



 METSÄHALLITUS

LUONTOLÄHTÖINEN ESIKOTOUTUMINEN

ESIKOTO-hankkeen hyviä käytäntöjä ja vinkkejä
turvapaikanhakijoiden kanssa työskenteleville

Sisällysluettelo

Luontolähtöinen esikotoutuminen: ovet auki luontoon	3
Hyvä olo luonnosta	4
Luontoretkiä turvapaikanhakijoille	6
Hyviä käytäntöjä luontopäivien järjestämisen tueksi	7
Esimerkkejä ESIKOTO-hankkeessa järjestetyistä luontopäivistä	8
Turvapaikanhakijat mukaan toimintoihin	11
Turvapaikanhakijasta omatoiminen luonnossa liikkuja	14
Lisätietoa ja lukemista	15

Metsähallitus, Luontopalvelut 2018

Teksti: Metsähallitus / Saša Dolinšek ja Petri Haapala

Kuvat: Metsähallitus / Saša Dolinšek, Pekka Veteläinen ja Sini Salmirinne;

Wasim Khuzam, Maarit Tolppanen, Anu Ylisaukko-oja, Pertti Kuusisto, Rolf Graber.

Kansikuva: Heikki Ketola / Vastavalo.fi

Painotalo: PunaMusta

www.metsa.fi/esikoto



Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



Luontolähtöinen esikotoutuminen: ovet auki luontoon

Helposti saavutettavat luontokohteet ovat tärkeitä paikkoja virkistytymiseen, yhdessäoloon ja luontoliikuntaan yhtä lailla vanhoille ja uusille suomalaisille. Kaikilla väestöryhmillä ei kuitenkaan ole samanlaisia mahdollisuuksia luonnossa liikkumiseen ja virkistytymiseen. Jotta mahdollisimman moni voisi nauttia luonnon tarjoamista monipuolisista hyödyistä, on syytä kiinnittää erityistä huomiota heikommassa asemassa oleviin ryhmiin. Yksi tällainen ryhmä ovat turvapaikanhakijat.

Turvapaikanhakijat arvostavat ja käyttävät luontoa monin tavoin ja joskus myös tavoilla, jotka eivät ole perinteisiä Pohjoismaissa. Turvapaikanhakijat eivät itsestään selvästi miellä suomalaista luontoa maisemineen houkuttelevana tai edes turvallisena. Luontomme voi olla turvapaikanhakijoille pelottava, vieras tai vaikeasti tavoitettava. Erilaiset vuodenaajat, talviolosuhteet, tuntemattomat kasvit ja eläimet, tietämättömyys jokamiehen oikeuksista, rasismien pelko sekä tuen puute ovat esimerkinomaisia syitä, joiden vuoksi vain pieni osa turvapaikanhakijoista uskaltaa omatoimisesti lähteä luontoon.

Luonnolla voi kuitenkin olla hyvinvointia kokonaisvaltaisesti edistävä asema turvapaikanhakijan elämässä. Lisäksi luontoharrasteet tapahtumineen ja talkoineen tarjoavat väylän tutustua pohjoismaiseen kulttuuriin ja kieleen. Uuden kulttuurin keskellä luonto voi tarjota hyvää oloa ja turvallisuutta tai se voi toimia yhdessä olemisen ja kulttuurisen vuorovaiku-

tuksen paikkana ja mielekkään toiminnan ympäristönä. Näistä syistä turvapaikanhakijoiden kynnys liikkua luonnossa on saatava matalammaksi.

Turvapaikanhakijoita tulisi kannustaa lähtemään luontoon ja luontoharrastusten pariin välittömästi Suomeen saapumisen jälkeen. Esikotouttamistyön keskeisenä päämääränä pitäisi olla turvapaikanhakijoiden terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen sekä turvapaikanhakijoiden ja paikallisten ihmisten välisen todellisen sosiaalisen vuorovaikutuksen lisääminen. Luontokohteet mahdollistavat ja edesauttavat eri etnisistä taustoista tulevien ihmisten kohtaamisia mielekkäiden ja merkityksellisten harrasteiden äärellä.

Eli kysymys ei enää ole miksi, vaan kuinka voisimme hyödyntää luontoa paremmin terveyttä ja hyvinvointia edistävänä, liikuntaan ja osallisuuteen kannustavana ympäristönä myös esikotoutumisessa. Tähän kysymykseen vastaaminen

on ollut yksi ESIKOTO-hankkeen tavoitteista. Hankkeessa on järjestetty – usein yhteistyössä eri tahojen kanssa – turvapaikanhakijoille mielekästä toimintaa luonnossa. Lisäksi hankkeessa on pyritty kertomaan luontolähtöisestä toiminnasta niille ammattilaisille, jotka eivät välttämättä ole aikaisemmin osanneet huomioida luontoa esikotoutumisen ja turvapaikanhakijoiden hyvinvoinnin edistämisen keinona.

Tämän julkaisun luominen on edellyttänyt yhteistä suunnittelua monien eri tahojen kanssa. ESIKOTO-hankkeessa luotujen hyvien käytäntöjen lisäksi julkaisu sisältää myös tuloksia ammattilaisille suunnatusta kyselystä. Julkaisun tavoitteena on tuoda esille kahden vuoden ajalta saatuja kokemuksia. Juuri nämä kokemukset ja vinkit voidaan hyödyntää luontolähtöisen esikotoutumisen työkaluna. Tavoitteena olkoon, että myös turvapaikanhakijoille tarjotaan mahdollisuus nauttia upeasta suomalaisesta luonnosta!



Hyvää oloa luonnosta

Kattava tutkimustieto vahvistaa luonnon monipuoliset myönteiset terveys- ja hyvinvointivaikutukset – jo luonnon katselu mutta etenkin luonnossa oleskelu, harrastaminen ja luontoliikunta vaikuttavat myönteisesti fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin.

Kosketus luontoon auttaa palautumaan stressistä, parantaa keskittymiskykyä ja vahvistaa immuunijärjestelmää. Luonnossa oleskelu voi edistää myönteistä omakuvaa ja suhtautumista muihin ihmisiin sekä ehkäistä yksinäisyyttä ja syrjäytymistä. Yksinolonkin on todettu tuntuvan mukavammalta luonnossa kuin kaupunkiympäristössä. Luonto ylipäättään aktivoi ihmisiä liikkumaan, ja liikunnallisen aktiivisuuden kautta ihminen vahvistaa omaa toimintakykyään. Turvapaikanhakijoille luonnon merkitys terveyden ja hyvinvoinnin vaalimisessa voi olla täysin vieras ajatus erinäisistä kulttuurisista syistä. Motivaatio luontoon lähtemiseen voi siksikin olla heikko.

Tämän vuoksi on tärkeää, että turvapaikanhakijoille välitetään tietoa luonnon myönteisistä vaikutuksista, ja luontoon ohjaamalla he pääsevät konkreettisesti hyötymään niistä. Turvapaikanhakijoista monella on traumaattisia kokemuksia kotimaastaan, eikä heillä ole turvapaikkahakemuksen käsittelyaikana samantyyppisiä oikeuksia käyttää yhteiskunnan hyvinvointipalveluita kuin paikallisilla. Suomen luonto on kuitenkin avoinna aina ja kaikille, joten luonnossa liikkumista kannattaa sisällyttää jo esikotoutumiseen ja etenkin varsinaiseen kotoutumisvaiheeseen. Luontoaktiiviteeteillä vähennetään eriarvoisuutta sekä vahvistetaan osallisuutta ja aktiivisuutta. Lisäksi luonnossa tehtävät toiminnot palvelevat myös työ- ja toimintakyvyn ylläpitoa.

Asiakkaat kertovat:

”Minä haluaisin mennä teltailemaan ja myös melomaan.”

”Olen saanut uusia ystäviä.”

”Patikointiretkellä minusta tuntui, että me olemme kaikki samat, ei erilaiset.”

”Olen tänään onnellinen!”

”Retki antoi minulle energiaa, kiitos.”

Luontoretkiä turvapaikanhakijoille

ESIKOTO-hankkeessa saadut kokemukset osoittavat, että turvapaikanhakijoiden ensimmäinen kosketus luontoon tapahtuu yleensä järjestetyllä retkellä. Luontoretken järjestämisen ei tarvitse olla työlästä ja kallista, vaan jo lähiluonnossa käyminen ja ilmaisten palveluiden hyödyntäminen riittää. Toimintoja on kuitenkin tärkeää suunnitella yhdessä turvapaikanhakijoiden kanssa heidän tarpeidensa ja ymmärryksensä mukaisiksi, ja heille olisi annettava mahdollisuus valita. Mikään ei voita hyvää luontokokemusta!

TURVAPAIKANHAKIJOILLE ON HELPPO JÄRJESTÄÄ LUONTOON LIITTYVIÄ AKTIVITEETTEJÄ, KUTEN:

- ruoan hankkiminen luonnosta (kalastus/pilkkiminen, marjastus)
- kävely metsässä tai luontopoluilla
- ruoanlaitto ulkona (esim. nuotiolla)
- aktiviteetit, kuten pyöräily, patikointi tai lumikenkäily.

RETKISTÄ SAADUT HYÖDYT

- Luonnontuntemuksen lisääntyminen vähentää luontoon liittyviä pelkoja.
- Tietämys jokamiehenoikeuksista, luonnonsuojelusta ja luonnon virkistyskäytöstä kasvaa.
- Tietoisuus luontokohteista ja niiden (ilmaisista) palveluista lisääntyy.
- Uusiin aktiviteetteihin tutustuminen voi johtaa uuden harrastuksen alkuun.
- Hankitaan luonnosta terveellistä lähiruokaa (marjoja, kalaa, yrttejä).
- Yhteenkuuluvuuden tunne kasvaa, kun harrastetaan samoja asioita kuin paikalliset ihmiset.
- Henkilökohtainen suhde luontoon vahvistuu ja itsevarmuus kasvaa.
- Fyysinen ja psyykinen kunto kohenevat ja sosiaalinen kanssakäyminen lisääntyy.

Hyviä käytäntöjä luontopäivien järjestämisen tueksi

- Jokamiehenoikeudet mahdollistavat retkien järjestämisen helposti ja kustannustehokkaasti.
- Lähiluontoa ja ilmaisia palveluita hyödyntämällä retkien järjestämiseen ei tarvita paljon resursseja.
- Minimoi kustannuksia ja maksimoi vuorovaikutusta järjestämällä retkiä yhdessä paikallisten järjestöjen ja niiden vapaaehtoisten kanssa.
- Hyödynnä luontokeskuksia ja niiden osaavaa henkilökuntaa.
- Järjestä retkiä, joilla toteutetaan asiakkaille mielekästä toimintaa (kartoita toiveita).
- Järjestetään retkiä, joiden aikana asiakas saa itse hankkia ruokaa luonnosta (marjastus, sienestys, kalastus).
- Järjestä retkiä pelkästään naisille, mikäli näyttää, että he eivät muuten osallistu retkille.
- Kysy paikallisilta järjestöiltä tai kaupungilta/kunnalta varusteita lainaan tai vuokralle.
- Myös talvella on tärkeä ulkoilla! Järjestä talvella lyhyitä retkiä ja hyödynnä vastaanottokeskusten lähellä olevia luontopaikkoja, luontokeskuksia tai muita sisätiloja.
- Tutustu retkeilyvinkkeihin (esim. Luontoon.fi -> retkeilyn ABC).
- Käytä olemassa olevia resursseja myös luontoretkiin ja kartoita rahoitusmahdollisuuksia.

Esimerkkejä **ESIKOTO**-hankkeessa järjestetyistä luontopäivistä

▲ Huutilammen luontopolku ja lintujen bongaus (Oulu)

Retken lyhyt kuvaus

Metsäkävely Huutilampea ympäröivällä luontopolulla (1,5 km). Polun varrella on lintujen tarkkailulava, ja loppukesästä metsässä voi poimia mustikoita. Kävelyn yhteydessä voi tutkia luontoon liittyviä opastustauluja tai vaikka keksiä omia tehtävärasteja. Perheen pienimmät voivat kokeilla, millaista on kulkea pitkospuita pitkin.

Retken kohderyhmä

Retki on sopiva kaikenikäisille. Retkelle osallistumiseen ei tarvita erityisiä taitoja, joten opastetulle retkelle voi osallistua jo pian maahan saapumisen jälkeen.

Mitä toiminnan järjestäminen edellyttää?

Huutilampi sijaitsee Oulun vastaanottokeskuksen läheisyydessä, joten eri teema-retkiä voisi järjestää säännöllisesti (1x/vko). Muitakin lähistön polkuja ja laavuja voi hyödyntää (esim. Parsiaismaan laavu). Myös Timosenkosken luontokoulun tiloja voi kysyä. Järjestäjä huolehtii asiakkaille tiedottamisesta, retkien sisältöjen suunnittelusta sekä opastamisesta.

Lisätieto:

Oulun kaupungin nettisivut (Luonnon virkistyskäyttö)

▲ Lintujen bongausretki Liminganlahdelle (Liminka)

Retken lyhyt kuvaus

Lintujen ja muiden eläinten bongausretki Liminganlahdelle. Pääkohteena toimii Liminganlahden luontokeskus näyttelyineen, mutta alueella on useita lintutorneja ja lyhyitä polkuja sekä retkeilijöitä palvelevia rakenteita, kuten tulentekopaikkoja polttopuineen. Eniten lintuja on havaittavissa keväällä ja alkusyksyllä. Luontokeskuksesta voi lainata kiikareita ja talvella myös lumikenkiä.

Retken kohderyhmä

Retki Liminganlahdelle on sopiva kaikenikäisille, ja Virkkulan lintutorni sopii myös liikuntaesteisille. Retkelle osallistumiseen ei tarvita erityisiä taitoja, joten opastetulle retkelle voi osallistua jo pian maahan saapumisen jälkeen.

Mitä retken järjestäminen edellyttää?

Järjestäjä huolehtii retkestä tiedottamisesta asiakkaille, ilmoittautumisten vastaanottamisesta sekä bussille ja paikan päällä ohjaamisesta. Liminganlahden luontokeskukseen pääsee paikallisbussilla (esim. kesto Oulun keskustasta on noin 50 min/suunta). Luontokeskukseen tutustuminen on maksutonta, mutta ryhmäopastukset näyttelyyn ovat maksul-

lisia. Retken kesto paikan päällä voi olla useampia tunteja. Evästelyyn tarvitaan omia eväitä (muista kysyä ryhmältä ruokavaliot), mutta paikan päällä on kahvila-ravintola. Pukeutuminen sään ja vuodenajan mukaisesti.

Lisätieto:

Liminganlahden luontokeskus Liminganlahdelle!
(YouTube: MH Luontopalvelut)
Liminganlahti 2017
(YouTube: MH Luontopalvelut)



▲ Palstaviljely- ja kävelyretki Hietasaassa (Oulu)

Retken lyhyt kuvaus

Kävelyretki Hietasaassa sisältää tutustumisen palstaviljelyyn ja palstapaikoihin, lintujen bongaukseen Rantakurvin lintutornilta tai Loistokarin lintulavalta sekä evästelyä nuotiopaikalla. Paras aika palstaviljelyyn tutustumiseen on kesällä ja alkusyksyllä.

Retken kohderyhmä

Luontoretki Hietasaassa on sopiva kaikenikäisille, ja polkuja voi kulkea myös lastenrattailla. Retkelle osallistumiseen ei tarvita erityisiä taitoja, joten opastetulle retkelle voi osallistua jo pian maahan saapumisen jälkeen.

Mitä toiminnan järjestäminen edellyttää?

Järjestäjä huolehtii retkestä tiedottamisesta asiakkaille, ilmoittautumisten vastaanottamisesta, paikallisbussille (bussiliput) ohjaamisesta ja opastamisesta paikan päällä. Retken kesto voi olla useampia tunteja. Nuotiolla evästelyyn tarvitaan omia eväitä (muista kysyä ryhmältä ruokavaliot) sekä tulentekovälineitä. Polttopuita on saatavilla nuotiopaikan viereisessä liiterissä (tarkista kuitenkin etukäteen). Tarvittaessa voi hyödyntää Nallikarissa olevia ravintolapalveluita. Pukeutuminen sään ja vuodenajan mukaisesti.

Lisätieto:

Oulun kaupungin nettisivut

▲ Pilkkiretki kevättalvella

Retken lyhyt kuvaus

Pilkkiretki merelle tai järvelle.

Retken kohderyhmä

Pilkkiminen sopii kaikenikäisille. Opastetulle pilkkiretkelle osallistumiseen ei tarvita erityistaitoja, ja siihen voi osallistua jo pian maahan saapumisen jälkeen. Ensikertalaisille suositellaan pilkkimässä käyntiä kokeneen henkilön tai oppaan kanssa.

Mitä pilkkiretken järjestäminen edellyttää?

Pilkkimiseen tarvitaan varusteita, kuten pilkkivapa, syöttitoukat tai -madot, sohjo-kauha, kaira, naskalit, sään mukainen vaateus, kuumaa juotavaa ja reppu. Retki onnistuu muun muassa yhteistyössä paikallisten kalastusjärjestöjen kanssa, joilta voi saada lainaksi myös välineitä. Sopiva ryhmän koko on noin 5–15 henkilöä. Järjestäjä koordinoi yhteistyötä kalastusseuran kanssa, huolehtii retkestä tiedottamisesta asiakkaille, ilmoittautumisten vastaanottamisesta sekä bussille ohjaamisesta ja opastuksesta paikan päällä. Tarvittaessa hankitaan bussiliput pilkkipaikalle ja eväät. Pilkkiminen on jokamiehenoikeus, johon ei yleensä tarvita kalastuslupia (lisätieto poikkeuksista esim. Kalalle Nyt! -julkaisussa).

Lisätieto:

Kalastusta aloittelijoille!
(YouTube: MH Luontopalvelut)
Kalalle Nyt! Opas kalastuksen aloittamiseen

▲ Marjastusretki Pilpasuolle (Oulu)

Retken lyhyt kuvaus

Pilpasuon luontopolun kiertäminen sekä mustikoiden ja puolukoiden poimiminen polun varrelta. Kiertää joko lyhyemmän Lystireitin (1 km) tai pidemmän Aistireitin (7 km).

Retken kohderyhmä

Retki on sopiva kaikenikäisille. Kohteessa ei voi kulkea lastenrattailla. Reitit voi valita osallistujien fyysisen kunnon mukaan.

Mitä toiminnan järjestäminen edellyttää?

Retken ohjaaja huolehtii retkestä tiedottamisesta asiakkaille ja ilmoittautumisten vastaanottamisesta sekä kuljetuksen järjestämisestä. Pilpasuolle pääsee Oulusta pyörällä tai henkilöautolla ja esimerkiksi tilausajolla (mikäli on siihen resurssseja). Retken kesto paikan päällä voi olla useampia tunteja. Asiakkailta on oltava sään mukainen vaateus ja ulkoilukengät. Mukaan tarvitaan omat eväät, tulentekovälineet ja muita evästelytarvikkeita sekä marjojen keruuvälineet ja esimerkiksi poimuri. Hyttysmyrkyä ja vessapaperia voi olla hyvä ottaa mukaan.

Lisätieto:

Oulun kaupungin nettisivut (Luonnon virkistyskäyttö)





Luontoretki Koitelinkoskelle (Kiiminki)

Retken lyhyt kuvaus

Luontoretki Koitelinkoskelle voi sisältää saaripolkujen kiertämistä, koskiluonnon ihailua valokuvaamalla, palveluihin tutustumista (sillat, Tunnelmatupa, pitkospuut, nuotiopaikat, wc, liiteri), makkaran tai tikkupullanpaistoa nuotiolla ja mölkkyturnauksen. Koitelinkoskella on myös tapahtumia ja opastettuja kävelykierroksia, joihin voi asiakkaiden kanssa osallistua.

Retken kohderyhmä

Luontoretki Koitelinkoskelle on sopiva kaikenikäisille. Kohde sopii myös liikuntaesteisille. Retkelle osallistumiseen ei tarvita erityisiä taitoja, joten opastetulle retkelle voi osallistua jo pian maahan saapumisen jälkeen.

Mitä toiminnan järjestäminen edellyttää?

Järjestäjä opastaa asiakkaat Koitelinkoskelle esimerkiksi paikallisbussilla (Oulun keskustasta 25 km). Järjestäjä huolehtii retkestä tiedottamisesta asiakkaille, ilmoittautumisten vastaanottamisesta sekä bussille ohjaamisesta ja opastuksesta paikan päällä. Retken kesto voi olla useampia tunteja. Evästelyyn tarvitaan omat eväät (esim. tikkupullataikina), tulentekovälineet ja muut evästelytarvikkeet. Kesäaikaan on auki myös Koitelin Tunnelmatupa. Pukeutuminen sään ja vuodenajan mukaisesti. Koitelinkoskella voi käydä kaikkina vuodenaikoina.

Lisätietoa:

koiteli.fi

Lumikenkäilyretki Pikku-Syötteellä ja Syötteen luontokeskukseen tutustuminen

Retken lyhyt kuvaus

Opastettu lumikenkäilyretki Syötteellä hotelli Pikku-Syötteen läheisyydessä. Lisäksi käynti Syötteen kansallispuistossa ja luontokeskukseen tutustuminen.

Retken kohderyhmä

Lumikenkäilyretki sopii sekä aikuisille että lapsille. Retkeen osallistujalta edellytetään kohtalaista kuntoa ja osaamista liikkua maastossa. Syötteen luontokeskuksessa käyminen sopii kaikenikäisille ja myös liikuntaesteisille.

Mitä retken järjestäminen edellyttää?

Järjestäjältä odotetaan huolellista tiedottamista retkestä ja pukeutumisharjojen antamista asiakkaille, ilmoittautumisten vastaanottamista sekä muista käytännön järjestelyistä huolehtimista (esim. bussikuljetukset). Lumikengät ja opastuksen voi pyytää Hotelli Pikku-Syötteeltä. Opastettu retki kestää noin puolitoista tuntia. Syötteen luontokeskuksella käynti on ilmainen, ja evästelyyn voi ottaa omia eväitä (luontokeskuksen vieressä on nuotiopaikka) tai hyödyntää ravintolapalveluita. Pukeutuminen sään mukaisesti. Talvikengät ovat välttämättömät, ja niitä saa tarvittaessa hotellilta.

Lisätietoa:

Hotelli Pikku-Syöte
Syötteen luontokeskus

Patikointiretki: Pieni Karhunkierros (Oulangan kansallispuisto)

Retken lyhyt kuvaus

Patikointiretkellä kierretään Pieni Karhunkierros -rengasreitti (12 km). Polun varrella voi hyödyntää autiotupia, päivätupia ja tulentekopaikkoja. Patikointireitti on keskivaativa mutta paikoitellen vaativa korkeuserojen vuoksi. Paras aika patikoida on kesällä ja syksyllä.

Retken kohderyhmä

Retkeen osallistujalta edellytetään jokseenkin hyvää fyysistä kuntoa ja kykyä liikkua maastossa.

Mitä toiminnan järjestäminen edellyttää?

Järjestäjältä odotetaan huolellista retkestä tiedottamista asiakkaille, ilmoittautumisten vastaanottamista sekä muista käytännön järjestelyistä huolehtimista riippuen siitä, mistä asiakkaat tulevat (esim. majoituksen varaaminen). Patikointiretken kesto on 4–6 tuntia. Evästelyyn tarvitaan omia eväitä. Pukeutuminen sään ja vuodenajan mukaisesti. Tukevat ulkoilukengät ovat välttämättömät, kesällä myös hyttysmyrkyä on hyvä olla mukana. Varusteita (myös vaelluskenkiä) voi vuokrata esimerkiksi Juumasta Basecamp Oulangasta, joka tarjoaa myös eräopaspalveluja. Tälle retkelle on hyvä laatia pelastussuunnitelma.

Lisätietoa:

Oulangan kansallispuisto
Oulangan luontokeskus

Turvapaikanhakijat mukaan toimintoihin

Pohjoismaisista luontokotoutumisen esimerkeistä on opittu, että luontokotoutumisessa tärkeää on paitsi luonto sellaisenaan myös se, että luonto mahdollistaa turvapaikanhakijoille toimintaan osallistumisen uudessa yhteiskunnassa.



Kotoutuminen on kaksisuuntainen prosessi: ystävyys, kumppanuudet ja muut sosiaaliset näkökohdat kuvaavat interaktiivista kotoutumista ja edistävät myös turvapaikanhakijoiden osallistumista yhteiskunnan verkostoihin ja suhteisiin. Haasteellisin asia näyttää olevan todellisen sosiaalisen vuorovaikutuksen edistäminen turvapaikanhakijoiden ja paikallisten keskuudessa, sillä monestikaan luontokotoutumisen toiminnoissa ei näy

mukana paikallisia ihmisiä. Kuten muiden maahanmuuttajien myös turvapaikanhakijoiden olisi hyödyllistä osallistua luontoaktiiviteetteihin. Turvapaikanhakijoilla ei yleensä ole tietoa paikallisista luontotapahtumista tai järjestöistä ja niiden toiminnasta, joten heidät olisivat hyvä kutsua mukaan järjestettyyn toimintaan, olipa kyse luontoretkestä, luonnonhoitotalkoista tai yhteisistä illanvietoista.



Esimerkkejä turvapaikanhakijoiden aktiivisesta osallisuudesta luontotoiminnassa

Tapahtumissa avustaminen (esimerkkinä Puuhaparkki-tapahtuma Syytteellä)

Tapahtuman lyhyt kuvaus

Avustaminen talvivälineiden testaamisessa (lumikengät, liukulumikengät ja potkurit) Syytteen luontokeskuksella hiihtolomien aikana. Tapahtuman järjesti Syytteen luontokeskus.

Vapaaehtoiset

Suomen/englannin kieltä osaavat aikuiset turvapaikanhakijat. Toiminta ei edellyttänyt aiempaa kokemusta välineiden käytöstä, mutta oli suositeltavaa, että työryhmällä oli ohjaaja, jolla oli tietoa välineistä ja joka pystyi helposti keskustelemaan testaajien kanssa.

Mitä tapahtumassa avustaminen edellytti?

Turvapaikanhakijoiden osallisuus kyseiseen tapahtumaan edellytti, että Syytteen

luontokeskukselta tuli pyyntö tulla avustamaan Puuhaparkissa. Hanketyöntekijä valitsi sopivat osallistujat ja oli itsekin mukana tapahtumassa. Hanketyöntekijä toimitti puuttuvat talvivaatteet vapaaehtoisille, ja hanke maksoi kuljetuksen. Lounaan vapaaehtoiset saivat luontokeskukselta.

Luonnonhoitotalkoot (esimerkkinä Pudasjärvi)

Talkoiden lyhyt kuvaus

Luonnonhoitotalkoissa tehtiin luonnon-suojelun alueen raivaus- ja siivoustyötä.

Talkoolaiset

Raivaus- ja siivoustyötalkoisiin saivat osallistua aikuiset miehet ja naiset. Osallistujalta edellytettiin jonkin verran fyysistä kuntoa, ja oli suositeltavaa, että osallistujat pystyivät jonkin verran kommunikoimaan työn ohjaajan kanssa.

Erikoistyövälineiden (esim. moottorisaha) käytön osaamista ei edellytetty, ja niitä käytti yleensä vain työn ohjaaja.

Mitä toiminnan järjestäminen edellytti?

Turvapaikanhakijoiden osallistuminen talkoisiin edellyttää talkoiden järjestäjältä yhteydenottoa vastaanottokeskukseen sekä vastaanottokeskukselta ohjaajaa, joka kartoittaa sopivia talkoolaisia (mm. työkyvyn arviointi). Itse talkootyö vaatii voimassa olevan tapaturmavakuutuksen, suojavaatteita, eväitä ja usein myös kuljetusta riippuen talkoopaikasta. Vakuutus, suojavaatteet ja eväät ostettiin hankkeen toimesta. On tärkeää, että talkoolainen etukäteen tietää, minkälainen hänen työtehtävänsä on.

Turvapaikanhakijoiden aktiivinen mukana oleminen yhdistyksien ja muiden tekijöiden järjestämässä tapahtumissa ja niissä avustaminen tuo sekä turvapaikanhakijalle että järjestäjälle paljon positiivisia vaikutuksia.

HYÖTYJÄ TURVAPAIKAN HAKIJALLE JA MUILLE

- Hyvä teko
- Aktiivisuus yhteisössä
- Hyvinvoinnin lisääntyminen
- Voimaantuminen
- Hyödyllisyyden tunne
- Luonnosta oppiminen ja luonnon arvostus
- Kielen oppiminen
- Hauskanpito
- Vuorovaikutus
- Sosiaalinen kanssakäyminen
- Uudet ystävät
- Uutta sisältöä tapahtumiin
- Aktivointi – halu lähteä muihin toimintoihin
- Työkokemus
- Työtodistus

TOIMINNAN/ TAPAHTUMAN JÄRJESTÄJÄ OTA HUOMIOON!

- Vaatetus (erityisesti talvella)
- Kuljetus tapahtumapaikalle
- Työkyvyn arviointi (talkoot)
- Vakuutus (talkoot)
- Työtehtävän kuvaus
- Eväät ja erityisruokavaliot
- Koordinointi tahojen välillä ja paikan päällä
- Kielen osaaminen riippuen toiminnasta



ESIKOTO-hankkeessa opittua

- Vastaanottokeskuksen valmius integroida luontotoiminta omaan vapaa-ajan toimintoihin on tärkeää (esim. sopivien vapaaehtoisten tai harjoittelijoiden etsiminen).
- Vastaanottokeskuksessa tarvitaan koordinaattori, joka verkostoituu luontojärjestöjen ja muiden luontotoimijoiden kanssa ja ohjaa yhteistyötä.
- Turvapaikanhakijat toivovat interaktiivista integraatiota (ystävyyttä, kumppanuutta).
- Naisten osallistuminen on vähäistä, ja sitä tulisi edistää.
- Lasten osallistuminen toimintoihin voi aktivoida myös heidän vanhempiaan.
- Yhteisen kielen puuttuminen ei ole ongelma – elekieli löytyy luonnossa toimiessa helposti.
- Talvivaatteiden tarpeellisuutta ei aina ymmärretä, joten on tärkeää kertoa, miten vaarallista liian vähäinen pukeutuminen voi talvella olla (tiedottamisessa käytetään kuvamateriaalia).
- Turvapaikanhakijoiden kanssa työskentelevien positiivinen asenne, avoimuus ja aktiivisuus ovat tärkeimpiä.

Esimerkkejä luontotiedon välittämisestä

TIEDONVÄLITYSTAPA

- Säännölliset, tulkatut, kuvia ja videoita sisältävät matalan kynnyksen luontoinfot vastaanotto-keskuksessa (esim. 1x/kk)
- Luontokerho vastaanotto-keskuksessa (esim. joka toinen viikko)
- Suomen kielen opetukseen liittyvä syvempi luonto-osio (myös ulkona)

- Säännölliset opastetut teemaretket (lähi)luontoon

- Jaettava paikallisesta luonnosta ja luonnon hyvinvointivaikutuksista kertova taskuopas eri kielillä

MAHDOLLINEN TIEDON VÄLITTÄJÄ/EDELITYS

- Ohjaaja tai luontokotoutumiseen keskittyvä harjoittelija vastaanotto-keskuksessa
- Vapaaehtoinen vierailija paikallisesta luontoyhdistyksestä
- Paikallinen luonto- ja ympäristöalan opiskelija
- Paikallinen luonto-opas
- Suomen kielen opettaja

- Ohjaaja tai luontokotoutumiseen keskittyvä harjoittelija vastaanotto-keskuksessa
- Vapaaehtoinen vierailija paikallisesta luontoyhdistyksestä
- Paikallinen luonto-opas

- Annetaan, kun henkilö saapuu vastaanotto-keskukseen



Turvapaikanhakijasta omatoiminen luonnossa liikkuja

Kokemus osoittaa, että itsenäisen luontoon lähtemisen esteenä turvapaikanhakijoiden keskuudessa on usein pelko luontoa kohtaan ja tiedon puute, sillä yleensä heillä ei Suomeen tullessaan ole paljoakaan tietoa suomalaisesta luonnosta.

Luonto voi olla turvapaikanhakijalle hyvin vaikeasti saavutettava monista eri syistä: ulko-olosuhteet, kuten kylmä ja pimeä talvi, tai henkilökohtaiset syyt, kuten oma jaksaminen. Mikäli halutaan, että turvapaikanhakijat liikkuvat luonnossa itsenäisesti, on tarpeellista ohjata heidät luontoon. Osallistuminen järjestetyille luontoretkeille voi innostaa itsenäiseen luontoon lähtemiseen, mutta myös

tarpeellisen tiedon välittäminen kulttuurisista näkökohdista, yleisistä käyttäytymissäännöistä ja tavoista voimaannuttaa turvapaikanhakijaa suunnistamaan luonnossa ja uudessa yhteiskunnassa ylipäättään. Tärkeintä on kuitenkin ymmärtää turvapaikanhakijan motivaatiota ja tarpeita sekä tarjota niiden mukaisesti ymmärrettäviä ja positiivisesti tulkittuja kuvia luonnosta.

On tärkeää välittää turvapaikanhakijalle tietoa:

- luonnon terveys- ja hyvinvointivaikutuksista
- jokamiehenoikeuksista
- luontokohteista ja niiden saavutavuudesta (erityisesti lähikohteista)
- vaatuksesta ja varusteista
- marjastuksesta ja sienestyksestä
- kalastuksesta
- eläimistä ja siitä, että suomalaisissa metsissä ei tarvitse pelätä.

Paras keino välittää turvapaikanhakijalle tietoa Suomen luonnosta on:

- kertoa siitä omalla äidinkielellä (tulkki ei välttämätön, saman kielen puhuja voi toimia tutorina)
- järjestää luonnossa tapahtuvia opastettuja aktiviteetteja (esim. teemaretkiä)
- esittää luontovideoita ja luontokuvia.

Tärkeimmät tiedonvälittäjät ovat:

- vastaanotto-keskuksen ohjaajat
- vapaaehtoiset
- paikalliset ystävät.

Hyviä keinoja, jotka innostavat turvapaikanhakijaa liikkumaan luonnossa:

- Luonnossa käyminen yhdessä tuttujen ihmisten kanssa
- Luonnossa käyminen ihmisten kanssa, jotka tuntevat luontoa
- Kertominen, miten luontoa voi hyödyntää
- Jonkin osallistujalle mieluisan asian liittäminen luontoretkeen (esim. ruoan valmistaminen tai aktiviteetti)
- Tietyt aktiviteetit innostavat eri-ikäisiä eri lailla, joten järjestetään kullekin kohderyhmälle sopivia toimintoja.
- Retkeen sopivat vaatteet ja varusteet parantavat kokemusta.

Lisätietoa ja lukemista

ESIKOTO-hankkeen loppujulkaisu (2018). www.metsa.fi/esikoto/tulokset

Luontokohteita ja ulkoiluliikuntapaikkoja Pohjois-Pohjanmaan alueella

Metsähallitus, Luontopalvelut
www.luontoon.fi ja www.retkikartta.fi
(mm. Rokuan, Sytteen ja Oulangan kansallispuistot, Liminganlahden luontokeskus, jokamiehenoikeudet, retkeily ABC)

Oulun kaupunki
www.ouka.fi/oulu/ymparisto-ja-luonto/luonnon-virkistyskaytto

Pudasjärven kaupunki
www.pudasjarvi.fi/asukkaille/liikunta-ja-ulkoilu/ulkoliikuntapaikat

Kuusamon kaupunki
www.kuusamo.fi/ulkoliikuntapaikat-0

Muhoksen kunta
www.muho.fi/liikunta-ja-vapaa-aika/liikunta-ja-ulkoilu/

Kempeleen kunta
www.kempele.fi/asuminen-ja-ymparisto/viheralueet-ja-leikkipuistot.html

Luontojärjestöjä Pohjois-Pohjanmaalla
(ESIKOTO-hankkeen yhteistyötahoja)

Suomen Luonnonsuojeluliiton Oulun yhdistys
Oulun Erä- ja Kalamiehet
Pudasjärven perhokalastajat
Partiolippukunta Toimarit ry

Luontolähtöinen kotoutuminen Suomessa ja muualla Pohjoismaissa (muutama esimerkki)

Vähäsarja Kati (2015). Luonto liikkuttamaan ESR-hankkeen 2013-2015 loppuraportti.
<https://julkaisut.metsa.fi/assets/pdf/lp/Muut/luonto-liikkuttamaan-loppuraportti.pdf>

Vihreä Veräjä - hyvinvointia luonnosta (vinkit ja materiaalit luontoavusteisen toimintaan) <https://www.vihreaveraja.fi/>

Pitkänen, K., Oratuomi, J., Hellgren, D., Furman, E., Gentin, S., Sandberg, E., Hogne Ø. & O. Krangle, 2017. Nature-based integration: Nordic experiences and examples. TeemaNord 2017:517. Nordic Council of Ministers. <https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1099117/FULLTEXT01.pdf>



ESIKOTO Esikotouttamisen kehittämishanke Pohjois-Pohjanmaalla -hankkeen tavoitteena oli kehittää ja järjestää turvapai kanhakijoille ja vasta oleskeluluvan saaneille henkilöille mielekäästä, matalan kynnyksen osallisuutta vahvistavaa toimintaa yhteistyössä järjestöjen kanssa. Lisäksi hankkeessa vahvistettiin järjestöjen osaamista esikotouttavaan toimintaan työpajojen ja koulutusten avulla. Hankkeen kohderyhmänä olivat työikäiset, työluvan saaneet turvapaikanhakijat ja vasta oleskeluluvan saaneet henkilöt sekä järjestöt, vapaaehtoiset ja yritykset. Hankkeen päätoteuttajana toimi Oulun Diakonissalaitoksen Säätiö ja osatoteuttajia olivat Metsähallituksen Luontopalvelut, Diakonia-ammattikorkeakoulu ja Vuolle Settlementti. Hankkeen toiminta-alueena oli Oulu, Kempele, Muhos, Pudasjärvi ja Kuusamo. Hanketta rahoittivat Euroopan sosiaalirahasto (ESR) sekä hankkeeseen osallistuneet kunnat. Hankkeen toiminta-aika oli 1.5.2016 – 31.8.2018.