



Näkymätön mies

Joka näkee näkymättömän, voi tehdä mahdolloman.

Green Care -päivät 10.11.2020

Marianna Kavasto ja Pia Tuomaila, Lahden Sininauha ry
Matti Näsi, Multamäen tila

Tausta

Osa sosiaali- ja terveysministeriön Suomi 100 -avustusohjelmaa "Toimintakyky kuntoon". Rahoittaja STM.

Avustusohjelman kohderyhmänä työikäiset, joiden toimintakyky heikentynyt tai vaarassa heiketä.

Tavoitteena kohderyhmän fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen esimerkiksi yhteisöllisyyttä edistävillä toimintatavoilla ja terveellisillä elämäntavoilla.



Näkymätön mies

Näkymätön mies -hanke

- Paikallinen toimija Lahden Sininauha
- Hanke toteutunut Lahdessa vuosina 2018–2020
- Kohderyhmänä 25–54-vuotiaat työttömät miehet
- Miehet ovat palveluiden ulkopuolella ja toimintakyky alentunut (terveys ja taidot)

Miksi Näkymätön MIES?

→ ↻ 🏠 eva.fi/blog/2017/02/16/eva-analyysi-79-000-parhaassa-tyoiassa-olevaa-miestä-ei-tee-tai-aina-edes-hae-toita/



16.2.2017 ANALYYSIT

79 000 parhaassa työiässä olevaa miestä ei tee tai aina edes hae töitä

JULKINEN SEKTORI KOULUTUS TYÖ



Näkymätön mies

Lisäksi...

- Lahden rakennetyöttömyys erityisesti miesten osalta
- Miesten syrjäytyminen lisääntynyt
- Suurin osa koulupudokkaista poikia

Tilastokeskus 2018:

- Työkäisinä kuolleista 2/3 miehiä
- Alkoholiperäisiin syihin kuolleista 75 % miehiä
- Itsemurhaan kuolleista 76 % miehiä

Näkymätön mies

20.10.2020 klo 14:55 | UUTISET

Lahdessa korkein työttömyysaste suurista kaupungeista

Suurimpien kaupunkien työttömyysaste oli vuoden 2020 syyskuun lopussa selvästi korkein Lahdessa (16,2 %), kun muissa vertailukaupungeissa jäätin alle 15 prosenttiin. Matalin työttömyysaste oli Kuopiossa, 11,2 %

Lahdessa työttömyys lisääntyi

Näkymätön mies

Kuka on näkymätön mies teoriassa?

- Hankkeen aikana toimintaan tutustunut tai siihen liittynyt 39 miestä
 - Yhteydenottoja ja toteutumattomia tapaamisia moninkertaisesti enemmän
- Osallistujien keski-ikä 39 vuotta
- Ennen hanketta työttömyys kestänyt keskimäärin 5 vuotta
- Vailla peruskoulun jälkeistä tutkintoa 48 %
- Suoritetut tutkinnot lähes yksinomaan 2. asteelta
- Silppumainen työhistoria, merkittäväällä osalla runsaasti työllistämistoimia

Hankkeen toimintarunko

- Menetelmät:
 - Vapaaehtoisuus
 - Toiminnallisuus: **Green Care** ja liikunta
 - Monialainen yhteistyö
 - Yksilötyö
 - Jälkihuolto

Viikkorytmi:

Ti	liikunta
Ke	retki/ruokaryhmä/maatila
To	maatila

Näkymätön mies

Miksi Green Care?

- Aiempi kokemus kohderyhmästä
- Yhteys Sininauhaliiton Green Care -asiantuntijoihin:
 - ”mutu” todeksi
 - Tuli, joka kerää ihmiset yhteen
 - Terveysvaikutukset (verenpaineen ja sykkeen lasku, vastustuskyky)
 - Luottamuksen rakentuminen eläinten avulla
 - Identiteetin muutos ”työttömästä kalastajaksi”
- Ohjaajille tietoisuus Green Care -työotteesta ja sen välittäminen ryhmälle

Suomalaistutkimuksen yllättävä tulos: Multaiset kädet suojaavat sairauksilta – suoliston ja vastustuskyvyn toiminta vahvistuu

Kaupungistuminen, siistit asunnot, astianpesukoneet ja lähes steriilit vauvojen ruoat eivät valmenna immuunipuolustusta kuten pitäisi. Professori painottaa, että kyseessä on pieni pilottitutkimus.



Maatilapäivän rakenne

- 9.15 lähtö pikkubussilla
- 10.00 perillä maatilalla
 - Alkukahvit
 - Töiden jako
 - Työskentelyä
- 11.30 lounas
- 12.00 työskentely jatkuu
 - Myös metsäretkiä
- 14.00 lähtökahvit
- 15.00 takaisin Lahdessa

Maatilan lisäksi mm...

- Luontoretkiä (Repovesi, Lapakisto, lähilaavut, kotimetsät jne.)
- Luontoleirejä
- Linnunpönttöjen rakentaminen
- Särkisäilyke
- Hunajanvalmistus
- Mehiläisvahan käyttö (huulivoiteet, beeswrapit)
- Kivikerho
- Perhonsidonta
- Oma koira mukana
- Nokipannu!

Green Care toimii!

- Palautekyselyissä maatilapäivien tärkeys yli 4 (asteikko 1–5)
- Myös retket ja luontoleirit saaneet arvioksi vähintään 3,5
- Ryhmästä eteenpäin siirtyneet miehet ovat piipahdelleet nimenomaan maatilalla tervehtimässä
- Lisäksi erityisen tärkeäksi on koettu yhdessä tekeminen, liikunta, ruokailu ja yksilötyö
 - usein yksilökeskusteluita käyty työn ohessa

Green Care toimii!

- Miehistä on tullut toiminnan osakkaita
- Mahdollisuus vaikuttaa toiminnan sisältöön (esim. maatilapäivien lisääminen)
- Oma (tunnistamaton ja tunnustamaton) harrasteosaaminen käyttöön (eräily, kivet, valokuvaus, ruoanvalmistus)
- Armeijamuistot (teltat, tulet)
- Turvallista kokeilla uutta, turvallista epäonnistua
- Saa sanoa, että pelottaa (esim. eläimet)
- Terve väsymys, ”raitisilmamyrkytys”
- Kellottomuus, paineettomuus
- Hiljaisuus puhuu

Näkymätön mies

Palaute ja seuranta

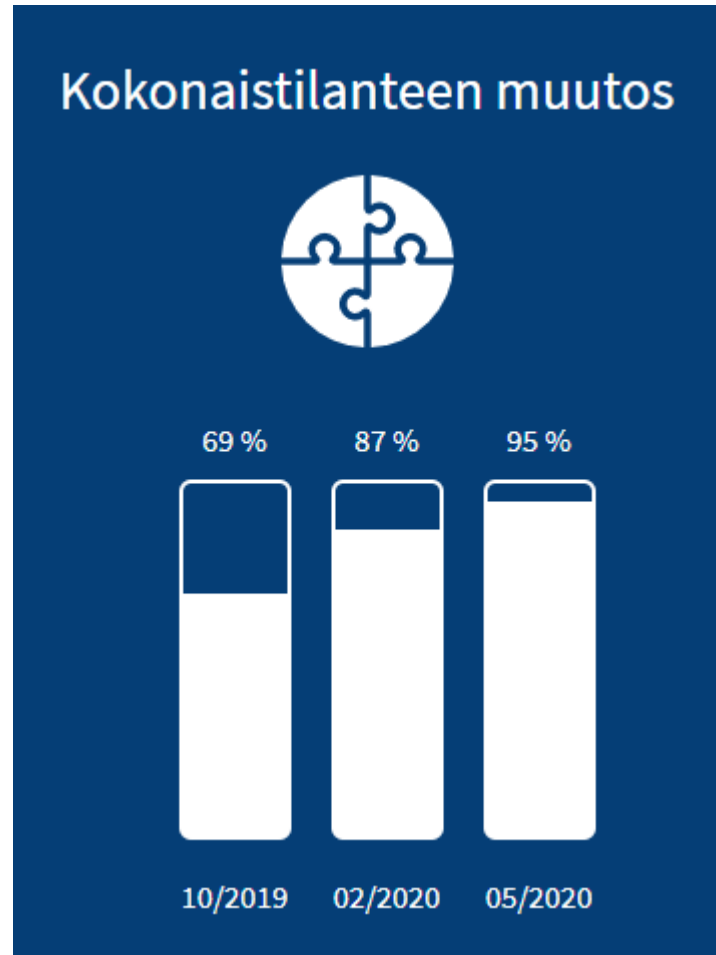
- Eniten muutosta
 - Mielen hyvinvointi
 - Osallisuus
 - Terveystila
 - Ihmissuhteet
- Kykyviisarin tuloksia:
 - Kokonaisseurannassa kaikilla osa-alueilla nousua
 - Suurimmat muutokset:
 - Koettu toimintakyky
 - Osallisuus
 - Keho
 - Suhde työelämään

Kykyviisari

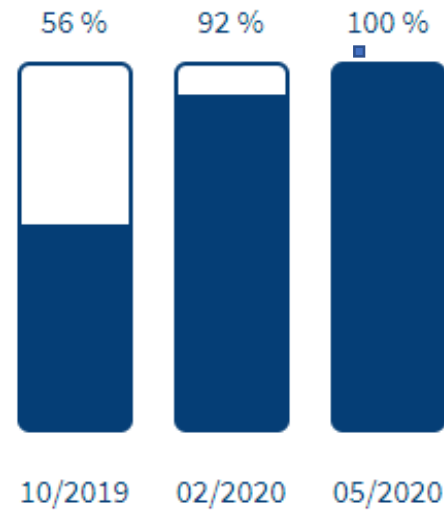
- TTL:n pitkän kehitystyön tulos
 - Ilmainen
 - Nopea täyttää
 - Myönteinen
 - Selkeä
 - Hyvä tuki yksilökeskusteluihin
-
- Käyttö nopealiikkeisen kohderyhmän kanssa haastavaa
 - Ihannetapauksia, joissa olisi voitu käyttää mittaria suunnitellusti alussa, välissä ja lopussa on ollut oletettua vähemmän
 - Osa ei ole halunnut tehdä Kykyviisaria tiedonkeruuseen kohdistuneen epäluottamuksen vuoksi

Näkymätön mies

Käytännön esimerkki

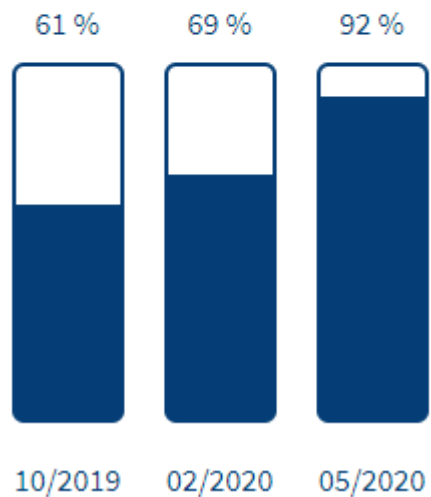


Osallisuus-osion muutos



Näkymätön mies

Mieli-osion muutos



Arki-osion muutos



Näkymätön mies

Taidot-osion muutos



Keho-osion muutos



Näkymätön mies

Kuka on näkymätön mies käytännössä?

- Kalastajia
- Puutarhureita
- Remonttijoita
- Kädentaitajia
- Muusikoita
- Kanakuiskaajia
- Karitsan syöttäjiä
- Ekologisia kierrättäjiä
- Puhujia ja kirjoittajia
- Keskustelijoita
- Tutkijoita
- Huumorintajuisia
- Herrasmiehiä
- Herkkiä
- Hienovaraisia
- Lempeitä
- Kuuntelijoita
- Rohkaisijoita
- Uuden oppijoita ja opettajia
- Lojaaleja
- Avarakatseisia
- Elämänymmärtäjiä

Näkymätön mies

Taustamateriaalia

- <https://www.eva.fi/blog/2017/02/16/eva-analyysi-79-000-parhaassa-tyoiassa-olevaa-miesta-ei-tee-tai-ainades-hae-toita/>
- <https://thl.fi/fi/web/sukupuolten-tasa-arvo/tasa-arvon-tila/hyvinvointi-ja-terveys/sukupuolten-hyvinvointi-ja-terveyserot>, sivun lopussa runsaasti lähdelinkkejä
- <https://thl.fi/fi/web/sukupuolten-tasa-arvo/tasa-arvon-tila/koulutus-ja-kasvatus/opintomenestys-ja-sukupuoli>, sivun lopussa runsaasti lähdelinkkejä ja tutkimuksia
- Mitchell, R., Popham, F. 2008. Effect of exposure to natural environment on health inequalities: an observational population study. *The Lancet* 372:1655–1660
- Pasanen, Tytti P.Tyrväinen, Liisa & Korpela, Kalevi M. 2014. The relationship between perceived health and physical activity indoors, outdoors in built environments, and outdoors in nature. *Applied Psychology: Health and Well-Being* 6(3): 324-346
- Takano T., Nakamura K. & Watanabe M. 2002. Urban residential environments and senior citizens' longevity in megacity areas: the importance of walkable green spaces. *J Epidemiol Commun Health* 2002;56:913–18.

Yhteystiedot

Pia Tuomaila, ohjaaja

pia.tuomaila@lahdensininauha.fi

p. 050 359 4948

Marianna Kavasto, ohjaaja

marianna.kavasto@lahdensininauha.fi

p. 050 359 4956

Matti Näsi

matti.nasi@phnet.fi

p. 040 504 2026

Näkymätön mies