

Yhdenvertaisuutta luontomatkailuun!

Matkatieto 17.1.2020



LUKA
LUONTO KAIKILLE



METSÄHALLITUS

 LAB University of
Applied Sciences



Euroopan maaseudun
kehittämisen maatalousrahoitus:
Eurooppa investoi maaseutualueisiin

Petri Rissanen

LUKA-hankkeen projektipäällikkö
Suomen Paralympiakomitea

petri.rissanen@paralympia.fi
050 555 0345

Luonto kaikille –hanke (LUKA)



Tehtävä:

esteettömien ja saavutettavien luontomatkailupalveluiden kehittäminen



Tavoite:

viipymän lisääminen ja vetovoimaisuuden parantuminen



Toimintaa ohjaava ajatus:

yhdenvertaisuuden lisääminen luontomatkailussa (ei niinkään esteettömyyshanke)



Toiminta-alue:

Päijät- ja Kanta-Häme (Evo, Torronsuo, Liesjärvi ja Päijät-Hämeen kalastuskohteet)

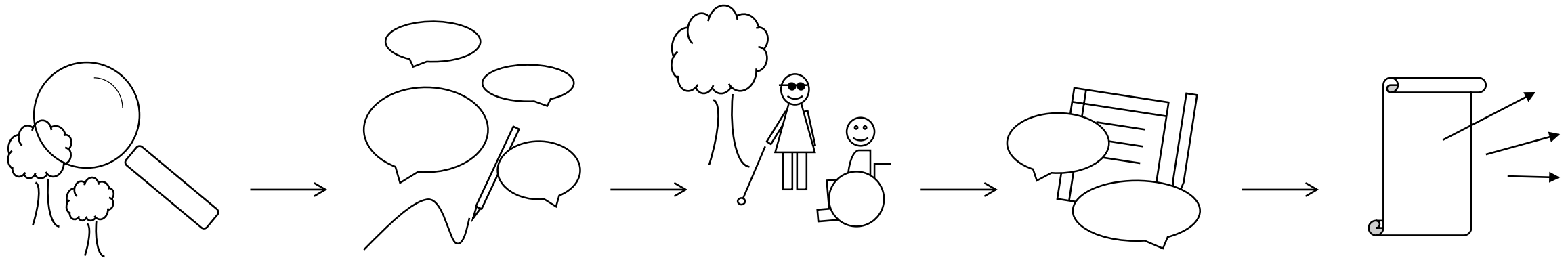
Toiminta-aika:

Vuoden 2020 loppuun

Rahoitus:

EU:n maatalousrahasto

Hankkeen toimenpiteet



1. Alkukartoitus

Selvitetään alueen:

- rakenteet,
- reitit ja
- palvelut,

joiden ympärille on mahdollista luoda esteettömiä ja saavutettavia luontomatkailupalveluja.

2. Työpajat

Suunnitellaan palvelukonsepteja yhdessä

- käyttäjien,
- yrittäjien ja
- muiden toimijoiden kanssa.

3. Pilotointi

Testataan eri teemaisia konsepteja käytännössä ja kerätään palautetta.

(7 kesä-syysy -pilottia + 1 talvipilotti)

4. Jatkokehitys

Kehitetään konsepteja ja toteutetaan aiheeseen liittyen:

- suunnitteluopas,
- tuotekortteja,
- ohjevideoita ja
- muuta materiaalia.

5. Lopputulos

Jaetaan uusia toimintamalleja ja konsepteja hyödynnettäväksi myös muualle maahan.



Mikä on matkailuyrittäjän oma valmius ja tahtotila palvella asiakasta, jonka toimintakyvyssä on rajoitteita?



Anemone Aaltonen

Projektisuunnittelija
LAB-ammattikorkeakoulu

anemone.aaltonen@lab.fi
044 7085168

◆ **Minkälaisia luontopalveluita matkailualan yritykset voisivat tarjota?**

LUKA-hankkeen pilotit
Tuotekortit esimerkkipalveluista

◆ **Miltä esteettömän ja saavutettavan luontomatkailun tulevaisuus voi näyttää?**

3 skenaariota aiheesta

LUKA-hankkeen pilotit

- ◆ Kesällä ja syksyllä 2019 järjestettiin 7 pilottia, joissa testattiin hankkeessa ideoituja luontomatkailupalveluita.
- ◆ Piloteissa kerättiin lisää käyttäjätietoa, annettiin palautetta ja arvioitiin pilottien hyvinvointivaikutuksia.
- ◆ Mukana pilotoimassa oli käyttäjiä, matkailualan yrittäjiä ja vammaisjärjestöjen edustajia.





Pilottien tunnelmia:

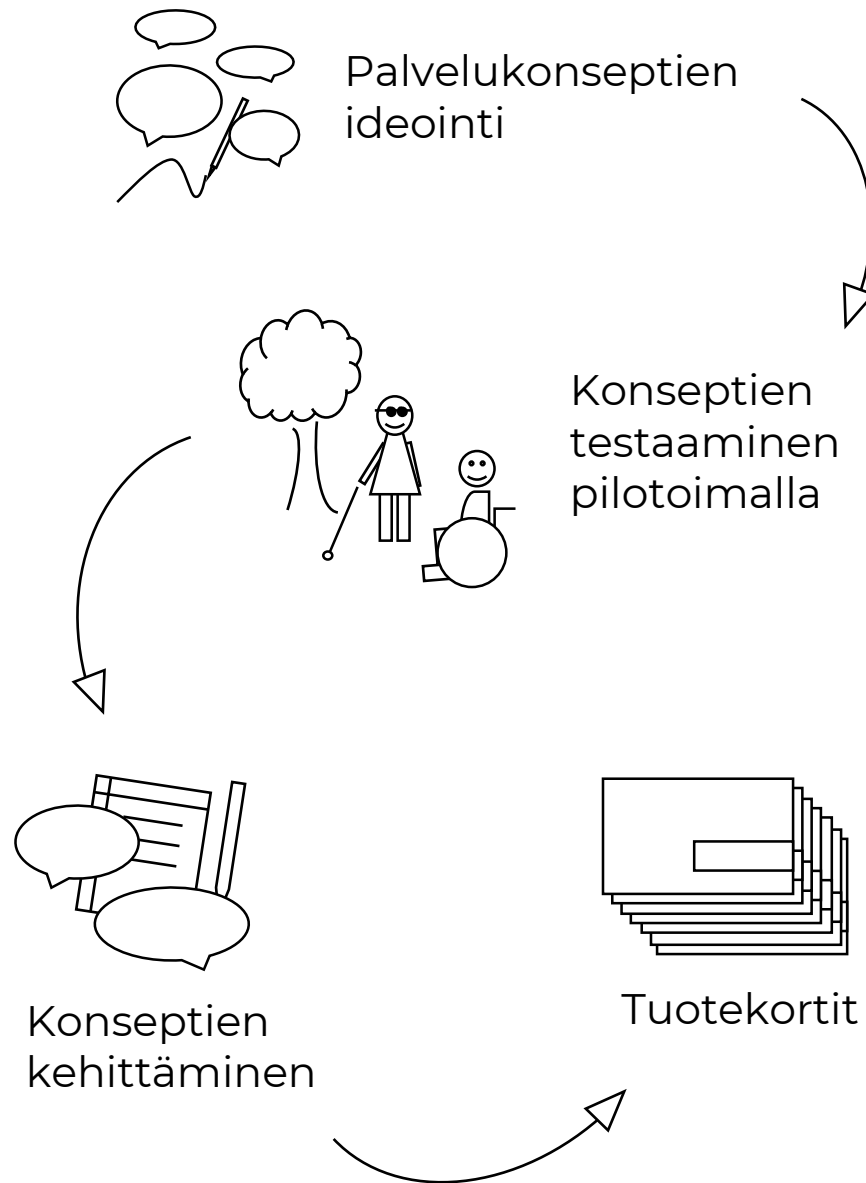
 Luonto Kaikille -hanke

 Luontokaikille

 LUKA-hanke

retkipaikka.fi/tag/luka-hanke/





LUKA-hankkeessa laaditut tuotekortit

- ◆ **Esimerkkejä** esteettömistä ja saavutettavista luontomatkailupalveluista
- ◆ **Yrittäjän apuna** palvelun suunnittelussa ja toteutuksessa
- ◆ Asiakkailta saatuja **käytännön vinkkejä**, jotka auttavat palvelun toteuttamisessa kyseiselle kohderyhmälle

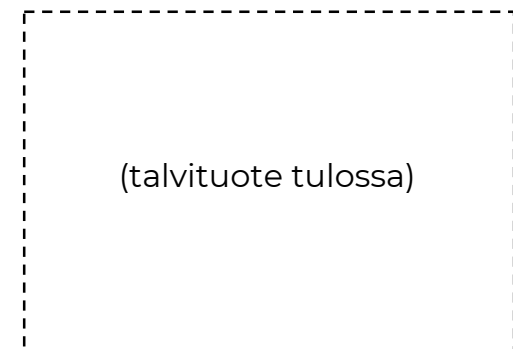
Tuotekortit (7kpl + 1 tulossa)

◆ Erilaisilla teemoilla

- kalastus, veneily, melonta
- vaellus, retkeily
- metsämieli, lähiluonto

◆ Erilaisille kohderyhmille

- haasteista pitävät, extreme
- lapsiperheet
- luontofiilistelijät



Mistä on kyse?

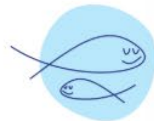
Mitä pitää tietää asiakkaan toimintakyvystä ennen palvelua?

1. Tuotteen kuvaus

Perustietoja tuotteesta:

Tuotteen nimi	Pienryhmän kalastusretki
Kohderyhmä	Kaverukset, joista toinen liikkuu pyörätuolilla
Sisällön kuvaus	Yhden päivän mittainen rentouttava kalastusretki, jonka ohjelmassa on erilaisten kalastusvälineiden ja -tekniikoiden kokeilemistä erityyppisissä vesissä sekä solmujen teon harjoittelemista. Pyörätuolilla liikkuva asiakas voi istua veneessä omassa pyörätuolissaan, joka nostetaan veneeseen. Siirtyminen veneeseen tapahtuu veneestä riippuen laidan kautta.
	Kalastusretken päätteeksi valmistetaan nuotiolla ruokaksi päivän aikana saatu saalis.
Ennakkotieto asiakkaalta	Opas ottaa ennen retkeä yhteyttä asiakkaaseen ja kyselee hänen toimintakyvystään. Vastausten avulla opas osaa varautua kalastusretken mahdollisilla apuvälineillä ja tehdä muutoksia suunnitelmiin tarvittaessa.
	Viereisellä sivulla on lista esimerkkikysymyksiä asiakkaan toimintakyvyn kartoittamista varten.
Asiakkaan varustetarpeet	Asiakas tarvitsee säänmukaiset vaatteet, aurinkolasit ja vesipullon. Mukaan tulevat kävelevät osallistujat tarvitsevat lisäksi pitopohjaiset kengät. Kalastukseen tarvittavat välineet tulee kalastusoppaalta, mistä mainitaan oppaan lähettämässä tervetuloiviestissä.
	Kalastonhoitomaksusta kysytään ostotilanteen yhteydessä ja tarjoudutaan ostamaan se asiakkaan puolesta, jos sitä ei ole hoidettu.

Osallistujamäärä	1-3 henkilöä
Kesto	8 h
Toteutus aika	kevät-syky
Reittiluokitus	helppo
Hinta	katso hinnoittelupohja (Liite 1)
Hintaan sisältyy	opastus, ruokailut, kalastusvälineet, pelastusliivit



Ennakkotieto asiakkaalta, esimerkkikysymyksiä:

Luonnossa liikkuminen:

Minkälainen liikkumisen apuväline sinulla on käytössä? Pystytkö ottamaan muutaman askeleen tuettuna? Tarvitsetko avustajaa liikkumiseen vai liikutko itsenäisesti? Kuinka paljon koet fyysisen voimiasi vaihtelevan päivän aikana? Tuleeko mukanasi henkilöitä, jotka voivat avustaa siirtymisissä?

Ohjelma ja aikataulu:

Kuinka paljon sinulla on kokemusta kalastuksesta? Koetko pystyväsi siirtymään käsien varassa pyörätuolista veneen laidalle ja siitä veneessä olevaan pyörätuoliin? Onko sinulla toimintarajoitteita käsissä? Jos on, niin millaisia? Onnistuuko pelastus- tai kelluntaliivien pukeminen itsenäisesti? Osaatko uida?

Tauot ja ruokailu:

Tarvitsetko apua ruokailussa? Onko sinulla ruoka-aineallergioita? Onko sinulla sairauksia, joista oppaan olisi hyvä tietää? Minkälaisissa asioissa tarvitset apua? Kommunikoitko puhumalla, viittoen, kuvien avulla?

Odotukset:

Minkälaisia toiveita sinulla on retken suhteen? Mikä on sinulle uutta tulevassa retkessä? Minkä arvoisit olevan suurin haasteesi tulevassa kalastusretkessä?

2. Toteutus

Kalastusretki

Aloitushetki

Tavataan sovitussa paikassa, jossa opas kertoo päivän ohjelman ja aikataulun, puetaan pelastusliivit ja siirrytään veneeseen. Keskustellaan osallistujien kanssa heidän aiemmista kalastuskokemuksistaan ja selvitetään osaamistaso.

Kalastus ja solmut

Osallistujien kanssa etsitään sopiva kalastuspaikka kaikuluotaimella. Opas jakaa osallistujille kalastusvälineet ja näyttää virvelin toimintalogiikan. Kalastuksen aikana kokeillaan erilaisia uistimia ja harjoitellaan vertikaalijagausta. Solmujen tekoa opetellaan ensin paksummalla narulla, jonka jälkeen voidaan kokeilla solmujen tekoa siimaan. Käydään läpi tilanteet, joissa solmimistaitoa tarvitaan kalareissulla.

Lounastauko maissa

Siirrytään pikkujhljaa lähemmäs lounaspaikkaa ja matkan varrella voidaan vielä kalastella. Lounaspaikka valitaan sen perusteella, missä on esteetön wc. Lounastauon aikana käydään läpi loppupäivän ohjelma.

Koskikalastus

Järvellä kalastuksen sijaan voidaan kokeilla kalastusta eri koskikalastuspaikoissa. Samalla opas kertoo erilaisista koskikalastustavoista ja tarvittavista välineistä.

Tulistelu

Siirrytään esteettömälle tulipaikalle, jossa opas opettaa kalojen perkaamisen ja saadut kalat paistetaan. Nokipannukahvien lomassa kerätään palautetta osallistujilta kalastusretkestä.

Mitä palvelu sisältää?

Mitä tapahtuu missäkin vaiheessa palvelua?



Mitä pitää muistaa?

Mitkä ovat todennäköisimpiä riskejä?

Miten turvallisuutta voi lisätä?

4. Turvallisuus

Todennäköiset riskit ja niiden välttäminen

- Koukun osuminen** Osallistujat eivät kalasta aivan vierekkäin vaan pidetään sopiva turvaväli. Virvelin toimintalogiikka käydään kunnolla läpi ennen kalastamista.
- Veteen putoaminen** Veneessä liikutaan rauhallisesti yksi kerrallaan. Muistutetaan osallistujia siitä, ettei paukkuiliivien päälle saa pukea mitään, vaan kaikki vaatteet tulee olla liivien alla.
- Viiltohaava** Kalan perkaaminen ja käsittely opetetaan selkeästi vaihe vaiheelta. Opas voi tarvittaessa käsitellä kalat, esimerkiksi tilanteessa, jossa osallistujan käsien toiminnassa on rajoitteita tai hän on muuten epävarma asiasta.
- Auringonpistos** Huolehditaan, että veneessä on juotavaa mukana. Tervetuloviestissä kehoitetaan ottamaan aurinkolasit ja hattu mukaan.
- Liukastuminen** Käveleviä osallistujia kehoitetaan laittamaan jalkaan kengät, joilla ei helposti liukastu. Tarkistetaan etukäteen, että retken aikana käytettävät laiturit ovat hyvässä kunnossa.
- Sairas- ja allergia-kohtaukset** Ruoka-aineallergiat selvitetään etukäteen. Allergiat otetaan huomioon eväiden suunnittelussa ja lounaspaikan valinnassa. Osallistujia muistutetaan ottamaan omat lääkkeet mukaan.
- Myrsky** Opas tarkistaa sää tiedot ennen retkeä ja varmistaa, että kalastusretkelle voidaan lähteä. Retki perutaan, jos myrskyille on mahdollisuus.

Yllä oleva lista ei korvaa huolella tehtyä turvallisuussuunnitelmaa. Turvallisuussuunnitelman laatimisessa voi hyödyntää Luonto kaikille -hankkeen turvallisuussuunnitelmapohjaa (Liite 2).



Turvallisuutta lisääviä tekijöitä:



Maltillinen vauhti

Kalastuksen lomassa voidaan edetä pikkuhiljaa seuraavaa taukopaikkaa kohden, jolloin ei tarvitse kiirehtiä. Tasapaino veneessä säilyy paremmin ja kaatumisilta vältytään, kun vauhti on rauhallinen.



Riittävästi kahvoja

Siirtymisissä turvallisuutta lisäävät tukevat kahvat, joista saa hyvän otteen. Kahvat on sijoiteltu niin, että siirtyminen veneestä säilyy paremmin ja kaatumisilta vältytään, kun vauhti on rauhallinen.



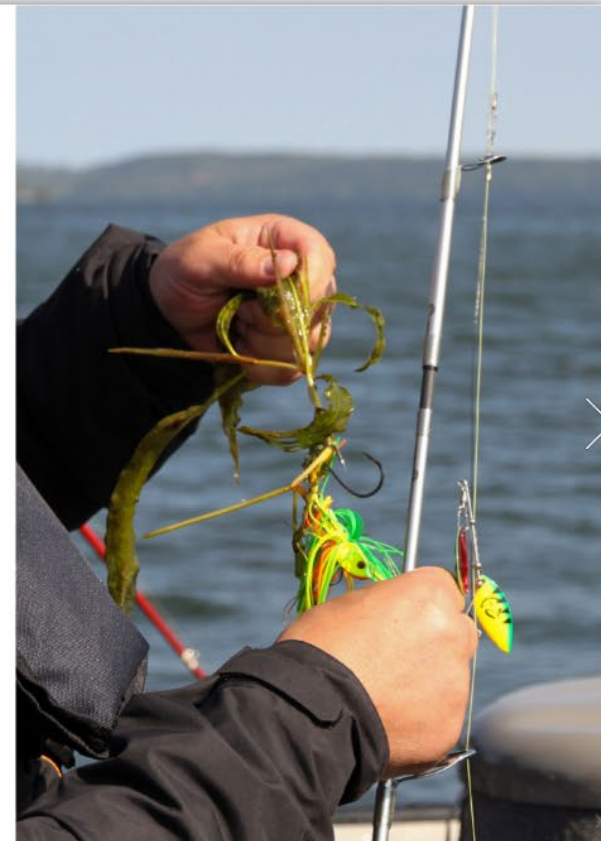
Pieni kalastusporukka

Ryhmän koon pysyessä pieneenä, on helppo joustaa suunnitelmista ja vältytään ylimääräiseltä sähläykseltä. Veneestä riippuen mukaan voidaan ottaa kolme asiakasta, joista yksi on pyörätuolissa.



Tavaroiden sijoittelu

Mukana olevat kalastusvälineet ja osallistujien reput pidetään yhdessä paikassa, jotta kompastumisilta veneessä vältytään. Veneeseen otetaan vain tarpeelliset tavarat.



Mitä muuta on hyvä huomioida?

5. Vinkkejä palveluntuottajalle

Toteutuksessa huomioitavaa:

Tasapaino



Veneessä voi menettää tasapainon, jos vauhti muuttuu yhtäkkiä. Tämä vältetään mainitsemalla vauhdin muutoksesta aina ennen kiihdyttämistä, jolloin asiakas ehtii varautua siihen.

Pyörätuoli on hyvä sijoittaa niin, että asiakkaan on mahdollista ottaa tukea veneen kaikeista. Asiakkaan on hyvä muistaa lukita pyörätuolin jarrut aina kun veneellä liikutaan paikasta toiseen.

Päätökset



Asiakkaan positiivista kokemusta voi vahvistaa järjestämällä retken lomaan tilanteita, joissa hän voi päättää yksityiskohdista itse. Sitoutunut asiakas suosittelee retkeä helpommin myös muille.

Asiakas voi esimerkiksi valita muutamasta eri uistinvalhtoehdosta virvelliinsä uistimen tai katsoa kaikuuotaimesta, mihin jäädään kalastamaan.

Vastuullinen kalastus



Kalastusretkellä on hyvä kertoa ja näyttää esimerkiksi asiakkaalle vastuullisesta kalastuksesta. Vajaamittaiset kalat vapautetaan takaisin kasvamaan, ruoaksi nostetut kalat tainnutetaan ja käsitellään vastuullisesti.

Retken aikana muistetaan ottaa siimanpätkät ja muut roskat mukaan pois luonnosta.

Apukeinoja siirtymislanteisiin

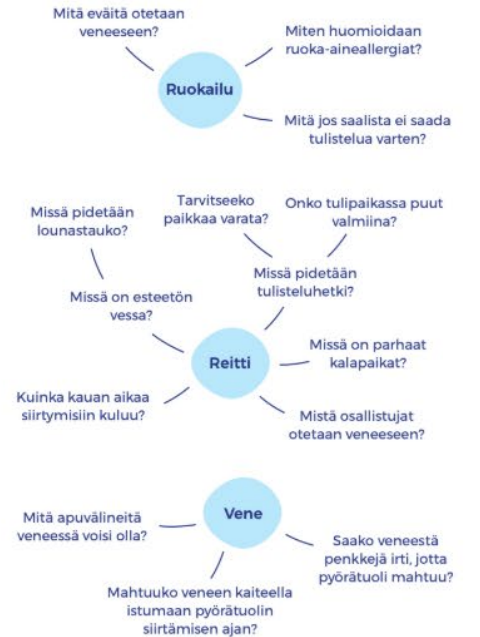


Pyörätuolia käyttävän asiakkaan siirtymistä veneeseen voi helpottaa seuraavin tavoin. Jos veneen laita on tarpeeksi leveä, hän voi siirtyä sille istumaan, kunnes pyörätuoli on nostettu laiturilta veneeseen. Siirtymisen helpottamiseksi voidaan käyttää apuna kumimattoa tai muuta liukumaton alustaa. Usein veneen laidat ovat liukkaita, joten kumimatolla istuminen lisää turvallisuutta. Imukupilla varustettuja siirrettäviä kahvoja voi käyttää apuna, jos veneessä ei ole riittävästi kiinteitä kahvoja.

Esimerkkejä osallistujien toiveista:



Suunnittelussa huomioitavaa:



- + hinnoittelupohja
- + turvallisuussuunnitelmapohja

Tuotekortit löytyvät osoitteesta:

www.paralympia.fi/luonto-kaikille

luontomatkailun potentiaalın käyttöön otosta, joka vaatii pääasiassa ymmärryksen lisäämistä, konseptointia ja viestintää.



Luonto kaikille -hanke saa rahoituksensa Euroopan Unionin maatalousrahastosta.



Euroopan maaseudun
kehittämisen maatalousrahasto:
Eurooppa investoi maaseutualueisiin

Tuotekortit

- Erityislasten perheet lähiluonnossa
- Näkövammaisten nuorten retkeilykurssi
- Pienryhmän kalastus
- Pitkäaikaissairaiden ja ikääntyvien luonnossa virkistäytyminen
- Pyörätuolin käyttäjien luontotoiminta
- Vaikeavammaisten lasten perheiden kalastusretki
- Kävelevien aktiiviliikkujien retkeily

TYÖPAJAMATERIAALIT

[Luonto kaikille -hankkeen tuotekorttimalli \(word\)](#)

[Yhdenvertaisuutta luontomatkailuun -työpajasarja 1 & 2 \(pdf\)](#)

[Työpaja 1 -materiaalit: Aloitusseminaarın yhteenveto ja havainnot](#)

Tulevaisuuden esteetön ja saavutettava luontomatkailu

◆ Skenaariot:

- Tiedosta turvaa
- Turismilla tuottoa
- Luksusta lähiluonnosta

◆ *Mitä voisimme tehdä saavuttaaksemme nämä tulevaisuuskuvat?*





Skenaario 1:

Tiedosta turvaa

Tieto reiteistä ja palveluista tuodaan **yhdele alustalle**.

Palveluita on **helppo räätälöidä** erityisryhmille ja yksittäisille asiakkaille varausjärjestelmästä saadun ennakkotiedon myötä.

digitalisaatio, koneoppiminen ja IoT



Skenaario 2:

Turismilla tuottoa

Erityisryhmille räätälöidyt luontoelämysmatkat ovat yksi Suomen **matkailun kilpailuvalteista**.

Matkailualan opiskelijoita **koulutetaan palvelemaan erityisryhmiä** nykyistä paremmin.

globalisaatio, ympäristötietoisuuden korostuminen



Skenaario 3:

Luksusta lähiluonnosta

Rakenteet luonnossa tehdään ensisijaisesti **esteettömiksi**.

Kelan tai vakuutusyhtiön korvaamaa **fysioterapiaa toteutetaan osittain luonnossa**.

ikäntyvä väestö, vapaa-ajan ja varallisuuden kasvu

Mitä jos mielenterveyttä
tukevaa ja stressitasoja
laskevaa **luontotoimintaa**
tuettaisiin valtakunnallisesti
ja EU-tasolla?



Mitä liiketoimintamahdollisuuksia
biohakkerointi voi tuoda
matkailualalle?

Kuinka pitkälle
apuvälineet
kehittyvät?



Metsähallitus erityisryhmien luontomatkailun mahdollistajana

Yhdenvertaisuutta luontomatkailuun! – Matkatieto-seminaari
Matkamessut, 17.1.2020

Liisa Kajala, erikoissuunnittelija

Metsähallituksen Luontopalvelut hoitaa kansallisomaisuuttamme

Hoidamme kaikkia luonnonsuojeluun ja retkeilyyn varattuja valtion omistamia alueita:

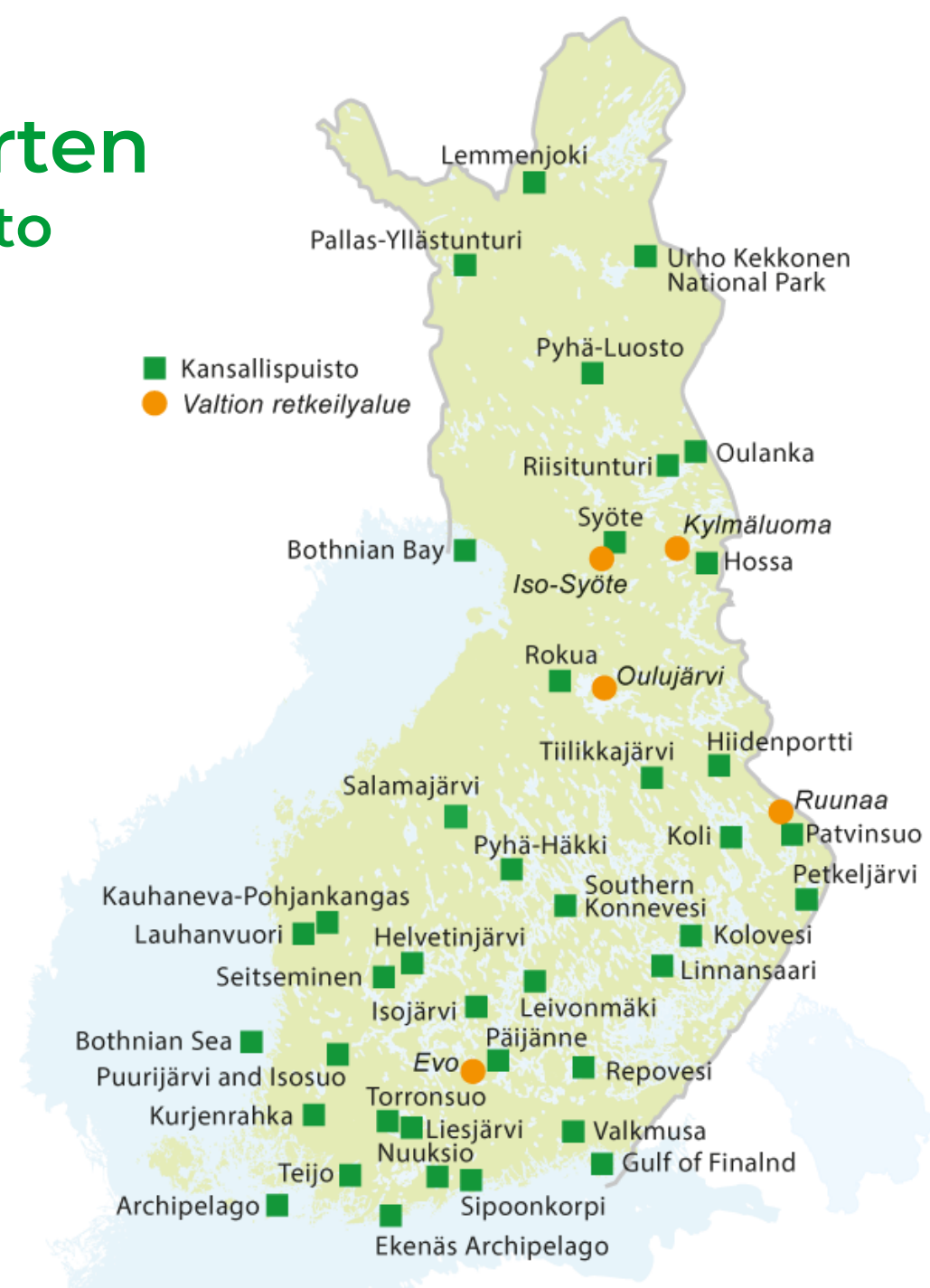
- **40** kansallispuistoa
 - **19** luonnonpuistoa
 - **5** valtion retkeilyaluetta
 - **12** Lapin erämaa-aluetta
 - yli **3000** muuta suojelualuetta
 - Kulttuuriperintökohteita:
n. **350** lailla suojeltua rakennusta,
n. **2000** muinaisjäännöstä.
-
- 18 % Suomen pinta-alasta
 - 6,9 miljoonaa käyntiä vuonna 2018



Kansallispuistot ovat kaikkia varten – matkailua tukevat palvelut ja upein luonto



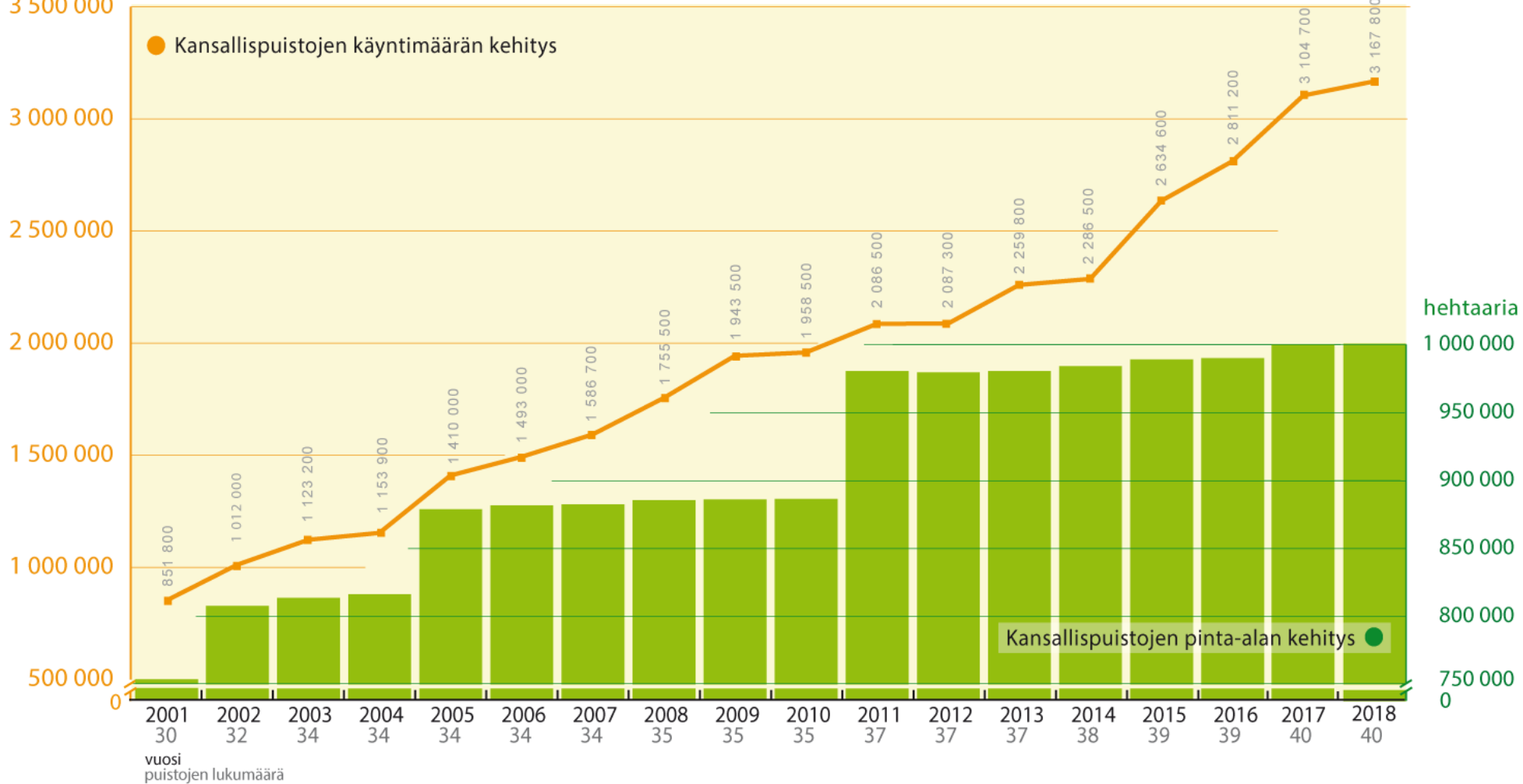
Kuva: Metsähallitus / Tuomas Uola



Kansallispuistojen käyntimäärät ja pinta-alat 2001-2018

käyntimäärä

3 500 000



hehtaaria

1 000 000

950 000

900 000

850 000

800 000

750 000

0



Esteettömät retkipalvelut

Luontoon.fi/esteetön

◆ 74 kohdetta

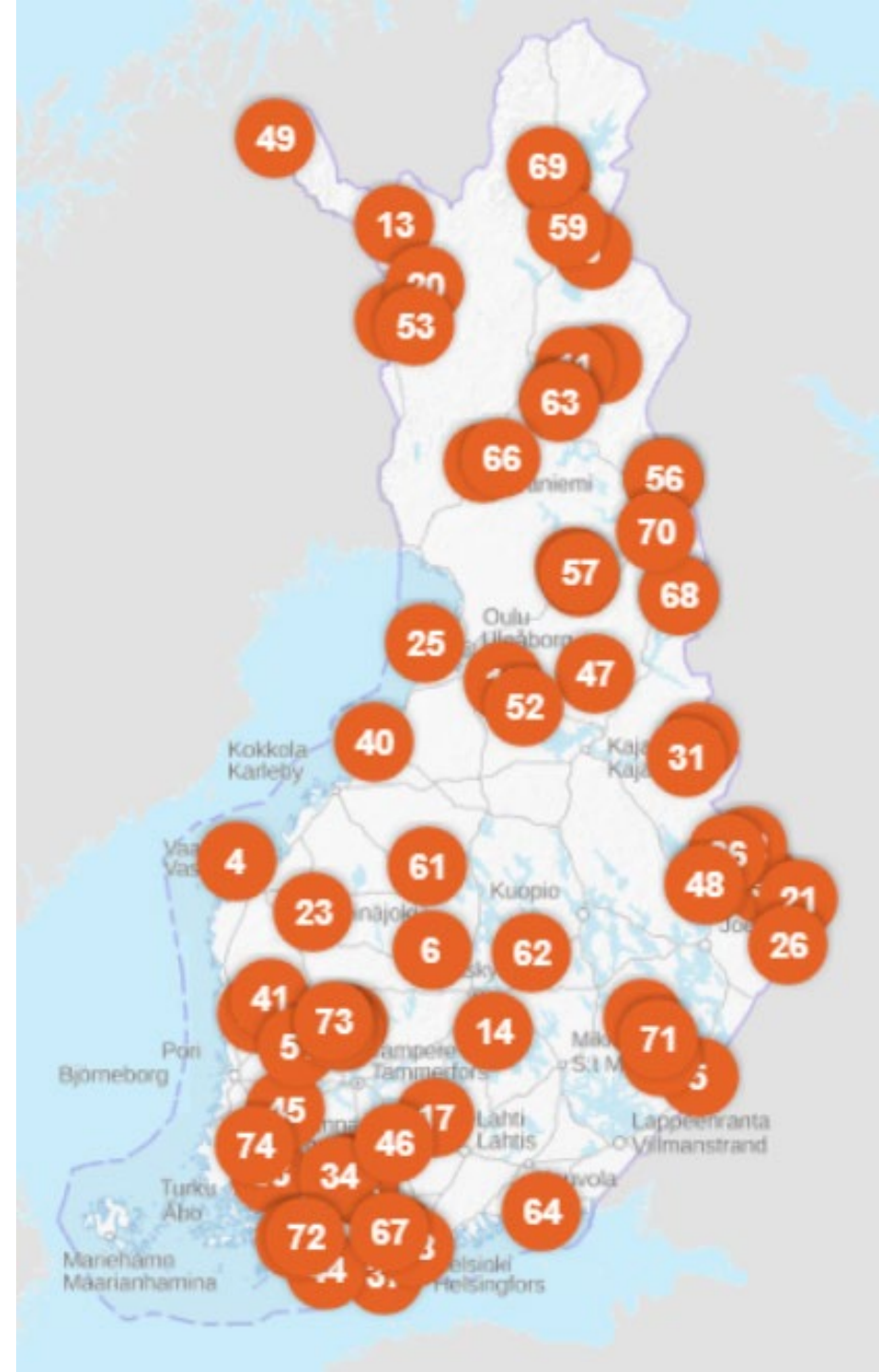
◆ Yhteistyöyritysten palvelut myös esillä

◆ Uudistustyö käynnissä



Esteettömyys

Osa palveluista soveltuu myös liikuntarajoitteisille avustajan kanssa sekä lastenvaunujen kanssa liikkuville.



Esteettömät retkipalvelut

- ◆ [Retkikartta.fi](https://retkikartta.fi): tällä hetkellä vain liikuntarajoitteisten reitit haettavissa (pyörätuolireitit-nimellä)
- ◆ Myös kuntien retkeilypalveluita näkyvissä Retkikartalla
- ◆ Uudistus käynnissä, käytettävyys paranee vuonna 2020



Esteettömät reitit varsin lyhyitä







Yhdenvertaisia luontomatkailupalveluja

- ◆ Matkailijat tarvitsevat valmiita, tuotteistettuja palvelukokonaisuuksia.
 - ◆ Metsähallituksen tehtävänä on tarjota asiakasturvalliset, saavutettavat palvelurakenteet ja vetovoimainen luontoympäristö
- Yrityksille edellytykset kehittää yhdenvertaisia luontomatkailupalveluja.



Metsähallituksen ja yritysten välinen yhteistyö

- ◆ Molemmat osapuolet ovat sitoutuneet kestävän matkailun periaatteisiin
- ◆ Yhteistyöyritykset saavat mm.
 - yrityksen tiedot ja linkityksen luontoon.fi -sivuille
 - käyttöoikeuden alueen tunnukseseen
 - erilaisia raportteja luonnosta ja kävijäseurannasta
 - yhteistyöyritysten kanssa järjestetään säännöllisesti tapaamisia, jolloin vaihdetaan kuulumisia ajankohtaisista asioista



KESTÄVÄN MATKAILUN PERIAATTEET

*Kansallispuistot, luonto- ja historiakohteet
sekä maailmanperintökohteet*

2016

Viestintä

- ◆ Luontoon.fi ja Retkikartta.fi
→ Opastus, kannustus ja innostus luontoon.
- ◆ Metsähallituksella palvelujen kuvauksessa tavoitteena, että kävijä itse pystyy arvioimaan kohteen ja palvelun soveltuvuuden itselleen
- ◆ Viestinnässä haasteina
 - esteettömyyden / soveltuvuuden määrittely ja kuvailu luontokohteella
 - miten matkailijat löytävät tiedon

Catalogue of accessible tourism products in Greenways in Spain and Portugal



June 2017



Kuva: Vastavalo / Olli Aalto

Kehittämistarpeita

- ◆ Sairaus, vamma, pienten lasten kanssa liikkuminen tai esimerkiksi ikääntymisen mukanaan tuomat haasteet eivät saa olla este luontomatkailulle, luonnossa liikkumiselle ja ainutlaatuisille elämyksille
 - Tarvitaan luontokohteita, joilla yhdenvertaiset matkailupalvelut toimivat yhtenä kokonaisuutena, eri puolille Suomea
- ◆ Asiakaslähtöisyys, esteettömyys ja saavutettavuus ovat Metsähallituksen palvelujen kehittämisessä keskeisiä tavoitteita
 - Kehittämissyhteistyö matkailusektorin, yritysten, järjestöjen ja asiakkaiden kanssa

Yhteistyöllä tuloksiin

- ◆ Luonto kaikille (2018-2020)
 - Luontomatkailun esteettömien palvelukokonaisuuksien kehittäminen
- ◆ Esteetön eräpolku 1 ja 2 (2018 ja 2019)
 - Pitkien erityisryhmille soveltuvien luontoreittien kartoitus- ja kuvailumenetelmien kehittäminen
- ◆ Rohkeasti luontoon (2015-2016):
 - Yhdenvertaisten luontoliikuntamahdollisuuksien edistäminen
 - metsa.fi/fi/web/guest/hanke-rohkeastiluontoon
- ◆ Polku luontoon (2017-2019):
 - Yhdenvertaisista luontoliikuntamahdollisuuksista viestiminen, yhteistyö ja verkostoituminen
 - metsa.fi/fi/web/guest/polkuluontoon

Polku luontoon!

Näkökulmia yhdenvertaisen luontoliikunnan edistämiseen. Luontoliikkujiin poluilla.

*“Luonnosta löytyy uusia hienoja juttuja ja pilkahduksia jokaiseen päivään.
Mitä enemmän luonnossa viettää aikaa, sitä ihmeellisempiä asioita kokee.
Kokemukset myös kannustavat liikkeelle yhä uudestaan.”*

Kiitos!

liisa.kajala@metsa.fi



METSÄHALLITUS

Marica Korolainen

päivähoitaja, sairaanhoitaja,
terveydenhoitaja sekä
erä- ja luonto-opas



Ricasluonto

perustettu 2018

Ricasluonto järjestää muun muassa
lasten luontoretkeilykerhoja,
Metsämieli-tapahtumia sekä retkiä
kouluille, päiväkodeille ja erilaisille
yhdistyksille



LUKA-hankkeen pilotit

- ◆ luontoleiri erityislasten perheille
- ◆ Metsämieliretki pyörätuolilla liikkuville asiakkaille osana Rahtijärven kolmen yön retkeä
- ◆ erityistä tukea tarvitsevien lasten metsäretki



Luontoleiri: erityislasten perheet lähiluonnossa

- ◆ Kolmipäiväinen lähiluonnossa virkistymistä korostava luontoleiri
- ◆ Toteutettiin yhteistyössä Leijonaemojen kanssa
- ◆ Myös erityisryhmiä ohjattaessa on tärkeää kohdata jokainen osallistuja samanvertaisesti, avoimesti kuunnellen ja tilanteita havainnoiden.

Luontoleiri: erityislasten perheet lähiluonnossa

- ◆ Yhteistyö eri toimijoiden kanssa kerryttää hyvää kokemusta ja tuo varmuutta.
- ◆ Ennakkovalmistelut ja varasuunnitelmat auttavat retken onnistumisessa.
- ◆ Palautetta luontoleiristä: ”Loppuun asti hyvin suunniteltu.”



Metsämieliretki pyörätuolilla liikkuville asiakkaille

- ◆ Metsämieli on menetelmä, joka yhdistää luonnon hyvinvointivaikutuksia mielentaitoharjoitukseen luonnossa.
- ◆ Hankkeeseen kuuluva retki oli ensimmäinen toteuttamani Metsämieliretki erityisryhmille.
- ◆ Harjoitteet on pääsääntöisesti tehty käveleville, joten muokkasin niitä sopiviksi pyörätuolin käyttäjille.



Metsämieliharjoitus: Nuuskimisen olemus

1. Asetu seisomaan selkä puuta vasten tai istu kivelle tai kannolle. Sulje silmät tai anna katseen kiinnittyä maahan.
2. Vie nyt huomio ympärilläsi leijuviin tuoksuihin. Mikä tuoksu on voimakkain – entä heikoin?
3. Valitse yksi tuoksu ja mieti, mitä se tuo mieleesi.
4. Palauta huomiosi takaisin aistittavaan hetkeen.
5. Tutki jotakin yhtä, mielenkiintoista tuoksua. Anna tuoksun vain olla, ilman että arvioit sitä tai nimeät sitä.
6. Jatka kävelyä ja pohdi, mitä harjoitus tuotti. Millaisia reaktioita tuoksut tai hajut sinulle yleensä tuottavat? Oletko tietoinen reaktioistasi tuoksuihin vai menetkö automaattiohjauksella arjen tuoksuissa?

Retki päiväkotilapsille

- ◆ Metsäretki erityistukea tarvitseville päiväkotilapsille Lepakiston luonnonsuojelualueella
- ◆ Ennakkotiedot osallistujista ovat retkiä järjestäessä tärkeitä sekä turvallisuuden että ohjelman suunnittelun kannalta.
- ◆ Palautteessa tuli esille muun muassa se, että retken ohjaajat olivat täysillä mukana, mikä innosti myös lapsia toimimaan ja se on yksi tärkeä asia olla itse täydellä sydämellä mukana.



Miksi haluan tarjota palveluita myös erityisryhmille?

- ◆ Luonnon terveystvaikutukset kuuluvat kaikille
- ◆ Jokainen tarvitsee irtiottoja arjesta
- ◆ Piloteista on tullut hienoa palautetta mm. eräs äiti kertoi, ettei ole vuosiin rentoutunut niin kuin luontoleiriviikonlopun aikana.
- ◆ Nautin siitä, kun saan järjestää luontotoimintaa ja nautin kun näen myös erityislasten ja heidän perheidensä nauttivan luonnossa vietetystä kiireettömästä ajasta.



Lähitulevaisuuden suunnitelmia


Etsiä yhteistyökumppaneita, joilla on tarjota majoitustiloja joiden lähiluonnossa on mahdollista järjestää erityislasten perheille mm. luontoleiriviikonloppuja.


Luonto kuuluu kaikille!


Ricasluonto

Marica Korolainen
ricasluonto@gmail.com
+358 405706623

@ricasluonto
www.ricasluonto.fi



 Luonto Kaikille -hanke

 Luontokaikille

 LUKA-hanke

Petri Rissanen

petri.rissanen@paralympia.fi

050 555 0345

Niina Ihalainen

niina.ihalainen@lab.fi

044 708 0083

