vuorovaikutus tapahtuvat. Green Care -toiminnassa keskeistä on ohjattu luontokokemus. Se suunnitellaan luonnon hyvinvointivaikutusten perustalle ja sen tarkoituksena on asiakkaiden tavoitteiden saavuttaminen. (Luke, THL & GCF ry 2018, 9.) Luontoa käytetään edistämään, vahvistamaan tai nopeuttamaan

asetettuja tavoitteita. Luonnon hyödyntäminen, eli toimiminen luonnossa, luonnon kanssa tai luonnon hyväksi, voi lisätä Green Care -toiminnan vaikuttavuutta. (Soini & Vehmasto 2014, 13.) Green Care -toiminnassa luontoelementti voi olla monenlainen. Se voi sijaita maalla tai kaupungissa ja se voi olla niin viherkasveja kuin kokonainen metsä. Luontoelementti voi olla erämaaluontoa, hoidettua metsää, vesistöjä, rantoja, puistoa, puutarhaa tai maatila. Lisäksi eläimet voivat olla toiminnan luontoelementti. Toimintaan voidaan tuoda luontoelementtejä myös luonnon materiaalien, äänien ja kuvien muodossa. (Luke, THL & GCF ry 2018, 9.)

Toinen peruselementti eli kokemuksellisuus on tärkeää luontoympäristössä ja sosiaalisessa ympäristössä. Se voi olla ohjattua aktiivista toimintaa tai luontoympäristön, kuten maisemien tai eläinten, havainnointia. Luonnon vaikutukset voivat olla sekä aktivoivia että rauhoittavia. Kokemuksellisuus yhdistää ihmisen luontoympäristöön sekä sosiaaliseen ympäristöön. Se mahdollistaa oppimisen ja osallisuuden tunteen. (Luke, THL & GCF ry 2018, 9.)

Kolmas Green Care -toimintatavan peruselementti on osallisuus. Osallisuuden tunteen mahdollistavat yhteisö, mielekäs tekeminen, mieleinen paikka tai eläimet. Asiakkaan osallisuuden tunne voi syntyä myös eläinten tai muiden luontoelementtien ja ympäristön kanssa vuorovaikutteisen kokemuksen myötä, mikä voi osaltaan myös mahdollistaa osallisuuden kokemusta muihin ihmisiin. Osallisuudella tarkoitetaan sitä, että ihminen kokee olevansa merkityksellinen osa kokonaisuutta, hän tulee kuulluksi ja kunnioitetuksi omana itsenään ja pystyy vaikuttamaan asioiden kulkuun. Osallisuuden tunteella on terveyttä tukeva vaikutus ja se lisää toiminnan vaikuttavuutta. (Luke, THL & GCF ry 2018, 10.)

## 5.2 Green Care -toimintatavan perusedellytykset

Kaikki luonnossa tapahtuva yhteisöllinen hyvinvointitoiminta ei ole Green Care -toimintaa, koska ne eivät täytä toimintatavan tunnusmerkkejä. Green Care -

toiminnan edellytyksenä on, että toimintaa harjoitetaan tavoitteellisesti, ammatillisesti ja vastuullisesti. Tavoitteellisuus, ammatillisuus ja osaaminen sekä vastuullisuus ovatkin Green Care -toimintatavan kolme perusedellytystä. (Soini & Vehmasto 2014, 13-14.)

Tavoitteellisuus tarkoittaa Green Care –palveluiden osalta tavoitteiden määrittelyä ja niiden toteutumisen seuranta. Tavoitteet määräytyvät palvelu- ja asiakastyypin mukaan tilannekohtaisesti ja niiden tulisi olla selkeästi ilmaistuja tai konkreettisia, jotta niiden toteutumisesta eli vaikuttavuutta voidaan seurata. Parhaassa tapauksessa palvelut räätälöidään asiakkaiden tavoitteiden mukaisiksi. Tavoitteiden kirjaaminen ja seuranta toimivat tärkeänä osana toiminnan laadunhallintaa. (Luke, THL & GCF ry 2018, 11.) Green Care -palveluissa laaditaan, toteutetaan ja seurataan henkilökohtaisia tai ryhmäkohtaisia asiakassuunnitelmia ja toimintaa toteutetaan pitkäjänteisesti ja loogisesti tavoitteiden mukaisesti. Green Care -toiminnassa palveluntarjoajalta sekä myös asiakkaalta vaaditaan sitoutumista tavoitteisiin. (Soini & Vehmasto 2014, 14.)

Palveluissa ohjauksen suunnitelmallisuus ja tavoitteellisuus ovat keskeisiä asioita kaikkien Green Care -toiminnan peruselementtien osalta. Tavoitteellisuus näkyy luontoperustaisuuden osalta siinä, että luonto on tärkeässä osassa palvelua ja sitä käytetään tietoisesti asiakkaan hyvinvointitavoitteiden edistämiseen. Ohjauksen tavoitteena on mahdollistaa kokemuksellinen yhteys luontoon, jolloin se ei ole vain taustaympäristö tai tekemisen kohde. Kokemuksellisuuden osalta tavoitteellisuus näkyy siinä, että luontokokemusta käytetään tietoisesti toiminnassa tai havainnoinnissa asiakkaan tavoitteiden saavuttamiseen. Tavoitteellisuus näkyy osallisuuden osalta siinä, että osallisuuden tunteen syntymistä tavoitellaan tietoisesti ja sen syntymistä tuetaan koko prosessin ajan. (Luke, THL & GCF ry 2018, 11.)

Toisena perusedellytyksenä on ammatillisuus ja osaaminen, joka voidaan Green Care -palveluiden tuottamisessa jakaa karkeasti kolmenlaiseen osaamiseen. Ensimmäisenä on ammatillisuus eli palvelun vaatima osaaminen, jolla tarkoitetaan riittävää pätevyyttä kyseessä olevan palvelun tarjoamiseen. Toi-

sena on Green Care -osaaminen, johon sisältyy luontoperustaisten toimintatapojen, kokemuksellisuuden sekä osallisuuden tunnetta lisäävä ohjausosaaminen. Luontoperustaisten toimintatapojen ohjausosaamisella tarkoitetaan ymmärrystä luonnon hyvinvointivaikutusten synnyn mekanismeista suhteessa asiakaslähtöisiin tavoitteisiin. Kolmantena on ohjaamisosaaminen sekä asiakkaan tukemisen ja kohtaamisen taidot, mitkä liittyvät sekä ammattipätevyyteen että Green Care -osaamiseen. (Luke, THL & GCF ry 2018, 12.)

Osaamisen tulisi näkyä kaikkien Green Care -palvelun peruselementtien näkökulmasta. Luontoperustaisuuden osalta osaamisen tulisi näkyä ohjaajan kykyinä osata luoda tilannekohtaiset edellytykset luonnon hyvinvointivaikutusten syntymiselle erilaisten toimintatapojen avulla asiakkaan tavoitteisiin perustuen. Osaaminen tulisi näkyä kokemuksellisuuden näkökulmasta ohjaajan kykyinä osata suunnitelmallisesti ohjata kokemuksellisuutta, siten että osallistujat voivat löytää ohjauksen avulla itselleen sopivan ja tavoitteita edistävän tavan kokea luontoympäristöä sekä sosiaalista ympäristöä. Ohjaajan tulee osata ottaa huomioon osallistujien yksilölliset tekijät. Osallisuuden näkökulmasta osaamisen tulisi näkyä siinä, että ohjaaja osaa tukea tavoitteellisesti osallisuuden tunteen syntymistä ja tukee asiakasta koko prosessin ajan. Green Care -palveluissa osaamista voidaan täydentää yhteistyön avulla ja verkostoitumalla eri toimijoiden kanssa, joten palveluun kokonaisuudessaan tarvittavan osaamisen ei tarvitse olla yhdellä henkilöllä. (Luke, THL & GCF ry 2018, 12.)

Kolmannella perusedellytyksellä eli vastuullisuudella tarkoitetaan sitä, että Green Care -toiminnan tulee olla vastuullista ja toiminnan vastuullisuus syntyy arvoista, eettisistä toimintatavoista ja laadusta. (Soini & Vehmasto 2014, 14.) Vastuullisuus määrittää toimijan laadukasta ja ympäristöä kunnioittavaa toimintaa. Vastuullisen toimijan tavoitteena on yhteiskunnan, yhteisön ja yksilön hyvinvoinnin edistäminen. Toiminnassaan vastuullinen toimija ottaa huomioon eri sidosryhmien tarpeet pyrkimällä johdonmukaisesti ja suunnitelmallisesti luomaan asiakkailleen ja sidosryhmilleen sosiaalista, ekologista ja usein lisäksi kulttuurista lisäarvoa, jolla on taloudellista merkitystä. Arvot ovat yhteydessä eri ammattialoille laadittuihin eettisiin periaatteisiin ja Green Care -palvelun

tuottamisen arvot onkin hyvä tuoda avoimesti esille. (Luke, THL & GCF ry 2018, 14.)

Green Care -toiminnalle on julkaistu omat eettiset ohjeet, jonka pääkohtiin kuuluvat ympäristövastuullisuus, sosiaalinen vastuullisuus ja asiakasvastuullisuus sekä yhteiskuntavastuullisuus. Vastuullisen toimintatavan näkökulmasta ympäristövastuullisuuteen kuuluu muun muassa ympäristön ja eläinten hyvinvoinnista ja turvallisuudesta huolehtiminen, luonnonvarojen kohtuukäyttö, ekologiset ja eettiset hankinnat, jätteiden lajittelu ja kierrätys sekä luonnon elvyttävyyden ja luontosuhteen arvostaminen. Sosiaaliseen vastuullisuuteen ja asiakasvastuullisuuteen sisältyy muun muassa syrjäytymisen ehkäisy ja osallisuuden vahvistaminen, vastuu asiakkaan kokonaisvaltaiseen hyvinvoinnin lisäämiseen pyrkimisestä, vastuu asiakaslähtöisten tavoitteiden selvittämisestä ja tavoitteiden asettamisesta sekä vastuu selkeästä palvelun sisällön, tavoitteiden ja perusteiden kuvauksesta sekä eettisestä markkinoinnista. Yhteiskuntavastuullisuuteen kuuluu muun muassa vastuu oman ammattialan lainsäädännön ja määräysten tuntemisesta, menetelmien ja toimintamuotojen vastuullinen käyttö, vastuu palveluntoteuttajan riittävästä ja ajantasaisesta ammattitaidosta, vastuu palvelun vaikuttavuudesta ja säännöllisestä vaikuttavuuden arvioinnista sekä vastuu Green Care -toiminnan arvostuksen lisäämisestä omalla yhteiskuntavastuullisella toiminnalla. (Luke, THL & GCF ry 2018, 14.)

### 5.3 LuontoHoiva ja LuontoVoima

Green Care -toiminta voidaan jakaa kahteen palvelumarkkinaan: LuontoHoivaan ja LuontoVoimaan. Jako tehdään asiakaskunnan, palvelujen ostajan ja järjestäjän sekä niihin kohdistuvien vaatimusten perusteella. (Soini & Vehmasto 2014, 15.) Green Care -palvelut eivät jakaudu luontohoivaan ja -voimaan yksiselitteisesti, vaan osassa palveluista molempien markkinoiden piirteet sekoittuvat. Asiakasryhmän laajuuden vuoksi LuontoVoiman palvelumarkkinat voivat olla huomattavasti laajemmat kuin LuontoHoivan. (Vehmasto 2014, 31.) Molemmille palveluryhmille ovat yhteiset Green Care -toiminnan peruselementit eli luontoperustaisuus, kokemuksellisuus ja osallisuus (Luke,

THL & GCF ry 2018, 8). Jakoa LuontoHoivaan ja LuontoVoimaan ei kuitenkaan voida tehdä yksinomaan toimialan perusteella, vaan siihen vaikuttaa nimenomaan tuotetun palvelun tavoite. Koska Green Care –toimintamuoto voidaan liittää moniin eri palveluihin, on tärkeää huomioida, että myös sosiaali- ja terveysalalla sekä kasvatusalalla voidaan tuottaa LuontoVoiman palveluja. Tällöin toiminnan tavoitteena ei ole kuntoutus tai terveyden parantaminen, vaan asiakkaiden virkistys. (Ruoho henkilökohtainen tiedonanto 7.9.2018.)

LuontoHoivan palvelut ovat sosiaali- ja terveysalan palveluja, jotka ovat pääosin julkisen sektorin järjestämisvastuulla. Palvelut on tarkoitettu erityistä tukea tarvitseville asiakasryhmille pitkäjänteiseen työskentelyyn. Asiakasryhmät käyttävät palveluja fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn tai kuntoutumisen tukena. (Luke, THL & GCF ry 2018, 8.) Palveluihin liittyy monia toimintaa ohjaavia säädöksiä ja monet palvelut edellyttävät palvelun tuottajalta sosiaali- tai terveysalan koulutusta. LuontoHoivan palvelujen ostaja ja käyttäjä ovat usein eri tahoja. (Soini & Vehmasto 2014, 15.) LuontoHoivan palvelujen tavoitteena on terveyden, toimintakyvyn tai elämänlaadun parantaminen asiakkaiden kuntoutus- tai hoitosuunnitelman mukaisesti. Palvelusta riippuen tavoitteet voivat liittyä myös kasvatukseen, virkistykseen tai yleiseen hyvinvointiin. (Vehmasto 2014, 31.)

LuontoVoiman palveluilla tarkoitetaan tavoitteellisia ja ohjattuja luontoperustaisia hyvinvointi-, harrastus- ja kasvatustalveluja. LuontoVoiman palvelut ovat tarjolla kaikille. Useimmiten palvelun käyttäjä maksaa palvelunsa itse. Palveluissa tulee huomioida niiden käyttäjien mahdollinen tuen tarve, joka voi vaatia erityisjärjestelyjä koskien muun muassa esteettömyyttä, ohjausta tai käytettäviä välineitä. LuontoVoiman palveluiden tuottajilta ei vaadita sosiaali- ja terveysalan koulutusta, mutta toiminnassa tulee noudattaa kunkin palveluntuottaja-alan suosituksia ja säädöksiä ja palvelun tuottajan tulee tuntea luonnon hyvinvointivaikutusten syntymekanismit. Palvelun tuottajalta edellytetään myös taitoja asiakkaan ohjaamisessa. Palvelun tuottajan tulee kuvata palvelun luontoperustaiset hyvinvointitavoitteet etukäteen tai räätälöidä ne yhdessä asiakkaiden kanssa yksilöllisesti. LuontoVoiman palveluiden tavoitteena on asi-

akkaiden yleisen hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen. Kertaluontoiset ja lyhytkestoisetkin luontokokemukset voivat helpottaa stressiä ja antaa voimavaroja, mutta pitkäkestoisia hyvinvointivaikutuksia tavoitellaan asiakaslähtöisesti erilaisin motivoinnin ja ohjauksen keinoin. Palvelun avulla voidaan esimerkiksi tukea omaehtoisten luontokokemusten lisääntymistä tai jatkumista vielä ohjauksen jälkeenkin. (Luke, THL & GCF ry 2018, 8.)

## 6 LUONNON HYVINVOINTIVAIKUTUKSET JA NIIDEN HYÖDYNTÄMINEN

Luonnolla on myönteinen merkitys ihmisen hyvinvoinnille ja se on tunnettu jo pitkään. Luontoon on menty rauhoittumaan ja rentoutumaan. Erityisesti metsä on ollut tärkeä elementti ja sieltä on haettu voimaa. Muutaman viime vuosikymmenen aikana on saatu entistä enemmän ja entistä vahvempaa näyttöä luonnon hyvistä vaikutuksista. (Särkkä, Konttinen & Sjöstedt 2013, 8.)

### 6.1 Luonnon hyvinvointivaikutukset

Luonnossa oleminen muun muassa vähentää stressiä ja parantaa keskittymis- ja ongelmanratkaisukykyä. Luonnossa oleminen lisää yhteenkuuluvaisuuden tunnetta ja osallistumisen halua. (Särkkä, Konttinen & Sjöstedt 2013, 8.) Ihminen käyttää fyysistä ympäristöään psyykkiseen itsesäätelyyn, ja tutkimuksissa on havaittu, että ihminen säätelee olotilaansa terveyttä edistävään suuntaan luontomielipaikoissa (Green Care -koordinaatiohanke & Luonnonvarakeskus 2018, 1). Luontoympäristön lisäksi myös eläimillä on myönteinen vaikutus ihmisen hyvinvointiin (Särkkä, Konttinen & Sjöstedt 2013, 8). Kontaktit eläinten kanssa vaikuttavat suoraan ihmisen fysiologiaan, esimerkiksi mielihyvähormonien tasojen nousulla ja stressihormonitasojen laskulla. Mielihyvähormonit parantavat sosiaalista vuorovaikutusta ja vähentävät stressin tai kivun tunnetta. Useissa eläininterventioissa on todettu verenpaineen laskeminen ja sykkeen



rauhottuminen. (Green Care -koordinaatiohanke & Luonnonvarakeskus 2018, 1.)

Luonto lisää myös liikunnan terveys- ja hyvinvointivaikutuksia ja saa ihmiset liikkumaan entistä enemmän verrattuna sisällä tapahtuvaan liikuntaan (Särkkä, Konttinen & Sjöstedt 2013, 8). Luontoaltistuksella on todettu olevan selvä yhteys kaupunkilaisten psyykkiseen hyvinvointiin ja jo lyhytkestoinenkin luontokäynti edistää palautumista stressistä ja parantaa mielialaa. Luontokäynnit näkyvät fysiologisina muutoksina, kuten sydämen sykkeen ja verenpaineen alenemisena sekä lihasjännityksen ja stressihormonipitoisuuksien vähenemisenä. Luontokontakteilla on lisäksi vaikutusta vastustuskyvyn paranemiseen ihon ja suoliston mikrobikannan monipuolistumisen ansiosta. Maatilaympäristöillä on astmalta ja allergialta suojaava vaikutus, mikä näyttää johtuvan runsaasta mikrobeille altistumisesta. Metsäympäristöillä on suuri vaikutus veren vasta-ainepitoisuuksiin ja elimistön puolustuskyvyn lisääntymiseen, mikä voi säilyä jopa viikon metsässä oleskelun jälkeenkin. (Green Care -koordinaatiohanke & Luonnonvarakeskus 2018, 1.)

Tutkimustulosten mukaan luontoympäristö elvyttää ja tuottaa hyvinvointia paremmin kuin rakennettu ympäristö. Tarkkaavaisuuden elpymisen teorian mukaan luontokokemukset aktivoivat sellaisia hermoston alueita, jotka eivät rakennetussa ympäristössä aktivoitu, mikä edistää suoriutumista tehtävissä ja vähentää stressiä ja masentuneisuutta. Uuvuttavien kokemusten tai tehtävien jälkeen kokemukset luonnossa edistävät tarkkaavaisuuden elpymistä. Kasvit, puut, vesistöt sekä maiseman korkeusvaihtelut miellyttävät luonnonympäristöissä eniten. Toinen teoria luontokokemuksen hyvinvointivaikutuksista on psykofysiologisen stressin vähenemisen teoria. Teorian mukaan positiiviset vaikutukset syntyvät alitajuisissa reaktioissa erilaisiin luonnon elementteihin. Elvyttävät kokemukset liitetään luontoympäristöihin ja –elementteihin, esimerkiksi pensasiin, puihin, kukkiin ja veteen. Luontoympäristössä verenpaine, syke, hengitystiheys, stressihormonien määrä ja lihasjännitys laskevat. Lisäksi mieliala ja myönteiset tunteet lisääntyvät. Elimistö palautuu kuormitusta edeltäneelle tasolle nopeammin luonnossa kuin rakennetussa ympäristössä. (Green Care -koordinaatiohanke & Luonnonvarakeskus 2018, 1.)

Ihmiset kokevat luonnon aistiensa avulla. Tuoksut palauttavat vahvoja muistoja ja niillä voidaan vaikuttaa ihmisen kokemaan hyvinvointiin. Esimerkiksi metsien sisältämien haihtuvien orgaanisten yhdisteiden eli VOC-yhdisteiden hengittämisellä on todettu olevan alentava vaikutus ihmisten verenpaineeseen. Useissa tutkimuksissa on selvinnyt, että luonnon näkeminen lisää hyvinvointia. Tutkimusten mukaan sinisillä ja vihreillä väreillä on rauhoittava, verenpainetta alentava sekä stressitasoa laskeva vaikutus. Luonnon äänillä on myös rauhoittava sekä stressiä ja verenpainetta alentava vaikutus. Lisäksi luonnon äänet auttavat ihmisiä rentoutumaan ja nukahtamaan. (Särkkä, Kontinen & Sjöstedt 2013, 25 & 27-28.)

Maisema- ja ympäristöarvostustutkimuksissa vesiympäristöt ja ranta-alueet ovat korostuneet ihmisten mielipaikkoina ja elvyttävinä ympäristöinä (Haavisto 2016). Vesi koetaan miellyttävänä luontoelementtinä ja veteen liittyvät elvyttävät kokemukset (Salonen 2018). Vesi on voimakas elementti ja se vaikuttaa kaikkiin aisteihin. Vesi elementtinä voi aktivoida ja toisaalta rauhoittaa. Ihmisen kokemusmaailma vaikuttaa kuitenkin vesielementin miellyttävyyteen. Esimerkiksi pienemmät joet ja lammet voidaan kokea mukavina, mutta koski tai meri voi aiheuttaa levottomuutta tai jopa pelkoa. (Tuohimetsä & Rantanen 2017.)

Meri- ja rannikkoympäristöjen vaikutuksia terveydelle ja hyvinvoinnille on esitelty Blue Gym -hankkeessa. Ihmiset ovat kokeneet enemmän muun muassa rauhallisuuden, rentoutumisen, eloisuuden ja virkistymisen tunnetta rannikkoympäristössä käynnin jälkeen verrattuna maaseutu ympäristöön tai kaupunkien vihreisiin ympäristöihin. Lounais-Englannissa asuvat perheet korostivat, että tärkeimmät terveysvaikutukset, joita he kokivat rannikkoalueilla asumisessa, olivat psyykkisiä. Terveysvaikutuksiin lueteltiin hauskanpidon kokeminen, stressin lievittyminen, sitoutuminen luontoon sekä kasvanut sosiaalinen ja perheen keskeinen vuorovaikutus ja fyysisesti aktiivisuuteen rohkaistuminen. Englannin rannikolla asuva väestö on kokenut itsensä terveemmäksi kuin sisämaassa asuva väestö. Rannikon läheisyyden positiiviset vaikutukset olivat suuremmat sosio-ekonomisesti huonommassa asemassa olevien keskuudessa. Tutkimuksessa havaittiin myös, että koskematon rannikonäkymä oli

yhteydessä korkeampaan virkistyvyyteen, verrattuna roskattuun rannikkoon. Tämä osoittaa, että roskattu rannikkoympäristö voi heikentää rannikon tarjoamia psykologisia hyötyjä. (World Ocean Networkin www-sivut 2013.)

## 6.2 Vesistöjen hyvinvointivaikutusten hyödyntäminen

Luonnon hyvinvointivaikutuksia voidaan hyödyntää monipuolisesti hyvinvointipalveluissa ja luonto- ja hyvinvointimatkailussa. Luontoa voidaan hyödyntää palveluissa uudenaikaisilla luontoa tai luonnon osaa hyödyntävillä ideoilla tai liittämällä luonto jo olemassa olevaan palveluun. Esimerkiksi Green Care -palvelut pohjautuvat juuri näihin luonnon hyvinvointi- ja terveysvaikutuksiin. (Särkkä, Konttinen & Sjöstedt 2013, 12.) Silloin kun Green Care -palvelun kulmakivenä toimii vesi tai vesistö, puhutaan Blue Care -toiminnasta (Tuohimetsä & Rantanen 2017). Blue Care -toiminnassa keskitytään vesistöalueisiin ja hyödynnetään erityisesti vesistöjen hyvinvointitekijöitä (Ylilauri & Yli-Viikari 2017, 33). Blue Gym -käsitteellä viitataan rannikkoympäristöjen käyttöön erityisesti edistämään terveyttä ja hyvinvointia lisäämällä liikuntaa, vähentämällä stressiä ja vahvistamalla yhteisöjä (World Ocean Networkin www-sivut 2013).

Luonnon hyvinvointivaikutusten hyödyntäminen matkailussa on painottunut viheralueisiin, kuten metsiin ja puistoihin. Vesistöjen merkitys hyvinvoinnin ja terveyden kannalta on vielä pitkälti hyödyntämättä. Vesistöillä on kuitenkin potentiaalia olla osana hyvinvointimatkailun sisällöntuotantoa. Vesistöt nähdään usein osana laajempaa luontomaisemaa, jossa vihreä ja sininen yhdistyvät. (Konu ym. 2017, 10.) Vesistöalueisiin keskittyvän Blue Care -toiminnan avulla voidaan kasvattaa vesistöalueiden ja saaristoluonnon kestäväää käyttöä erilaisien luontoavusteisten sosiaali- ja terveyspalveluiden sekä kasvatuspalveluiden yhteydessä. Vesiluonnon elementtejä käytetään elvyttävinä ympäristöinä sekä aktiivisen ja ihmisiä motivoivan toiminnan kohteina. (Ylilauri & Yli-Viikari 2017, 34.) Puutarha- ja maisemasuunnittelussa veden käyttö voi perustua veden tuottamaan äänimaisemaan, niin sanotusti lorinaan ja solinaan. Esimerkiksi hoitolaitosten puutarhoissa on usein lampi, jonka äärellä oleskelu rauhoittaa mieltä. (Tuohimetsä & Rantanen 2017.)

Esimerkkejä vesistöjä hyödyntävistä toimintamuodoista ovat merellä ja saaristoluonnossa tapahtuva kuntoutus ja aktivoiva sosiaalityö, luontoavusteinen pedagogiikka, Tyhy-palvelut sekä muut virkistys- ja hyvinvointipalvelut (Ylilauri & Yli-Viikari 2017, 34). Veden aktivoivaa ja rauhoittavaa vaikutusta hyödynnetään esimerkiksi vesiterapiassa, joka yhdistää fysio-, musiikki- ja toimintaterapiaa. Lisäksi vettä hyödynnetään ennaltaehkäisevässä työssä ja virkistyksestä. (Tuohimetsä & Rantanen 2017.) Luontoympäristöjen elvyttäviä ja rauhoittavia vaikutuksia hyödynnetään monissa matkailupalveluissa, kuten esimerkiksi saaristoretriiteissä, joissa jo pelkkä saaristoluonnon hiljaisuus ja luonnonmaisemien näkeminen voivat tuoda asiakkaille toivotun rauhoittumisen kokemuksen (Ylilauri & Yli-Viikari 2017, 34).

Veden elementtiä ja vesistöjä voidaan hyödyntää myös kasvatuspalveluissa monella tapaa. Ympäristökasvatuksen ja kestävä kehityksen tavoitteet ovatkin nykyisin kytkeyty päiväkotien, peruskoulun sekä ammatillisten oppilaitosten opetustarjontaan. Esimerkiksi kala ja kalastus tarjoavat hyviä mahdollisuuksia tutustua ruoan alkuperään ja reittiin. Hienoja esimerkkejä luontoon ja vesistöihin liittyvistä kuntouttavista ja kasvatuksellisista mahdollisuuksista ovat Kruunupyyn kansanopiston luontopainotteinen 10-luokka Base Camp sekä Veikkaalan koulu Pohjanmaalla. Kruunupyyn kansanopiston 10-luokalta valmistuneet nuoret ovat päässeet hyvin mukaan ammatillisiin opintoihin ja nuorten elämäntilanne on kokonaisuudessa selkiintynyt. Oppilaat Veikkaalan koulussa ovat päässeet tutustumaan kalastajan työhön ja opettelemaan kalankäsittelyä sekä lopulta nauttimaan itsevalmistetusta kala-ateriasta. (Ylilauri & Yli-Viikari 2017, 34-35.)

Kalastusta ja muuta luonto- ja eläinavusteista toimintaa voidaan hyödyntää myös lastensuojelun työtehtävissä sekä mielenterveystyössä. Esimerkiksi yhdessä jaettu kalastuskokemus nuoren ja aikuisen välillä tai samassa tilanteessa olevien nuorten kesken on hyvä tapa kasvattaa keskinäistä luottamusta. Mielenterveystyössä luonto- ja eläinavusteinen toiminta soveltuu sekä avoimuuden piirissä asiakkaiden kuntoutumiseen että psykiatristen sairaaloiden toimintaan. Tästä hyvänä esimerkkinä on Vanhan Vaasan oikeuspsykiatrinen

sairaala, jossa on järjestetty päiväretkiä Merenkurkun saaristoon. Retket ovat sisältäneet muun muassa ulkoilua, veneilyä, kalastamista, saunomista sekä uimista. (Ylilauri & Yli-Viikari 2017, 36.)

Aktiviteetteja, joissa hyödynnetään vettä ja vesistöjä, voivat olla esimerkiksi kalastus, melominen, saunominen, uiminen ja lintubongaus (Tuohimetsä & Rantanen 2017). Muita esimerkkejä vesistöalueiden monipuolisesta liikunnallisesta tarjonnasta ovat muun muassa veneily, sup-lautailu, vesijuoksu sekä laitesukellus. Vesistöjä voidaan hyödyntää myös patikoinnin ja ranta-alueilta vesiluonnon tarkkailun avulla. Vuodenajat tuovat oman lisänsä aktiviteettimahdollisuuksiin, kuten retkiluisteluun, jäällä patikointiin, lumikenkäilyyn sekä avantouintiin. Lisäksi saaristoluonnosta löytyy paljon mahdollisuuksia seikkailupedagogiikan sovelluksille, jotka sopivat erityisesti lapsille ja nuorille. Suomesta löytyy myös paljon pitkospuita, kalastuspaikkoja ja lintutorneja, jotka soveltuvat pyörätuolin käyttöön. Lisäksi on saatavilla erilaisiin tarpeisiin soveltuvia kanootteja sekä muita urheilu- ja liikuntavälineitä, jotka helpottavat luonnossa liikkumista. Esimerkiksi saaristoretkillä pystytään käyttämään katamaraaneja, joihin myös pyörätuolilla liikkuvat pääsevät helposti ja joissa voidaan kalastaa myös pohjassa olevan aukon kautta pilkkimällä. (Ylilauri & Yli-Viikari 2017, 34.)

## 7 VESISTÖJEN HYÖDYNTÄMINEN MATKAILUSSA

Vesistömatkailun merkitys on vahvistunut hyvinvointi- ja luontomatkailun sisältötuotannossa (Konu ym. 2017, 9). Vesistömatkailulla tarkoitetaan matkailua, joka tapahtuu erilaisissa vesistöissä ja jossa yleensä korostuu jonkin tietyn aktiviteetin harrastaminen (Renfors 2016, 9). Vesistömatkailu koostuu saaristo- ja rannikkomatkailusta sekä muusta vesistömatkailusta. Saaristo, merialueet ja vesistöt ovat maailmanlaajuisesti matkailun vetovoimaisimpia alueita ja vesistömatkailu on matkailun vetovoimaisimpia osia. (Saaristoasiain neuvottelukunta 2017, 11 & 40.) Rannikkoympäristöjen positiiviset vaikutukset ihmisten

terveyteen ja hyvinvointiin sekä ihmisten mieltymys viettää vapaa-aikaansa rannikolla on kasvattanut vesistömatkailua Euroopassa (World Ocean Networkin www-sivut 2013).

Esimerkiksi Euroopassa merkittäviä saaristoisia vesistöalueita on noin 15 maalla. Niihin lukeutuvat muun muassa Välimeren maat, jotka ovat suosittuja purjehdusmatkakohteita. Ruotsissa Tukholman saaristo on suosittu vesistömatkailukohde. Siellä saaristoliikenteen matkailukäyttöön on tuoteistettu useita erilaisia risteilyjä sekä ”island hopping” -paketteja mahdollistamaan kätevä liikkuminen saarten välillä. Norjan Lofootit ovat myös merkittävä vesistöalue ja erittäin suosittu kansainvälinen matkakohde. Skotlanti on hyvä esimerkki onnistuneesta tuoteistamisesta vesistömatkailun näkökulmasta. Skotlannissa on onnistuttu tuoteistamaan ”saarihyppely” ja tuotu hienosti esille paikalliset tuotteet ja eksoottiset nähtävyydet. Puolan Masurian järvialue on erittäin suosittu muun muassa saksalaisten matkailijoiden keskuudessa. Järvialueella harrastetaan melontaa, veneilyä, kalastusta, moottorikelkkailua, pilkkiongintaa, jääpurjehdusta sekä jääsurffausta. Kalastusmatkailun näkökulmasta merkittäviä alueita ovat muun muassa Pohjoismaat, Irlanti sekä Rügenin saari. (Saaristoasiain neuvottelukunta 2017, 48-51.)

## 7.1 Vesistöjen hyödyntäminen Suomessa

Suomessa vesistöjen hyödyntämisen mahdollisuudet virkistyskäytössä ja matkailussa on tiedostettu jo pitkän aikaa (Konu ym. 2017, 9). Suomella onkin erinomaiset mahdollisuudet ja edellytykset kehittää vesistömatkailuaan. Ja jo nyt Suomessa monet suurimmista matkailukohteista ja -tapahtumista tukeutuvat vesistöihin, mereen ja saaristoihin. Suomi on maailman vesistöisin maa ja suurimpia saaristomaita Euroopassa. Luonto, järvet, puhtaat vedet, rauha, hiljaisuus ja pohjoinen eksotiikka kuuluvat Suomen tunnetuimpiin vetovoimatekijöihin. (Saaristoasiain neuvottelukunta 2017, 40.) Suomen järvet on nähty ja nähdään vielä nykyäänkin keskeisenä elementtinä sekä matkailuvaltina perisuomalaisen maiseman ja yleisen Suomi-kuvan kannalta (Konu ym. 2017, 9).

Suomessa vesistöjä voidaan hyödyntää monella tapaa matkailussa. Vesistöjen hyödyntämiseen liittyvät muun muassa kalastusmatkailu, erilaiset talvi- ja kesäaktiviteetit, risteilyt sekä uusimpana hyvinvointimatkailu. Suomen talvi tuo vesistömatkailuun uusia puolia. Talven kylmyys ja jää ovat hienoja erityispiirteitä ja tuovat oman sisältönsä muun muassa seikkailumatkailulle. (Konu ym. 2017, 9-10.) Saaristoasiain neuvottelukunnan saaristo- ja vesistömatkailun selvityshankkeen loppuraportissa on lueteltu vesistömatkailun näkökulmasta tärkeitä asiakokonaisuuksia tuotteistamisen kannalta. Niitä ovat vesiretkely, ulkoilu, veneily, vapaa-ajankalastus sekä luonto- ja muu matkailu. Lisäksi vesistöön liittyvät käyntikohteet sekä reitti- ja risteilylaivaliikenne sisävesillä ja rannikkoalueilla ovat tärkeitä asiakokonaisuuksia. (Saaristoasiain neuvottelukunta 2017, 40.)

Vesistömatkailu on kehittynyt viime vuosina monessa suhteessa. Edistysaskeleita on ollut esimerkiksi monien kaupunkien ja maaseutumaisten kuntien kasvanut mielenkiinto vesistö- ja ranta-alueiden kehitystyöhön. Myönteisiä muutoksia on ollut myös se, että monet entiset linnake-, majakka- ja merivartiensaaret sekä kansallispuistot ja retkeilyalueet ovat onnistuneesti muuttuneet matkailukohteiksi. Lisäksi mökkeily on vahvistunut määrällisesti ja laadullisesti sekä uusia vesiaktiviteetteja on kehitetty ja kehitys on mennyt eteenpäin. Kehitystä on myös ollut se, että rannikko- ja sisävesimatkustajalaivaliikenteen, veneilyn sekä kalastusmatkailun vetovoima on säilynyt. (Saaristoasiain neuvottelukunta 2017, 12.) Vesistömatkailua on pyritty kehittämään erilaisten hankkeiden avulla. Esimerkiksi Merellinen saaristo -hanke kuuluu Suomen matkailun kasvun ja uudistumisen tiekartan 2015-2020 yhdeksi kärkihankkeeksi. Hankkeen tarkoituksena on kehittää saaristomatkailun tuotetarjontaa sekä määritellä yhtenäinen saaristo-brändi. Saaristo-brändillä pyritään parantamaan rannikkoalueen mahdollisuuksia houkutella kansainvälisiä matkailijoita. Hankkeessa pyritään myös määrittelemään tärkeimmät matkailukeskittymät, joita kehittämällä saavutettavuus ja palveluinfrastruktuuri saariston osalta saadaan vastaamaan matkailijoiden edellyttämää laatutasoa. (Visit Finlandin www-sivut 2018.)

## 7.2 Vesistömatkailuun vaikuttavia trendejä

Suomen luontomatkailuun vaikuttavia trendejä on paljon. Koska vesistömatkailu katsotaan osaksi luontomatkailua, monet trendeistä vaikuttavat myös vesistömatkailuun. Trendeistä näkyy ihmisten kasvava kiinnostus hyvinvointia ja terveyttä kohtaan sekä kiinnostus vesistöjen hyvinvointia edistäviin vaikutuksiin.

Yksi trendeistä on ikääntyvät matkailijat ja niiden määrän kasvu. Ikääntyvien matkailijoiden määrä kasvaa tulevaisuudessa väestön ikääntyessä. Ikääntyviä matkailijoita kiinnostaa erityisesti hyvinvointi ja heillä matkustusmotiivina on usein terveyteen liittyvät syyt. He matkustavat parantamaan sairautta tai ylläpitämään hyvinvointiaan. (Konu ym. 2017, 11.) Kiinnostus hyvinvointia ja terveyttä kohtaan näkyy myös muissa matkailijasegmenteissä ja matkustusmotiiveissa. Esimerkiksi työelämän kiire ja toimintaympäristön muutokset ovat muuttaneet ihmisten arvomaailmaa ja kulutustottumuksia. Matkailijat kaipaavat matkoiltaan kokemuksellisuutta ja uusia elämyksiä ja niistä on tulossa niin sanottua uutta luksusta. Hyvä esimerkki tällaisesta uudesta luksuksesta on terveys- ja hyvinvointipalvelut. Luonnosta ja vihreästä ympäristöstä on tulossa kaupungeissa asuville ihmisille luksusta. Tulevaisuudessa myös vesistöympäristöt voivat tarjota vastaavanlaista hyötyä ja luksusta hyvinvoinnin kannalta matkailussa. Uuteen luksukseen liittyvät hiljaisuus, rauha ja vetäytyminen ja ne sopivatkin hyvin suomalaiseen luonto- ja vesistömatkailuun. (Konu ym. 2017, 19.)



## 8 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

### 8.1 Laadullinen opinnäytetyö

Opinnäytetyön tutkimusmenetelmä on laadullinen eli kvalitatiivinen menetelmä. Laadullinen tutkimus on ihmisten maailman ilmiöiden tutkimusta sosiallisessa ympäristössä. Tutkimuksen avulla parannetaan, kehitetään tai uudistetaan tutkittavaa kohdetta. Sen tavoitteena on lisätä ymmärrystä, mahdollistaa erilaisia tulkintoja, antaa asioille merkityksiä sekä tuottaa asioista mallinnuksia. Laadullisen tutkimuksen tarkoitus ei ole pyrkiä yleistettävyyteen, vaan tutkimuksen avulla pyritään saamaan tutkittavasta asiasta syvempi ymmärrys. (Pitkäranta 2014, 8-9, 13, 22.)

Laadullinen tutkimus soveltuu parhaiten tilanteisiin, kun ilmiöstä ei ole tietoa, teorioita tai tutkimusta ja ilmiöstä halutaan saada syvälinen näkemys ja hyvä kuvaus (Kananen 2017, 33). Valitsin laadullisen tutkimusmenetelmän, koska tässä opinnäytetyössä tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä ei ole paljon tietoa, tutkimusta eikä teorioita ja työssä on tarkoituksena saada ilmiöstä hyvä näkemys ja kuvaus. Mielestäni laadullinen tutkimus oli oikea menetelmä työn tavoitteiden saavuttamiseksi.

### 8.2 Tutkimusaineiston keruumenetelmä

Tutkimusaineisto kerätään haastatteluiden avulla. Haastattelut toteutetaan yksilöhaastatteluina lukuun ottamatta yhtä haastattelua, joka toteutetaan ryhmähaastatteluina. Tutkimushaastattelut jaetaan yleensä kolmeen ryhmään, jotka ovat strukturoidut eli lomakehaastattelut, teemahaastattelut sekä avoimet haastattelut (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 208-209).

Tässä opinnäytetyössä haastattelumuotona on teemahaastattelu. Teemahaastattelu on avointa haastattelua strukturoidumpi, mutta lomakehaastattelua avoimempi. Siinä haastattelun aihepiirit eli teema-alueet ovat ennalta tiedossa,

mutta kysymysten tarkka muoto ja järjestys puuttuvat. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 208-209.)

Haastattelu etenee ennalta määritettyjen teemojen varassa yksityiskohtaisten kysymysten sijaan. Haastattelun teema-alueet ovat kaikille haastateltaville samat. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 48.) Valitsin haastattelumuodoksi teemahaastattelun, koska lomakehaastattelu tai avoin haastattelu eivät olisi sopineet tämän tutkimuksen aineistonkeruumenetelmiksi. Lomakehaastatteluilla ei olisi saatu työn tutkimuksen kannalta tarpeeksi kattavaa ja yksityiskohtaista tietoa. Avoin haastattelu ei olisi taas ollut tarpeeksi strukturoitu tutkimuksen tavoitteiden kannalta.

Teemahaastattelun teemojen avulla pystytään tarkentamaan sitä tietoa, mitä tutkimuksella halutaan saavuttaa. Tästä syystä teemahaastattelu sopi tämän työn tutkimukseen parhaiten. Haastattelut toteutettiin joko puhelinhaastatteluna tai Skypen kautta. Haastatteluiden ajankohta oli huhtikuussa 2018.

Tässä opinnäytetyössä haastatteluiden teema-alueita on kolme. Teema-alueet ovat Blue Care -käsite, Blue Care -toiminta sekä Blue Care – Green Care. Ensimmäisessä teema-alueessa käsitellään Blue Care -käsitteen määritelmää ja määritelmän perusteita. Toisessa teemassa käsitellään Blue Care -toiminnan toteuttajia sekä minkälaista toiminta on. Viimeisessä teema-alueessa käsitellään Blue Caren ja Green Caren eroja. Haastattelurunko löytyy työn liitteistä (Liite 1).

### 8.3 Tutkimusaineiston analysointimenetelmä

Haastatteluaineiston analyysissä ensimmäinen vaihe on haastattelun litterointi eli tekstiksi muuttaminen. Litteroinnin tarkkuustasoon vaikuttavat tutkimuskysymys ja analyysitapa. Jos haastattelussa keskitytään puheen sisältöön eikä tapaan, jolla haastateltava sitä tuottaa, ei tarvitse litteroida esimerkiksi taukoja tai äänenpainoja. Jos analyysitapana käytetään sisällönanalyysia, analysoi-

daan haastattelussa puhuttuja sisältöjä. Tässä tapauksessa on tärkeää litteroida kaikki analysoitavan ongelman kannalta keskeisinä pidetyt puheen piirteet. (Ruusuvuori & Nikander 2017, 427, 430.)

Tämän opinnäytetyön haastatteluissa pääpaino on puheen sisällöllä eikä tavalla, jolla puhetta tuotetaan. Tutkimusaineiston analysointimenetelmänä käytetään sisällönanalyysia. Tästä syystä haastattelut litteroidaan yleiskielisesti. Yleiskielisessä litteroinnissa teksti muunnetaan kirjakielelle poistaen murre- ja puhekielen ilmaisut (Kananen 2017, 135).

Tutkimusaineisto analysoidaan käyttämällä sisällönanalyysia. Sisällönanalyysin avulla voidaan analysoida dokumentteja systemaattisesti ja objektiivisesti. Dokumentit voivat olla miltei mitä tahansa kirjalliseen muotoon saatettuja materiaaleja, kuten kirjoja, artikkeleita, haastatteluja tai raportteja. Sisällönanalyysin menetelmällä pyritään saamaan kuvaus tutkittavasta ilmiöstä tiivistetyssä ja selkeässä muodossa. Analyysi tehdään kadottamatta aineiston sisältämää informaatiota ja sillä pyritään lisäämään aineiston informaatioarvoa selkeyttämällä hajanaista aineistoa. Analyysin avulla aineisto saadaan muotoon, josta voidaan tehdä selkeitä ja luotettavia johtopäätöksiä tutkittavasta ilmiöstä. (Tuomi & Sarajarvi 2018, 117 & 122.)

Tässä opinnäytetyössä sisällönanalyysi tehdään aineistolähtöisesti. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissa on kolme vaihetta, jotka ovat aineiston redusointi eli pelkistäminen, aineiston klusterointi eli ryhmittely ja abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen. Ensimmäiseksi sisällönanalyysissa alkuperäinen aineisto pelkistetään siten, että aineistoista karsitaan tutkimukselle epäolennaiset asiat pois. Pelkistäminen voidaan toteuttaa esimerkiksi siten, että aineistosta etsitään tutkimustehtävää kuvaavat ilmaisut. Samaa kuvaavat ilmaisut merkitään esimerkiksi samalla värillä ja tällä tavoin erotellaan eri ilmaisut toisistaan. Tämän jälkeen nämä pelkistetyt ilmaukset listataan allekkain eri konseptille. Seuraava vaihe on aineiston klusterointi eli ryhmittely. Tässä vaiheessa aineistosta etsitään samankaltaisuuksia ja/tai eroavaisuuksia kuvaavia käsitteitä. Samankaltaiset ilmaukset ryhmitellään omiksi luokiksi ja näin muo-

dostetaan alaluokat. Alaluokat nimetään käsitteellä, joka kuvaa luokan sisältöä. Tässä vaiheessa luodaan pohja tutkimuksen perusrakenteelle sekä luodaan alustavia kuvauksia tutkimuskohteesta. Aineiston luokittelua jatketaan alaluokkia yhdistelemällä muodostaen yläluokkia ja yläluokkia yhdistelemällä muodostaen pääluokkia. Luokat nimetään aineistosta nousevan ilmiötä kuvaavan aiheen mukaan. Lopuksi muodostetaan yhdistävä luokka, joka on yhteydessä tutkimustehtävään. Viimeisessä vaiheessa eli aineiston abstrahoinnissa eli käsitteellistämässä erotetaan tutkimuksen kannalta olennainen tieto, jonka perusteella muodostetaan teoreettisia käsitteitä. Käsitteellistämistä jatketaan yhdistelemällä luokituksia, niin kauan kuin se on mahdollista aineiston sisällön näkökulmasta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122-125.)

#### 8.4 Haastateltavat

Tutkimusaineisto kerätään haastattelemalla asiantuntijoita, jotka työskentelevät Blue Care -toiminnan parissa. BlueSata-hankkeen edustajat olivat valinneet kolme haastateltavaa sen perusteella, että nämä työskentelevät Blue Care -toiminnan parissa. Lisäksi Saara Tuohimetsä tuli mukaan haastatteluun Päivi Eskelisen ehdotuksesta. Haastateltaviin kuuluvat Päivi Eskelinen, Saara Tuohimetsä, Pia Smeds sekä Kirsi Salonen.

Päivi Eskelinen, Saara Tuohimetsä ja Pia Smeds työskentelevät Luonnonvarakeskuksessa tutkijoina. Päivi Eskelinen on ollut mukana muun muassa sinisen biotalouden ohjelmassa ja tutkinut vesistöihin liittyviä teemoja, kuten luonnonvarojen, erityisesti kalaluonnonvarojen, käyttöä sekä vapaa-ajan kalastusta. Saara Tuohimetsä on ollut mukana LuoKSe-hankkeessa, jonka kautta on tullut mukaan Blue Care -aihepiiriin ja ollut mukana eri projekteissa Luonnonvarakeskuksessa. Pia Smeds on tutkinut luontoympäristön vaikutuksia oppimiseen ja ollut mukana Blue Care -projekteissa. Kirsi Salonen on psykologi ja psykoterapeutti ja erikoistunut eko -ja ympäristöpsykologiaan. Hänen väitöskirjansa liittyy luonnon hyvinvointivaikutuksiin sekä Green Care -toimintaan ja -palveluihin. Hän on käyttänyt, kehittänyt ja tutkinut luontointerventioita, joihin veden elementtikin kuuluu vahvasti.

## 9 TUTKIMUSTULOKSET

Seuraavaksi esitellään tutkimusaineistosta saadut tutkimustulokset. Tutkimustulokset käsitellään haastatteluiden kolmen teema-alueen pohjalta, jotka ovat Blue Care -käsite, Blue Care -toiminta sekä Blue Care – Green Care. Uuden käsitteen määrittelemisen ja tieteellisen keskustelun takia tutkimustulosten esittelyssä tuodaan esiin se, mikä näkemys on kunkin asiantuntijan näkemys.

### 9.1 Blue Care -käsite

#### 9.1.1 Miten Blue Care -käsite tulisi määritellä?

Blue Care -käsite on luotu käsite. Käsite on syntynyt siinä vaiheessa, kun eri biotaloudet ovat tulleet keskustelun alle. Biotalousiin kuuluvat sininen, keltainen, punainen sekä vihreä biotalous. Green Care sijoittuu vihreän biotalouden alle ja tästä syystä on ajateltu, että Blue Care voisi sijoittua sinisen biotalouden alle. Blue Care -käsite ei ole käytössä myöskään muissa maissa, vaikka sen kaltaista toimintaa toteutetaan jonkin verran ulkomailla. Haastateltavien mukaan muissa maissa Blue Caren kaltaiselle toiminnalle ei varmaankaan ole käsitettä ollenkaan.

Haastateltavien näkemykset eroavat jonkin verran siinä, miten Blue Care tulisi määritellä. Päivi Eskelinen näkee, että suomalainen tulkinta Blue Caresta olisi viisasta olla rinnakkaiskäsite Green Carelle. Kirsi Salonen näkee Blue Care -käsitteen määritelmän Green Caren alalajina tai -käsitteenä. Eskelisen mukaan Blue Care -käsitteen määritelmä on ajateltu samantapaisena kuin Green Care -käsitteen määritelmä. Määritelmien erona olisi se, että Blue Caressa ympäristönä toimisivat vesistöt. Eskelisen mukaan määritelmän lähtökohtana tulisi olla suomalaisen Green Caren jako kahteen palvelumarkkinaan eli LuontoHoivaan ja LuontoVoimaan. Saara Tuohimetsä on samaa mieltä siitä, että Blue Care -käsite voitaisiin määritellä LuontoHoivan ja -Voiman kautta, koska sellaiset laatumerkit ovat jo olemassa. Salosen mukaan käsitteen määritelmän

tulisi perustua samoihin luontoon liittyviin hyvinvointivaikutuksiin sekä teorioihin ja tutkimuksiin kuin Green Caressa.

*”Sillä tavalla toivoisin, että siitä ei lähdettäisi muokkaamaan mitään erillistä, Green Caresta erillistä ilmiötä tai tällaista systeemiä. Tärkeää muistaa kuitenkin, mitä tutkimus ja teoria sanoo näistä hyvinvointivaikutuksista. Että tutkimustausta olisi siellä vahvasti perustana.” [Kirsi Salonen]*

Pia Smeds taas näkee Blue Caren enemmän vihreän hoivan rinnakkaisterminä ja tästä syystä määritelmän tulisi olla samantapainen vihreän hoivan määritelmän kanssa eli niin sanotusti ”sininen hoiva”.

*”Ottaisin varmaankin sen vihreän hoivan määritelmän ja laittaisin sen siniseen ympäristöön. Sitä se oikeastaan on.” [Pia Smeds]*

Kaikki haastateltavat ovat yhtä mieltä siitä, että Blue Care -käsitteen määrittelyssä tulee huomioida se, että Blue Caren tulee olla ammatillista, tavoitteellista ja pitkäjänteistä toimintaa sekä hyödyntää vesiympäristöä. Toiminnassa täytyy olla koulutukset kohdillaan ja huomioida kompetenssit ja laatuvaatimukset. Toisin sanoen, mikä tahansa vesiympäristössä toteutettu toiminta ei kuuluisi Blue Care -toimintaan. Toiminnassa täytyy näkyä elinkeinonäkökulma.

*”Mikä hyvänsä omaehtoinen harrastus järven rannalla ei välttämättä ole Blue Carea, vaikka se onkin hyväksi ihmiselle.” [Päivi Eskelinen]*

Haastatteluissa nostettiin esille veden sijainnin merkitys hyvinvointihyötyjen osalta, mikä olisi hyvä huomioida Blue Care -käsitteen määritelmässä. Salosen mukaan tutkimuksissa on selvinnyt, että veden hyvinvointihyödyt ovat erilaiset sen mukaan, missä vesi sijaitsee. Ympäristöstä, jossa on veden lisäksi myös muita luonnon elementtejä ja joka ei sijaitse keskellä rakennettua ympäristöä, saadaan parhaimmat hyödyt hyvinvoinnin edistämisen kannalta. Salo-

sen mukaan ympäristöt, joista löytyy monenlaisia elementtejä ja joista saadaan moniaistisia kokemuksia ovat parhaimpia hyvinvoinnin edistämisen kannalta.

Smeds nosti esille sen, että jos kuntouttava toiminta toteutetaan esimerkiksi uimahallissa, se ei välttämättä kuulu Blue Care -toimintaan, vaikka toimintaan veden elementti sisältyykin. Smedsin mukaan ympäristön kuntouttavaan vaikutukseen vaikuttaa ympäristön kokonaisuus. Ympäristön kokonaisuuteen taas vaikuttavat monet asiat, kuten sää, äänet ja hiljaisuus, vesistöjen kunto sekä muut esteettiset asiat.

Salonen nosti esille lisäksi veden elementin erityispiirteet, jotka tulisi huomioida Blue Care -käsitteen määrittelyssä. Tutkimusten mukaan ihmiset kokevat veden äärellä, esimerkiksi meren tai järven rannoilla, usein tilan tuntua. Tällaisissa tilan tunnun paikoissa ihmiset kokevat lisäksi vapautumisen ja avautumisen tunnetta, hengittämisen helppoutta sekä näkökulmien avautumista. Palveluiden tuottajien olisi hyvä huomioida veden elementtiin liittyvät erityispiirteet ja tällä tavoin räätälöidä sellaisia palveluita, joissa nämä erityispiirteet on tietoisesti huomioitu. Blue Care -palveluissa voitaisiin hyödyntää näitä erityispiirteitä esimerkiksi tavoitteiden asettamisessa.

### 9.1.2 LuontoHoiva ja LuontoVoima

Haastateltavien näkemykset eroavat myös siinä, sisältääkö Blue Care LuontoHoiva- sekä LuontoVoimapuolet, kuten Green Care. Kirsi Salonen, Päivi Eskelinen ja Saara Tuohimetsä näkevät asian niin, että Blue Care sisältää molemmat puolet. Salosen mukaan perusteluna näkemykselle on se, että veden äärellä tuotetut palvelut toimivat samalla mekanismilla kuin muualla luonnossa tuotetut eli Green Care -palvelut.

Pia Smeds taas näkee Blue Caren erillisenä käsitteenä Blue Wellbeingistä tai Blue Healthistä. Tässä tapauksessa Blue Care sisältää LuontoHoivapuolen ja

Blue Wellbeing sekä Blue Health käsittävät LuontoVoimapuolen. Smedsin mukaan Blue Care on kuntouttavaa toimintaa ja se on suunnattu syrjäytymisriskissä oleville henkilöille ja sellaisille, jotka tarvitsevat jonkinlaista tukea. Blue Wellbeing ja Blue Health liittyvät enemmän matkailuun ja hyvinvointiin ja sitä käyttävät henkilöt, jotka itse kokevat, että tarvitsevat tällaista toimintaa ja kokevat siitä olevan hyötyä heille. Tämä jako perusteltiin sillä, että toimitaan paljon englanninkielisessä ympäristössä ja tällä hetkellä Blue Care -käsitettä määritellään ja selvitetään hankkeessa, jossa on Suomen lisäksi mukana myös muita Pohjoismaita ja siitä syystä käsitteen määrittelyä halutaan lähestyä pohjoismaisesta näkökulmasta. Blue Care ja Blue Wellbeing -käsitteiden erottaminen helpottaa yhteistyötä maiden välillä, koska siten voidaan puhua samoista asioista samoilla termeillä. Verrattuna siihen, että Blue Care -käsitettä lähestyttäisiin suomenkielisestä määritelmästä, kuten Green Caressa, koska Pohjoismaissa Green Careen katsotaan kuuluvaksi vain LuontoHoivan palvelut. Lisäksi perusteluna on se, että tällä hetkellä ei ole tavoitteena luoda uutta yhdistystä Blue Care -toiminnalle, kuten Green Carelle on luotu ja tästä syystä Blue Care -käsitteelle ei haluta samantapaista määritelmää kuin Green Care -käsitteelle on Suomessa tehty.

*”Me toimimme aika paljon englanninkielisessä ympäristössä, joten on helpompi puhua Blue Caresta ja Blue Wellbeingistä, koska siten meidät ymmärretään maailmalla paljon helpommin. Kuin että me lähestymme sitä suomenkielisestä määritelmästä niin kuin Green Carella esimerkiksi.” [Pia Smeds]*

*”Tämä hanke missä olemme selvittäneet tätä, se on myös pohjoismainen hanke ja siksi me olemme pitäneet juurikin sitä pohjoismaista näkökulmaa siinä. Koska me olisimme riidoissa heidän kanssaan, jos alkaisimme väittämään, että Blue Care on esimerkiksi kalastusmatkailua. Kun me tehdään tätä myös hanke pohjalta, niin määrittelemme tätä yhteistyökumppaneiden kanssa, jotta voidaan puhua samasta asiasta samoilla sanoilla.” [Pia Smeds]*



Osa haastateltavista ei näe kuitenkaan ongelmaa omalle Blue Care -määritelmälle Suomessa, joka eroaisi muiden maiden määritelmistä. Saara Tuohimetsä ei näe omalla määritelmällä olevan merkitystä, koska toiminta kuitenkin toteutetaan Suomessa.

*”Ei sillä varmaan ole väliä, jos se sitten kuitenkin on meillä toteutettua toimintaa. Sitten se on meidän määritelmä.” [Saara Tuohimetsä]*

Lisäksi Kirsi Salonen kehuu Suomen Green Care -määritelmää siitä syystä, että Suomen määritelmässä on tiukat kriteerit LuontoHoivan palveluille ja määritelmässä on otettu tarkoin huomioon, mikä toiminnassa nimenomaan on hyvinvointia edistävää ja tukevaa. Määritelmässä painotetaan tieteellisyyttä ja se pohjaa tutkimuksiin ja teorioihin.

*”Tämä on ollut tärkeä linjan veto. Se ei ole vain pelkästään jotain puuhastelua luonnossa, vaan me olemme tietoisia siitä, että mikä siinä puuhastelussa on nimenomaan sitä hyvinvointia edistävää ja tukevaa. Se ei ole sattumanvaraista.” [Kirsi Salonen]*

Salosen mukaan monet eurooppalaiset LuontoHoivaksi määritellyt palvelut eivät täyttäisi Suomen LuontoHoivan kriteerejä. Salonen onkin sitä mieltä, että suurin osa muiden Pohjoismaiden ja muun Euroopan LuontoHoivan palveluista kuuluisi oikeastaan LuontoVoiman palveluihin.

## 9.2 Blue Care -toiminta

### 9.2.1 Minkälaista Blue Care -toimintaa Suomessa on?

Haastatteluissa nousi esille se, että Blue Caren tapaista toimintaa on ollut Suomessa jo kauan aikaa. Vanhimmat esimerkit liittyvät siihen, että henkilöt ovat hakeutuneet kalastajien luo päästäkseen töihin, jotta pystyisivät pysymään

erossa niin sanotuista paheista. Henkilöillä on ollut ongelmia esimerkiksi alkoholin kanssa ja he ovat halunneet kalastuksen ja merellä olon avulla pysyä päihteistä erossa ja raitistua. Toisena esimerkkinä ovat henkilöt, jotka ovat työ-kuntoutuksen avulla olleet auttamassa esimerkiksi korjaamaan verkkoja tai avustamassa jatkojalostuksessa.

Nykyäänkin Blue Care -toimintaa on, vaikka se on aika vähäistä eikä kaikkea toimintaa ole tiedostettu niin sanotusti Blue Care -toiminnaksi. Kuitenkin sellaista toimintaa on, joka sopisi hyvin Blue Care -toiminnan alle. Esimerkiksi joitakin Green Care -palveluja tuotetaan veden äärellä tai niissä hyödynnetään veden elementtiä, mutta niitä ei vielä mielletä Blue Care -palveluiksi eikä niistä käytetä Blue Care -termiä.

*”Blue Care on ehkä vähän samanlailla, että sitä tehdään, mutta kukaan ei ole vielä lokeroinut vielä tavallaan. Kukaan ei ole vielä antanut sille nimeä.” [Pia Smeds]*

*”Varmaan jo nyt joitakin Green Care -palveluja tuotetaan esimerkiksi rantamaisemassa, mutta sitä ei mielletä Blue Careksi.” [Saara Tuohimetsä]*

Saara Tuohimetsän mukaan muun muassa hyvinvointimatkailun puolelta löytyy jo nyt palveluja, jotka sopisivat lähes valmiina tuotepaketteina Blue Care -toiminnan alle. Pia Smedsin mukaan tutkimukset tähän teemaan liittyen ovat olleet enemmän vihreiden ympäristöjen merkityksestä hyvinvoinnille, mutta vähitellen tutkimuksia sinisen ympäristön merkityksestä hyvinvoinnille alkaa olemaan.

Pia Smedsin mukaan konkreettisia esimerkkejä Blue Care -toiminnasta ovat muun muassa erilaiset työkokeilut ja muu työtoiminta. Niissä erilaiset ryhmät ovat päässeet osallistumaan kalastukseen ja sen eri vaiheisiin muun muassa paikkaamalla verkkoja tai rakentamalla veneitä. Ryhmät ovat muodostuneet esimerkiksi vanhuksista tai päihdekuntoutujista. Tällaisen tekemisen avulla on

autettu henkilöitä kuntoutumaan ja tällä tavoin pääsemään kiinni normaaliin arkeen.

*”Olen ollut seminaareissa mukana, joissa on ollut todella mahtavia esimerkkejä siitä, miten eri ryhmiä on integroitu tavallaan kalastukseen mukaan ja kalastuksen eri vaiheisiin. Siten, että heillä on jotakin tekemistä. Juurikin sellaista työtoimintaa ja työkokeiluja. Paljon liittyy juurikin työhön. Siitä on hyviä esimerkkejä.” [Pia Smeds]*

Haastatteluissa Päivi Eskelinen ja Kirsi Salonen nostivat esille erityisesti Sini-nauhaliiton hankkeet, joissa juurikin päihdekuntoutujia on viety luontoon ja kalastamaan. Eskelisen mukaan eri puolilta Suomea löytyy myös kalastusoppaita, jotka tarjoavat kalastuspalveluja henkilöille, joiden on normaalisti vaikea päästä vesille kalastamaan. Oppaat omistavat sellaista kalustoa, joiden avulla pystyvät viemään muun muassa pyörätuolilla liikkuvia henkilöitä kalaan. Tällaisista kalastusoppaista nostettiin esille erityisesti Juha Happonen, joka on ikään kuin onnistunut nostamaan edellä mainitun toiminnan omaksi erilliseksi brändikseen ja on lisäksi ollut kehittämässä toimintaan tarvittavia apuvälineitä. Pia Smedsin mukaan Suomesta löytyy lisäksi kalastajia, jotka ovat auttaneet erityisesti lapsia ja nuoria työkokeilujen tai muun toiminnan avulla. Nuoret, jotka ovat jääneet ilman opiskelupaikkaa tai eivät ole saaneet töitä, ovat päässeet työkokeiluun kalastuksen pariin ja tällä tavoin saaneet normaalista työelämästä kiinni. Tällaisilla työkokeiluilla on autettu myös nuoria, joilla on ollut ongelmia päihteiden ja huumeiden kanssa.

Esimerkkinä Blue Care -toiminnasta Pia Smeds kertoi lisäksi oikeuspsykiatrisen Vanhan Vaasan sairaalan toiminnan. Siellä kuntoutujia viedään meriympäristöön esimerkiksi kalastamaan tai melomaan. Blue Carea toteutetaan ja tutkitaan myös erilaisten hankkeiden avulla. Pia Smeds kertoi esimerkiksi hankkeesta, jossa kohderyhmänä ovat lapset ja nuoret sekä lisäksi maahanmuuttajat. Tavoitteena hankkeessa on selvittää minkälainen vaikutus vesiympä-

päristöllä ja kalastuksella voisi olla nuorten tukemiseen syrjäytymisen estämiseksi sekä miten tämän kaltaisen toiminnan avulla voitaisiin saada kotoutettua maahanmuuttajat paremmin.

Lisäksi Päivi Eskelinen kertoi pohjoismaisesta ja valtakunnallisesta hankkeesta. Blue Care -termiä pyritään määrittelemään pohjoismaisessa sinisen biotalouden tiekarttahankkeessa. Isossa valtakunnallisessa hankkeessa selvitetään, minkälaisia hyvinvointipalveluja eli toisin sanoen Blue Care -palveluja sisävesistä voidaan kehittää. Haastateltavat kertoivat, että he ovat itse olleet mukana Blue Care -toiminnassa tutkijan ja kehittäjän roolissa sekä olleet osallisena erilaisissa hankkeissa. Kirsi Salonen käyttää myös työssään Blue Caren toimintatapoja. Salosen mukaan veden elementti on ihan yhtä oleellinen kuin muutkin luonnon elementit.

#### 9.2.2 Toiminnan kohderyhmät ja kysyntä

Haastateltavien mielestä Blue Care -toiminta sopii melko lailla samoille kohderyhmille kuin Green Care -toiminta. Pia Smedsin mielestä kohderyhmiä tulisi lähestyä siitä näkökulmasta, kuka palvelun tuottaa ja kuka toimii maksajana. Tässä nousevat esille kaksi eri kohderyhmää tai palvelumarkkinaa, kuten Green Caressakin, eli sosiaali- ja terveysala ja erityisopetus sekä yksityiset henkilöt ja matkailijat. Erityisesti Blue Care -toiminnan kohderyhmiksi Päivi Eskelinen nosti sellaiset henkilöt tai ryhmät, joiden on normaalisti vaikea päästä vesille tai vesien äärelle. Vesistöjen moniaistillisuus ja erilainen ympäristö voivat olla erityisen kiinnostavaa ja herättävää tällaisille henkilöille. Saara Tuohimetsä oli samaa mieltä vesistöjen virkistävästä vaikutuksesta.

*”Erityisesti sellaiset ryhmät, joiden on muuten vaikea päästä sinne vesille tai vesien äärelle. Heille siitä moniaistillisuudesta ja erilaisesta ympäristöstä voisi olla eniten, en tiedä voiko sanoa hyötyä, mutta voisi olla kiinnostavaa, herättävää.” [Päivi Eskelinen]*

*”Juurikin se, että vesiympäristö on niin voimakas elementti jo pelkäästään niiden aistikokemusten vuoksi. Sillä voi olla todella iso virkistäväkin vaikutus, vaikka olisi kyse työhyvinvoinnista tai muusta.” [Saara Tuohimetsä]*

Blue Care -toiminnalle katsottiin olevan kysyntää, Kirsi Salosen mukaan erityisesti siinä tapauksessa, jos Blue Care nähdään Green Caren alakäsitteenä. Potentiaalisiksi palvelunostajiksi Saara Tuohimetsä nosti erityisesti ikäihmiset, koska ikääntyvien määrä lisääntyy ja eliniänodote on kasvanut. Ikäihmisten keskuudesta voi löytyä potentiaalisia palvelujen käyttäjiä, joilta löytyy ostopotentiaalia.

### 9.2.3 Tulevaisuus Blue Caren osalta

Haastateltavat näkevät, että Blue Care -toiminnalla on mahdollisuus laajentua ja mennä eteenpäin. Yksi asia, joka vaikuttaa myös Blue Care -toimintaan, on Pia Smedsin mukaan sosiaali- ja terveysalan uudistus. Uudistus voi mahdollistaa sen, että myös pienet yrittäjät voivat myydä sosiaali- ja terveysalan palvelujaan. Siihen liittyy lisäksi ihmisten valinnanvapaus koskien sosiaali- ja terveysalan palveluja. Blue Caren osalta uudistus voi olla mahdollisuus tai uhka, riippuen siitä, miten se etenee.

Suurimpana asiana Blue Care -toiminnan laajentumisen kannalta nostettiin esille tutkimuksen ja tiedon lisääminen teemaan liittyen sekä tietoisuuden lisääminen. Kun tietoisuutta lisätään ja Blue Caresta saadaan tunnetumpi termi, se voi mahdollistaa uutta yrittäjyyttä sekä luoda uusia mahdollisuuksia yrittäjille.

*”Varsinkin yrittäjille tämä luo uusia mahdollisuuksia, koska siten he voivat kertoa mitä he tekevät ja myydä sitä eri lailla. Se on brändi periaatteessa.” [Pia Smeds]*

Erityisesti toiminnan laajentumisen kannalta Pia Smedsin mukaan on tärkeää saada mitattuja terveysvaikutuksia vedestä ja vesiympäristöstä. Tällä tavoin voidaan todentaa Blue Care -toiminnan terveysvaikutukset ja kertoa, mitä hyötyä Blue Care -toiminnasta tosiasiaissa on.

*”Toinen tärkeä on se, että saadaan näitä mitattuja terveysvaikutuksia, jotta voidaan oikeasti sanoa, mitä hyötyä Blue Care -toiminnasta on. Saa sen ihan numeroina paperilla, vähän kuin reseptilääke.” [Pia Smeds]*

Lisäksi Smedsin mielestä tärkeää olisi saada nostettua esille hyviä esimerkkejä Blue Care -toiminnasta yrittäjille ja palveluntuottajille sekä ostajille. Tällä tavoin voidaan näyttää, että yrittäjien ja palveluntuottajien kannattaisi olla mukana tällaisessa toiminnassa ja ostajien kannattaisi käyttää näitä palveluja. Toiminnan laajentumiseksi ja tietoisuuden lisäämiseksi tarvitaan markkinointia ja brändäystä. Blue Care -termistä täytyy saada tunnettu termi, jotta yrittäjät ja palveluntuottajat voivat hyödyntää sitä markkinoidessaan ja myydessään palvelujaan.

*”Ja sitten, että saadaan hyviä esimerkkejä, nostettua esille lippulaivaesimerkkejä. Saadaan nostettua niitä esille muille yrittäjille ja toimijoille, ja oikeastaan lähinnä ostajille. Saadaan esimerkkejä, että tämä toimii ja tätä kannattaa tehdä. Ja yrittäjille, että meidän kannattaisi olla myös mukana tämän kaltaisessa toiminnassa. Voisin kuvitella, että tähän liittyy aika paljon markkinointia.” [Pia Smeds]*

*”Vaatii vähän brändäystä tämä Blue Care, että se tunnustetaan ja hoksataan.” [Saara Tuohimetsä]*

Tietoisuuden lisäämisen ja markkinoinnin lisäksi Päivi Eskelisen mukaan Blue Care -toiminnan laajentumisen kannalta oleellista ovat hyvät tuotteet ja palvelut. Eskelisen mielestä erilaisille ryhmille tulee tarjota erilaisia tuotteita. Saara

Tuohimetsä näki, että erityisesti matkailun puolella Blue Care -palvelupaketti voi olla melko lailla samanlainen, mitä yrittäjät jo nyt tarjoavat.

*”Ainakin tietysti tarvittaisiin sellaista tietoisuutta, että jonkunhan täytyy tuottaa palveluita ja jonkun täytyy ostaa niitä palveluja, joita on olemassa. Pitäisi toisaalta olla hyviä tuotteita, mutta myöskin niitä ostajia.” [Päivi Eskelinen]*

*”Ja sitten se palvelupaketti voi olla melko lailla sama kuin mitä esimerkiksi yrittäjät nyt tarjoavat matkailupakettina. Näkisin ehkä, että Blue Care voi olla sellainen sivuelinkeino sille jo olemassa olevalle yrittäjälle. Kunhan vain se tietoisuus lisääntyy.” [Saara Tuohimetsä]*

Uusia mahdollisuuksia Päivi Eskelinen näki esimerkiksi vesistöjen monimuotoisuudessa. Vesi on myös jäätä ja lunta, joten siitä pystyisi kehittämään uudenlaisia tuotteita ja palveluita. Eskelinen ja Tuohimetsä liittäisivät Blue Caren mielellään myös hyvinvointimatkailuun, koska vesistöt ja vesimaiseman käyttö matkailussa on ollut ja on jatkossakin yleistä ja merkittävä asia. Tärkeänä pointtina tuotteiden ja palveluiden osalta Eskelinen ja Tuohimetsä nostivat esille saavutettavuuden. Eskelisen mukaan tälläkin hetkellä muun muassa Lapissa ja Kuusamossa tuotetaan hienoja palveluja vesistöjä hyödyntäen, mutta ne eivät houkuttele tarpeeksi erityisesti ulkomaalaisia matkailijoita syrjäisen sijaintinsa vuoksi. Haastateltavien mielestä tulisi kehittää sellaisia palveluita, joita tuotetaan kaupunkien lähellä ja sellaisilla alueilla, joissa ihmiset liikkuvat. Esimerkiksi palveluilla, joita tuotetaan lähellä Helsinkiä ja joiden kesto on noin puoli päivää, voisi olla hyvin paljon kysyntää.

*”Nimenomaan se saavutettavuus on tosi iso kysymys tässä. Jos vaikka joku olisikin valmis itse maksamaan siitä, mutta jos sitten esimerkiksi ne taksikustannukset sen palvelun luokse nousevat niin isoiksi verrattuna sen palvelun hintaan, sitten se jää hankkimatta.” [Saara Tuohimetsä]*

### 9.3 Blue Care – Green Care

#### 9.3.1 Blue Caren sijoittuminen Green Careen

Haastateltavat näkevät, että Blue Care on yhteydessä Green Careen, eikä sitä kannata kokonaan pitää erillisenä ilmiönä. Päivi Eskelinen näkee sen olevan rinnakkaista Green Carelle ja Kirsi Salonen näkee sen olevan niin sanotusti Green Caren alalaji tai -käsite. Saara Tuohimetsä sulauttaisi Blue Caren Green Caren kanssa jollain tavalla samaan kategoriaan, koska luonto on sekä vihreää että sinistä.

*”Tavallaan minä ehkä sulauttaisin sen sinne samaan sekamelskaan. Jos on LuontoHoiva ja LuontoVoima, niin se luonto on vihreää ja sinistä.” [Saara Tuohimetsä]*

Perusteluna omalle näkemykselleen Salonen nosti esille sen, että sekä Green Care että Blue Care perustuvat luonnon hyvinvointivaikutuksiin ja siihen tutkimustietoon, mikä hyvinvointivaikutuksista on olemassa. Luonnon hyvinvointivaikutusten tutkimuksissa luontoon sisällytetään vihreän luonnon lisäksi vesiluonto. Tutkimusnäyttöä ei ole siitä, että vihreän ja sinisen luonnon hyvinvointivaikutukset perustuisivat erilaiseen syntymekanismiin. Vihreän ja sinisen luonnon välillä toki löytyy erityispiirteitä, mutta hyvinvointivaikutukset syntyvät samalla tavalla.

Pia Smeds nosti esille myös sen, että on turhaa luoda kokonaan uutta järjestelmää toisen järjestelmän vierelle, koska loogisesti Blue Care sopisi Green Caren tai vihreän hoivan järjestelmien ja laatuvaatimusten sisälle. Tästäkään syystä Blue Carea ei siis kannata pitää Green Caresta kokonaan erillisenä käsitteenä.



### 9.3.2 Miten Blue Care ja Green Care eroavat toisistaan?

Haastateltavien mielestä Blue Care on hyvin pitkälti samanlaista kuin Green Care. Näiden kahden erona on toimintaympäristö. Blue Care tapahtuu vesiympäristössä, vesistöissä ja rannikolla. Päivi Eskelisen mukaan Green Caren ja Blue Caren toimintaympäristöt mahdollistavat kuitenkin erilaista tekemistä ja erilaisia aktiviteetteja.

Saara Tuohimetsä nosti esille sen, että vesistöissä ja vesiympäristössä korostuu vielä enemmän moniaistisuus verrattuna muuhun luontoympäristöön. Pia Smedsin mukaan Blue Care -toiminnassa eläimet eivät ole niin suuressa merkityksessä, kuin ne Green Care -palveluissa voivat olla. Smedsin mukaan Blue Care -toiminnassa suuremmissa merkityksessä on työ eli konkreettinen ja fyysinen tekeminen vesiympäristössä.

Lisäksi, koska toimintaympäristöt ovat Green Caren ja Blue Caren osalta erilaiset, Smedsin mukaan toimintaan liittyvät erilaiset riskit. Koska Green Care ja Blue Care ovat hyvin samanlaista toimintaa, näiden kahden erottamisessa pitäisi Smedsin mielestä tarkastella kokonaisuutta. Ihminen käyttää kaikkia aistejaan tietyssä ympäristössä, joten tulisi tarkastella sitä, mikä on se määräävä tekijä. Tuohimetsän mielestä tulisi ajatella sitä, mikä aktiviteetti on kyseessä ja toimitaanko suoraan vesistön kanssa vai onko vesistö vain osa ympäristöä, jossa aktiviteettia toteutetaan.

## 10 YHTEENVETO

Tämän opinnäytetyön tutkimusongelmat on jaoteltu kahteen pääongelmaan ja kahteen alaongelmaan. Ensimmäinen pääongelma on ”Mitä Blue Care on?”. Pääongelmaan liittyvät kaksi alaongelmaa ”Miten Blue Care -termi määritellään ja rajataan?” sekä ”Miten Blue Care sijoittuu Green Careen eli millä tavoin ne eroavat toisistaan?”. Työn toisena pääongelmana on ”Minkälaista Blue

Care -toimintaa Suomessa on?”. Seuraavaksi vastataan tutkimusongelmiin tutkimuksesta saatujen tulosten perusteella.

### 10.1 Mitä Blue Care on?

Tutkimustulokset osoittavat, että Blue Care nähdään Green Carea vastaavana toimintana, joka tapahtuu vesiympäristössä. Blue Care -toiminnan tulee olla ammatillista, tavoitteellista ja pitkäjänteistä toimintaa sekä hyödyntää vesiympäristöä. Tutkimustuloksista käy ilmi Blue Care -termin määritelmän kannalta kaksi eroavaa näkemystä.

Toisen näkemyksen mukaan Blue Care -termin määritelmä nähdään samantapaisena Green Care -termin määritelmän kanssa. Päivi Eskelinen näkee Blue Caren rinnakkaiskäsitteenä Green Carelle ja Kirsi Salonen näkee sen Green Caren alalajina tai -käsitteenä. Määritelmän lähtökohtana voisi olla Päivi Eskelisen ja Saara Tuohimetsän mukaan suomalaisen Green Caren kaksi palvelumarkkinaa LuontoHoiva ja LuontoVoima. Salosen mukaan Blue Caren määritelmän tulisi perustua samoihin luonnon hyvinvointivaikutuksiin ja niitä koskeviin teorioihin ja tutkimuksiin kuten Green Care. Perusteluna sille, että myös Blue Care sisältää LuontoHoivan ja LuontoVoiman on Salosen mukaan se, että vesiympäristössä tuotetut palvelut toimivat samalla mekanismilla kuin muualla luonnossa tuotetut eli Green Care -palvelut.

Pia Smedsin näkemyksen mukaan Blue Care -termi olisi rinnakkaistermi vihreälle hoivalle eli Green Caren LuontoHoivalle. Smedsin mukaan Blue Care sisältää LuontoHoivan, kun taas käsitteet Blue Wellbeing tai Blue Health käsitteivät LuontoVoiman. Smedsin perusteluna tälle näkemykselle on se, että Blue Care -termin määrittelyä halutaan lähestyä pohjoismaisesta näkökulmasta, koska käsitettä määritellään ja selvitetään yhdessä muiden Pohjoismaiden kanssa. Blue Care sekä Blue Wellbeing ja Blue Health -käsitteiden erottaminen helpottaa yhteistyötä eri maiden välillä.

Tutkimustuloksissa käy ilmi, että Blue Care nähdään olevan yhteydessä Green Careen eikä sitä kannata pitää kokonaan erillisenä ilmiönä. Salonen perusteli asian sillä, että molemmat perustuvat samoihin luonnon hyvinvointivaikutuksiin ja siihen tutkimustietoon, joka näistä hyvinvointivaikutuksista on olemassa. Lisäksi, koska Suomessa Green Carelle on laadittu järjestelmät ja laatuvaatimukset, joiden sisälle Blue Care loogisesti sopisi, Smedsin mukaan olisi turhaa pitää Blue Carea kokonaan erillisenä käsitteenä Green Caresta ja luoda uutta järjestelmää toisen vierelle. Tutkimustulosten perusteella Blue Care ja Green Care ovat hyvin pitkälti samanlaista toimintaa, joiden erona on toimintaympäristö.

## 10.2 Minkälaista Blue Care -toimintaa Suomessa on?

Tutkimustuloksissa käy ilmi, että Blue Caren tapaista toimintaa on Suomessa ollut jo kauan aikaa. Toiminta on liittynyt pääosin kalastukseen. Nykyään Suomesta löytyy myös muunlaista toimintaa, joka sopisi hyvin Blue Care -toiminnan alle. Esimerkkinä näistä ovat muun muassa veden elementtiä hyödyntävät Green Care -palvelut. Lisäksi hyvinvointimatkailun puolelta löytyy palveluja, jotka sopisivat Blue Care -toiminnan alle. Blue Care -toimintaa toteutetaan ja tutkitaan Suomessa myös hankkeiden avulla. Eri hankkeissa muun muassa määritellään Blue Care -termiä ja selvitetään, minkälaisia hyvinvointipalveluja sisävesistä voidaan kehittää sekä selvitetään vesiympäristön ja kalastuksen vaikutuksia lasten ja nuorten tukemiseen syrjäytymisen estämiseksi.

Tutkimustuloksissa selvinneet konkreettiset esimerkit Suomessa toteutettavasta Blue Care -toiminnasta liittyvät pääosin kalastukseen ja sen eri vaiheisiin. Erilaisten työkokeilujen ja muun toiminnan avulla on autettu muun muassa vanhuksia ja päihdekuntoutujia, sekä lapsia ja nuoria, jotka ovat jääneet ilman opiskelupaikkaa tai töitä tai joilla on ongelmia päihteiden kanssa. Toiminnan avulla on autettu henkilöitä kuntoutumaan ja tällä tavoin pääsemään normaaliin arkeen tai työelämään kiinni. Esimerkkinä Blue Care -toiminnasta ovat

myös kalastusoppaiden tarjoamat kalastuspalvelut henkilöille, joiden on normaalisti vaikea päästä vesille kalastamaan. Palvelujen avulla muun muassa pyörätuolilla liikkuvat henkilöt pääsevät vesille kalastamaan.

## 11 POHDINTA JA LUOTETTAVUUSTARKASTELU

Koen, että opinnäytetyön tutkimus onnistui hyvin yleisellä tasolla. Aloittaessani opinnäytetyöni, Blue Care ei ollut minulle aiheena tuttu. Onnistuin kuitenkin mielestäni tutkimuksen toteuttamisessa melko hyvin. Opinnäytetyötä tehdessäni pieniä vaikeuksia aiheutti teoriaosuuden sisällön päättäminen ja oikeiden lähteiden löytäminen. Sain ohjaajaltani vinkkejä hyvistä lähteistä teoriaosuuteen ja loppujen lopuksi sain kirjoitettua aiheeseen oleellisesti liittyvän teoreettisen viitekehyksen. Työssä toteutetut haastattelut onnistuivat hyvin ja niistä saatiin työn tutkimuksen kannalta olennaista tietoa. Haastatteluiden toteuttaminen onnistui helposti puhelimen ja Skypen välityksellä. Tutkimusta toteutettaessa ainoaksi ongelmaksi koitui se, että kaikkia alun perin valittuja haastateltavia ei onnistuttu haastattelemaan. Tutkimuksessa onnistuttiin kuitenkin haastattelemaan neljää asiantuntijaa, joilta saatu tieto oli tutkimuksen kannalta hyvin olennaista. Jos haastateltavia olisi ollut enemmän, olisi se toki tuonut työhön vielä lisää näkökulmia ja sisältöä. Haastatteluista saadusta aineistosta saatiin vastauksia työn tutkimusongelmiin.

Luotettavuuden näkökulmasta mielestäni tutkimus onnistui melko hyvin. Opinnäytetyön luotettavuutta tarkastellaan luotettavuuskäsitteiden avulla. Ne ovat niin sanottuja mittareita ja niillä arvioidaan työn tutkimustulosten hyvyttä. Yleiset luotettavuusmittarit tieteelliselle tutkimukselle ovat reliabiliteetti ja validiteetti. Reliabiliteetilla tarkoitetaan tulosten pysyvyyttä eli sitä, jos tutkimus uusitaan, saadaan samat tutkimustulokset. Validiteetti tarkoittaa sitä, että tutkitaan oikeita asioita. (Kananen 2017, 175.) Tämän opinnäytetyön haastatteluaineisto ja tutkimustulokset ovat asiantuntijoiden omia näkemyksiä ja mielipiteitä työn tutkimusaihetta kohtaan. Jos tutkimus uusittaisiin haastatteleamalla

samoja asiantuntijoita ja haastattelun toteuttaisi sama haastattelija, luultavasti saataisiin samankaltaisia tuloksia. Asiantuntijoiden näkemykset ja mielipiteet voivat kuitenkin muuttua, mikä vaikuttaisi haastatteluaineiston sisältöön ja näin ollen tutkimuksen tuloksiin. Haastatteluissa saatuihin vastauksiin vaikuttaa myös se, kuka haastattelun toteuttaa.

Jos tutkimus uusittaisiin haastatteleamalla eri asiantuntijoita, tutkimustulokset olisivat tietysti erilaiset, vaikka tutkimusongelmat ja haastattelurunko olisivatkin samat. Validiteetin osalta tämä tutkimus on luotettava. Työn tutkimus toteutettiin teemahaastatteluiden avulla. Haastateltavat olivat asiantuntijoita, jotka työskentelevät Blue Care -aihepiirin parissa. Työssä on esitelty haastateltavat ja perusteltu, miksi heidät on valittu haastatteluihin. Työssä on esitelty, mitä haastatteluissa on tutkittu ja haastattelurunko on sisällytetty työn liitteisiin. Haastattelut nauhoitettiin, jonka jälkeen ne litteroitiin tekstimuotoon. Haastatteluaineistoista saatu tieto liittyi tutkimuksen aiheeseen ja siitä saatiin vastauksia työn tutkimusongelmiin.

Toimeksiantajan palaute tälle opinnäytetyölle on positiivista ja työ vastaa toimeksiantajan vaatimukseen. ”Opinnäytetyö tuo ansiokkaasti esiin eri asiantuntijoiden näkemyksiä Blue Care -termistä. Opinnäytetyössä esitellään myös Suomessa käynnissä olevaa Blue Care -toimintaa. Blue Caresta ei juurikaan ole kirjoitettu Suomessa, joten opinnäytetyö toimii myös tieteellisen keskustelun avauksena Blue Care -termin käyttöön. Opinnäytetyö täyttää toimeksiantajan sille asettamat vaatimukset hyvin.” (Uusiniitty-Kivimäki & Iijolainen henkilökohtainen tiedonanto 13.11.2018.)

Tällä tutkimuksella saatiin uutta tietoa Blue Care -termistä ja -toiminnasta. Tutkimuksen avulla saatiin selville uusia näkökulmia ja näkemyksiä veden ja vesistöjen hyödyntämisen mahdollisuuksista Blue Caren kannalta. Tutkimuksella saatiin näkökulmaa siihen, mitä Blue Care on ja miten termi voitaisiin määrittellä. Tutkimuksen avulla saatiin näkemyksiä ja ideoita liittyen siihen, mitä tarvitaan Blue Care -toiminnan laajentumiseen. Uusien tutkimusaiheiden kannalta Blue Care on aihepiirinä hyvin laaja. Koska se on aiheena ja käsitteenä niin uusi, siihen liittyviä tutkimusmahdollisuuksia on paljon ja jatkossa aihetta

varmasti tullaan tutkimaan, selvittämään ja kehittämään lisää. Tämän työn tutkimuksen kannalta nousi esille uusien tutkimusmahdollisuuksien osalta erityisesti yrittäjien ja palveluntuottajien kiinnostuksen selvittäminen Blue Care -toimintaa kohtaan. Alun perin tässä työssä oli tarkoitus lisäksi selvittää satakuntalaisten yrittäjien kiinnostusta toimintaan, mutta se rajattiin jo työn aloitusvaiheessa pois, ettei työstä olisi tullut liian laaja. Tutkimusaiheena se olisi varmasti hyödyllinen. Toisena tutkimusmahdollisuutena, joka nousi esille tämän tutkimuksen jälkeen, on olemassa olevan Blue Care -toiminnan tarkempi selvittäminen ja kartoittaminen. Aiheen näkyvyyden ja toiminnan kehittämisen kannalta tarkempi kartoitus toiminnasta Suomessa sekä onnistuneiden esimerkkien esilletuonti olisi hyödyllistä.

## LÄHTEET

Eskelinen, P. & Tuohimetsä, S. 2018. Tutkija, Luonnonvarakeskus. Skype-haastattelu 20.4.2018. Haastattelijana Saija-Riina Kero. Muistiinpanot haastattelijan hallussa.

Green Care Finlandin www-sivut. 2018. Viitattu 30.3.2018. <http://www.gcfinland.fi/>

Green Care -koordinaatiohanke & Luonnonvarakeskus. 2018. Luontoperustaisten palveluiden ja luontokontaktien terveysvaikutukset. Suomalainen Green Care -tietokortti 3. <http://www.gcfinland.fi/tiedostopankki/497/GreenCare-tietokortti-3-painovalmis.pdf>

Green Care -tiedonvälityshankkeen www-sivut. 2018. Viitattu 9.11.2018. <http://www.gcsatakuntasamk.fi/>

Haavisto, P. 2016. Vedestä hyvinvointia. <https://www.luke.fi/vedesta-hyvinvointia/>

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Kananen, J. 2017. Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Konu, H., Tyrväinen, L., Pesonen, J., Tuulentie, S., Pasanen, K. & Tuohino, A. 2017. Uutta liiketoimintaa kestävästä luontomatkailusta ja virkistyskäytön ympärille – Kirjallisuuskatsaus. Valtioneuvoston kanslia. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 45/2017. Viitattu 14.3.2017. [http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/79836/45\\_VIRKEIN\\_.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/79836/45_VIRKEIN_.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Luke, THL & GCF ry. 2018. Suomalainen Green Care – LuontoHoivan ja LuontoVoiman laatutyökirja. Luonnonvarakeskus, Terveystieteiden tutkimuskeskus ja Green Care Finland ry. Verkkojulkaisu. <http://www.gcfinland.fi/tiedostopankki/503/green-care-tyokirja-2018.pdf>

Pitkäranta, A. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä: työkirja ammattikorkeakouluun. Jokioinen: e-Oppi.

Renfors, S-M. 2016. Vesistöjen hyödyntäminen matkailussa – Sinisestä Satakunnasta matkailubrändi. Teoksessa S-M. Renfors (toim.) Satakunta luontokokemusta – Luonnon tuotteistamisen teemat Satakunnassa. Pori: Satakunnan ammattikorkeakoulu, 9-22.

Ruoho, J. 2018. Lehtori, Satakunnan ammattikorkeakoulu, Green Care-laatu-  
lautakunnan puheenjohtaja v. 2017. Pori. Henkilökohtainen tiedonanto  
7.9.2018.

Ruusuvuori, J. & Nikander, P. 2017. Haastatteluaineiston litterointi. Teok-  
sessa M. Hyvärinen, P. Nikander & J. Ruusuvuori (toim.) Tutkimushaastatte-  
lun käsikirja. Tampere: Vastapaino, 427-444.

Saaristoasiain neuvottelukunta. 2017. Suomen saaristo- ja vesistömatkai-  
lusta eurooppalainen vetovoimatekijä. Saaristo- ja vesistömatkailun selvitys-  
hankkeen loppuraportti. Helsinki: Maa- ja metsätalousministeriö. Maa- ja met-  
sätalousministeriön julkaisuja 3/2017. Viitattu 14.3.2018. [http://julkaisut.valtio-  
neuvosto.fi/bitstream/handle/10024/79421/03\\_17\\_Suomen\\_saaristo\\_ja\\_ve-  
sistomatkailusta\\_FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://julkaisut.valtio-<br/>neuvosto.fi/bitstream/handle/10024/79421/03_17_Suomen_saaristo_ja_ve-<br/>sistomatkailusta_FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Salonen, K. 2018. Psykologi ja psykoterapeutti. Puhelinhaastattelu  
27.4.2018. Haastattelijana Saija-Riina Kero. Muistiinpanot haastattelijan hal-  
lussa.

Salonen, K. 2018. Vesiluonnon erityispiirteet; hyvinvointivaikutukset.  
[http://www.gcsatakuntasamk.fi/sites/default/files/tietopankki\\_tiedos-  
tot/kirsi\\_salonen\\_11.1.2018\\_pori.pdf](http://www.gcsatakuntasamk.fi/sites/default/files/tietopankki_tiedos-<br/>tot/kirsi_salonen_11.1.2018_pori.pdf)

Smeds, P. 2018. Tutkija, Luonnonvarakeskus. Puhelinhaastattelu 18.4.2018.  
Haastattelijana Saija-Riina Kero. Muistiinpanot haastattelijan hallussa.

Soini, K. & Vehmasto, E. 2014. Kohti suomalaista Green Care -toimintata-  
paa. Teoksessa E. Vehmasto (toim.) MTT Kasvu 20. Green Care -toimintata-  
van suuntaviivat Suomessa. Jokioinen: MTT, 8-28.  
<http://www.mtt.fi/mttkasvu/pdf/mttkasvu20.pdf>

Särkkä, S., Konttinen, L. & Sjöstedt, T. 2013. Luonnonlukutaito – luo liiketoi-  
mintaa vihreästä hyvinvoinnista. Helsinki: Sitra. [https://www.sitra.fi/julkai-  
sut/luonnonlukutaito-luo-liiketoimintaa-vihreasta-hyvinvoinnista/](https://www.sitra.fi/julkai-<br/>sut/luonnonlukutaito-luo-liiketoimintaa-vihreasta-hyvinvoinnista/)

Tuohimetsä, S. & Rantanen, M. 2017. Blue Care – Hyvinvointia luonnonve-  
sistä. Metsämme 2017.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Hel-  
sinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Uusiniitty-Kivimäki, M. & Iijolainen, M. 2018. BlueSata-hankkeen edustajat.  
Henkilökohtainen tiedonanto 13.11.2018.

Vehmasto, E. 2014. Green Care -palvelutyypit Suomessa. Teoksessa E.  
Vehmasto (toim.) MTT Kasvu 20. Green Care -toimintatavan suuntaviivat  
Suomessa. Jokioinen: MTT, 29-48.  
<http://www.mtt.fi/mttkasvu/pdf/mttkasvu20.pdf>

Visit Finlandin www-sivut. 2018. Viitattu 30.3.2018. <http://www.visitfinland.fi/>



World Ocean Networkin www-sivut. 2013. Viitattu 15.10.2018.  
<https://www.worldoceannetwork.org/wp-content/uploads/2016/09/5.-Blue-Gym.pdf>

Ylilauri, M. & Yli-Viikari, A. 2017. Luonnosta tukea hyvinvointipalveluille. Ympäristö ja Terveys-lehti 6, 32-37.

## HAASTATTELURUNKO

Taustatiedot: nimi, ammatti

Blue Care -käsite:

- miten pitäisi määritellä ja rajata, perustelut
- mihin määritelmä perustuu/pohjautuu
  - o Green Careen pohjautuva määritelmä?
  - o jonkin muun maan määritelmään pohjautuva?
- sisältääkö Blue Care hoiva- sekä voimapuolen, perustelut

Blue Care -toiminta:

- ketkä toteuttavat toimintaa Suomessa
- minkälaista toimintaa on tehty ja tehdään
- oletko itse toteuttanut Blue Care -toimintaa
  - o jos olet, millaista?
- toiminnan kohderyhmät ja kysyntä
- tulevaisuus – haasteet, mitä tarvitaan toiminnan laajentumiseksi

Blue Care – Green Care:

- miten Blue Care sijoittuu Green Careen
- miten eroavat toisistaan
  - o millä tavoin Blue Care on erilaista kuin Green Care paitsi toimintaympäristöltään