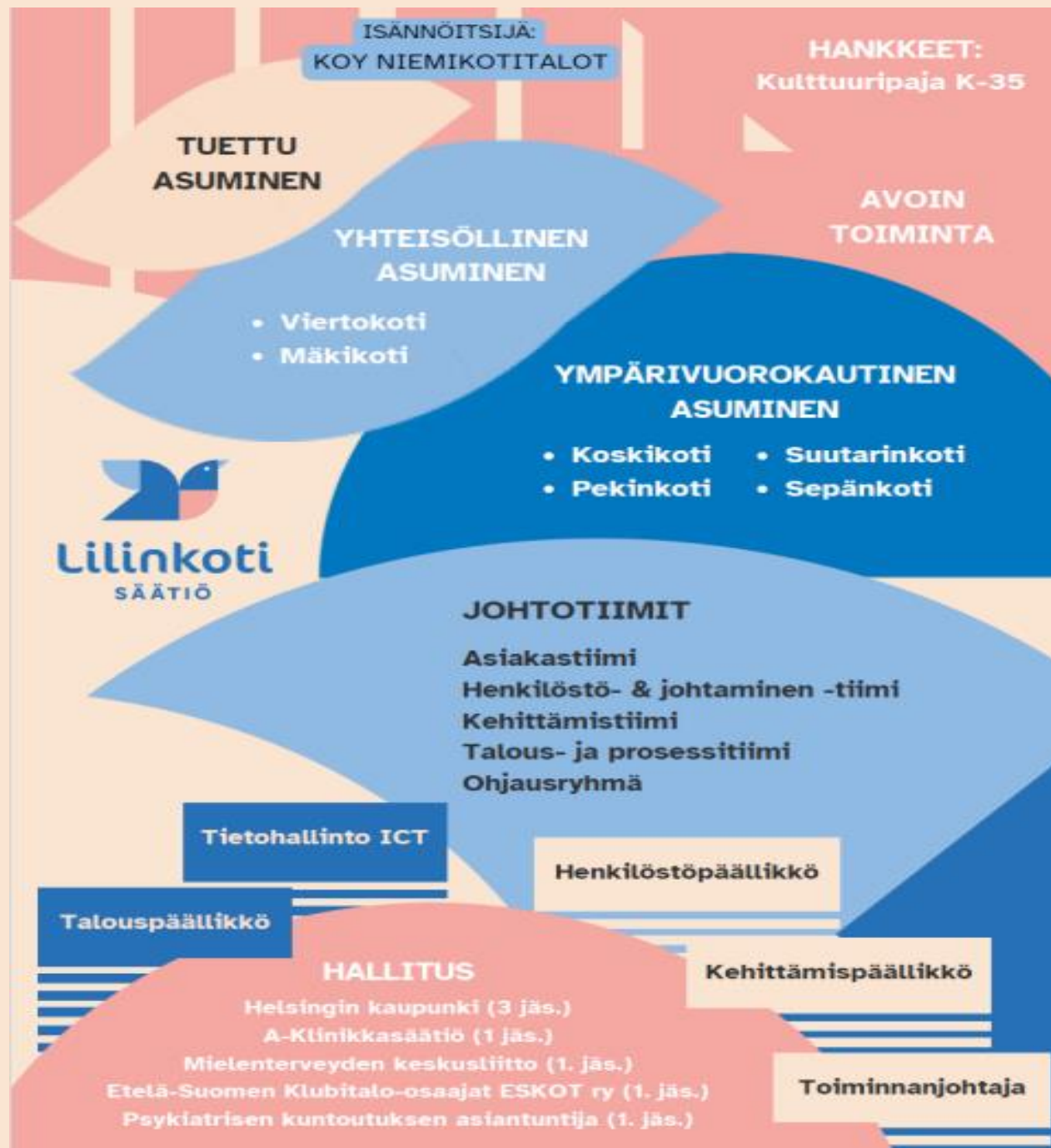


Osallisuus ja yksilölliset tarpeet mielenterveystoipujien vihreän hoivan palveluissa

Sami Torkkel, 12.9.2025





- **Lilinkotisäätiön visio 2025: Yhteisellä matkalla kohti unelmia**
- **Lilinkotisäätiön arvot**
 - Uskallus seurata unelmia
 - Elämänvalintojen kunnioittaminen
 - Yhteistyöstä voimaa
 - Kaikilla on tulevaisuus
- **Toimintamme viitekehyksenä toipumisorientaatio**
 - Sinulla on mahdollisuus parempaan (TOIVO)
 - Sinun näkökulmasi on yhteistyömme lähtökohta (TOIMIJUUS)
 - Sinä päätät (OSALLISUUS)
 - Ei mitään sinusta ilman sinua (KOHTAAMINEN)

Luontolähtöisen toiminnan rakenteita Lilinkotisäätiön Mäkikodilla

Green Care-vastuutiimi (1 x kk)	Vastuualueet: • Eläinavusteinen toiminta • Luontoretket • Viljelytoiminta • Kierrätyksen tukeminen	Green Care-toiminnan vuosikello	Gc-koulutusta ohjaajille (Green Care-perusteet), Gc-päiville osallistuminen
Green Care-toiminnan yhteiskehittäminen (koko yhteisö mukana)	Green Care – perehdytysopas (asukkaille, ohjaajille ja opiskelijoille yhteinen)	Green Care Finland ry:n GC-laatu­käsi­kirja (mm. Turvallisuusohjeet)	Gc-toiminnan vaikuttavuuden arviointi (mielialamittari)
"Ajankohtaiset tapahtumat" Kuukausitiedotteet ja info-tv"	Kirjaukset asukastietojärjelmään (Sofia)	Verkostoituminen: GC Eteläsuomen aluejaosto	Tutustumiskäynnit, oppilaitosyhteistyö (opinnäytetyöt)

Lisätietoa:

Luonto Mäkikodin asukkaiden elämässä ja vaikutukset hyvinvointiin [Rouvinen Meri.pdf](#) opinnäytetyö (Diakonia ammattikorkeakoulu 2024)

Opinnäytetyön aineiston perusteella luonto on tärkeä osa Mäkikodin asukkaiden elämää ja moni työpajan osallistujista osallistuu Green Care -toimintaan. Luonto vaikuttaa pääosin positiivisesti asukkaiden hyvinvointiin, muutamaa poikkeusta lukuun ottamatta. Luonto rauhoittaa, piristää, edistää vuorovaikutusta ja yhteisöllisyyttä sekä empatian kokemista ja läheisyyden kokemusta. Luontoympäristössä on mahdollista olla itsekseen ja rauhoittua omassa mielipaikassaan. Green Care -toiminta edistää vastuunottoa.

Luontolähtöisen työn merkitys työntekijöiden hyvinvoinnille [Rajatalo Annastiina.pdf](#) opinnäytetyö (Laurea ammattikorkeakoulu 2025)

Opinnäytetyön tulosten mukaan luontolähtöisellä työllä on positiivinen vaikutus työntekijöiden hyvinvointiin ja se koetaan työn voimavarana. Sen koetaan lisäävän työhyvinvointia ja vaikuttavan positiivisesti työssä viihtymiseen, motivaatioon sekä työn imuun. Opinnäytetyöstä käy ilmi, että vaikka luontolähtöiseen työhön liittyy joitain työhyvinvointia alentavia tekijöitä, koetaan työn antavan huomattavasti enemmän kuin se ottaa.

Kirja: Toipumisorientaatio mielenterveystyössä-Esa Nordling 2025

