



JAKSAMISEN JÄLJILLÄ

Loppuraportti

HANKE PÄHKINÄN KUORESSA

- ✓ Hankkeen nimi ja numero: Jaksamisen jäljillä (217798)
- ✓ Toteuttaja: Nouseva Rannikkoseutu ry
- ✓ Toteutusaika: 10.11.2022-31.12.2023
- ✓ Kustannusarvio ja tuki%: 12 166,14 € (100 %)
- ✓ Rahoittaja: Nouseva Rannikkoseutu ry (maaseuturahasto)
- ✓ Toteutusalue: Hailuoto, Liminka, Lumijoki, Pyhäjoki, Raahen, Siikajoki ja Tyrnävä

Raportin kuvat Katariina Imporanta, Caltio Creative (ellei toisin mainita)



Kuva: Pixabay

YHTEENVETO HANKKEESTA

Nouseva Rannikkoseutu ry:n Jaksamisen jäljillä -esiselvityshankkeessa kartoitettiin yhdistystoimijoiden jaksamiseen vaikuttavia tekijöitä. Hankkeen aikana yhdistystoimijoilta kerättiin ajatuksia siihen, mikä tukee ja mikä verottaa heidän jaksamistaan yhdistystoiminnassa. Yhteistyössä paikallisten kokemusasiantuntijoiden ja asiantuntijoiden kanssa kartoitettiin toimintamalleja ja työkaluja jaksamisen tukemiseen sekä haasteiden ratkaisemisen tai lieventämisen avuksi.

Etätyöpajojen, fokusryhmähaastattelujen ja kokoavan lähityöpajan pohjalta koottiin Jaksamisen työkalupakki. Työkalupakkiin valikoitui toimenpiteiksi mm. työnohjaus (vuorovaikutuksen tukeminen, yhteisten tavoitteiden selkeyttäminen), toimintamallien kehittäminen (motivaation kohottamiseen, ryhmätoimintaan ja vastuunjakoon liittyvät toimintatavat, valmentava johtaminen), viestinnän kehittäminen ja vertaistukiverkoston rakentaminen. Vapaaehtoistoimijoiden tarpeiden pohjalta muotoutui sisältö ja toimintamallit Jaksamisen jäljillä jatkohankkeeseen.

Hanke toteutettiin yhteistyössä Norsun alueen yhdistystoimijoiden, hankkeen seurantaryhmän ja Kokoamo Oy:n kanssa. Hankkeen **toimintaan osallistui kaikkiaan 27 henkilöä** ja he edustivat kaikkiaan **38 eri yhdistystä** eri puolilta Norsun aluetta. Mukana oli kylä-, asukas- ja harrasteyhdistyksiä eri puolilta Norsun aluetta, mutta myös erilaiseen edunvalvontaan keskittyviä ja/tai maakunnallisella tasolla toimivia yhdistyksiä.



TAUSTA JA TARVE

YHDISTYKSET ALUEEN VOIMAVARA

Norsun strateginen Hyvä elämäpainopiste rakentuu mm. aktiivisesta vapaa-ajasta ja toimivista lähipalveluista sekä yhdistystoimijoiden hyvinvoinnista.

Yhdistykset tuottavat alueellamme palveluita ja tapahtumia sekä ylläpitävät monia kohtaamis- ja harrastuspaikkoja. Yhdistyksillä on tärkeä rooli yhteisöllisyyden luomisessa ja paikallisyhteisöjen hyvinvoinnin edistäjänä. Yhdistysten toiminta on pääosin vapaaehtoisuuteen ja talkootyöhön perustuvaa.

Norsun alueella on n. 60 kylää ja niissä toimii yli 900 rekisteröitynyttä yhdistystä.

YHDISTYSTOIMINNAN MURROS

Maaseutumaisemmilla alueilla perinteinen kylätoiminta on yhä aktiivista. Kaupunkien lähellä yhteisöllinen toiminta keskittyy enemmän harrastus- ja kulttuuriyhdistyksiin. Pitkäaikainen sitoutuminen toimintaan on yhä harvinaisempaa. Tekeminen ja vastuunkantaminen kasautuu harvempien harteille. Samalla väestö ja toimijat ikääntyvät.

Paikoin on nähtävissä merkkejä yhdistystoimijoiden uupumisesta ja toiminnan hiipumisesta. Samaan aikaan yhdistyksiin ulkoapäin tulevat paineet kasvavat, kun julkinen sektori on lisäämässä vastuuta yhdistyksille paikallisen toiminnan ja palveluiden tuottamisessa. Myös asukkaiden odotukset yhdistyksille ovat usein suuret.

JAKSAMINEN UUSI HAASTE

Toimijoiden jaksaminen vaikuttaa siihen, että yhdistystoiminta säilyttää toiminta- ja uudistumiskykynsä muuttuvissa tilanteissa. Ilman hyvinvoivia yhdistystoimijoita toiminta hiipuu ja maaseudun palveluiden määrä vähenee. Yhdistysten arkeen on löydettävä uusia toimintamalleja ja toimijoita, jotta motivaatio yhdistystoimintaan säilyy.

Yhdistystoimijoiden jaksaminen on noussut esille Norsun omissa strategisissa kylähankkeissa, yhdistystoimijoiden kanssa käydyissä keskusteluissa, strategiatyöpajoissa, hankekyselyiden tuloksissa ja siinä, että yleishyödyllisten Leader-hankkeiden talkoisiin osallistuu yhä pienempi aktiivien joukko.

HANKKEEN TAVOITTEET

JAKSAMISEN DYNAMIIKKA

kartoittaa yhdistystoimijoiden jaksamiseen vaikuttavia tekijöitä

Jaksamisen dynamiikka on sidoksissa siihen, miksi yhdistystoimintaan lähdetään mukaan ja mikä saa pysymään toiminnassa mukana. Tavoitteena on tunnistaa sekä jaksamista tukevia positiivisia elementtejä että niitä kipupisteitä, jotka vaikuttavat jaksamiseen heikentävästi. Samalla pohditaan keinoja, joilla niihin voidaan vaikuttaa.

TYÖKALUPAKKI JAKSAMISEEN

kootaan työkaluja toimintamalleja jaksamisen tueksi

Jaksaminen on sekä yhteisöllinen ja yksilöllinen kokemus. Jaksamiseen on siksi pureuduttava erilaisiin tilanteisiin sopivin menetelmin ja toimintamallein. Jaksamisen työkalupakkiin koottavista menetelmistä ja toimintamalleista osaa voidaan lähteä toteuttamaan heti yhdistysten omassa toiminnassa ja osaa jatkohankkeessa.

JATKOHANKKEEN VALMISTELU

paikallisen kokemusasiantuntijuuden hyödyntäminen

Paikallistoimijat ovat parhaita asiantuntijoita siihen, mistä asioista jaksaminen koostuu, mikä motivoi ja kannustaa sekä mikä jaksamisen taso yhdistyksissä on. Paikallisten toimijoiden osallistamisen ja kuuntelemisen kautta saadaan aikaan vaikuttavampia tuloksia.

VERTAISTUKI- VERKOSTO

toisilta oppimisen edistäminen

Yhteinen tahtotila niin yhdistys- kuin kuntatasollakin yhdistystoimijoiden jaksamisen tukemisessa on tärkeää toiminnan onnistumisen kannalta. Yhteinen ja avoin keskustelu lisää tietoa jaksamisen dynamiikasta. Vertaistuen avulla ja toisilta oppimisen kautta vahvistetaan toimijoiden kiinnostusta oman jaksamisen ylläpitämiseen.

HANKKEEN BUDJETTI

12 166,14 €

Sekä 420 euroa yhdistyksen
omista varoista
seurantaryhmän
kokouspalkkioihin



OSTOPALVELUT

Työpajojen ja haastatteluiden
fasilitointi ja dokumentointi
sekä ehdotus työkalupakista
ja toimenpiteistä
jatkohanketta varten



VUOKRAT

Live-työpaja



MATKAKULUT

Seurantaryhmän matkakulut
live-työpajaan



MUUT KULUT

Live-työpajan kokoustarjoilut



HANKKEEN FASILITOINTI JA SEURANTA

KOKOAMO OY

Hanke toteutettiin ostopalveluna ja asiantuntijan vetämänä. Kilpailutuksen jälkeen hankkeen toimenpiteiden toteuttajaksi valittiin rovaniemeläinen Kokoamo Oy. <https://kokoamo.fi/>

Aikaisemmin Norsun omiin kehittämishankkeisiin on palkattu hankevetäjä. Nyt rajallisten resurssien ja teeman haastavuuden takia päätettiin ottaa tekijäksi ulkopuolinen toimija. Tällä tavalla tekemiseen saatiin uutta näkökulmaa ja osaamista. Osittain hyvinkin aran ja tunteita herättävän teeman käsittelyssä ulkopuolinen vetäjä oli neutraali ja paikallisen toimintaympäristön rasitteista vapaa.

SEURANTARYHMÄ

Hankkeen sisällöllisestä ohjauksesta ja jatkohankkeen valmistelusta vastasi seurantaryhmä.

Seurantaryhmään kuuluivat:

- ✓ Riikka Hautala, Nina Kurunlahti, Miia Lindström*, Päivi Remes (Norsun henkilöstö)
- ✓ Aki Heiskanen (Norsun hallituksen pj)
- ✓ Minna Luoma (Ruukin kyläyhdistys)
- ✓ Tiina Tirola (Pirttikosken kyläyhdistys)
- ✓ Riina Rahkila (Markkuun seudun kyläyhdistys)

*Miia Lindström osallistui harjoittelun jälkeen Raahen MLL:n ja Raahen Ladun edustajana

Seurantaryhmä **kokoontui 5 kertaa**. Tapaamisista laadittiin muistiot.



Kuva: Pixabay

HANKKEESTA TIEDOTTAMINEN

- Lehdistötiedote
- Sähköpostilistat
 - Norsun hallitus ja jäsenet
 - Norsun alueen kuntatoimijat ja kuntien järjestöyhdyshenkilöt
 - yleishyödyllisten Leader-hankkeiden toteuttajat
 - muut aktiivit ja potentiaaliset osallistujat
- Norsun kotisivut ja some
- Maaseutu.fi/hankerekisteri
- Kyläilloissa
- Erilaisten tapaamisten yhteydessä
- Puskaradiot

HANKKEEN TOIMENPITEET – STEPPIEN TAVOITTEET

ETÄTYÖPAJAT 2-3/2023

- Jaksamisen esteiden ja yhteisten kipupisteiden tunnistaminen
- Jaksamista tukevien positiivisten elementtien kartoittaminen
- **5 ohjattua keskustelua** (a' 60 min)
- Osallistujia 19

FOKUSRYHMÄ- HAASTATTELUT 3-4/2023

- Syventää työpajoissa esiin nousseita asioita
- Saada konkretiaa ja monipuolisuutta työkalupakkiin
- Valittavien menetelmien liittyminen osallistujien kokemuspiiriin
- **5 teemallista ohjattua ryhmähaastattelua** (a' 45 min, osallistujia 15)
 - Teemoina: houkutteleva viestintä, vapaaehtoistyön ja elämän yhteensovittaminen, hyvät vuorovaikutustaidot (valmentava johtaminen), matalan kynnyksen toiminta ja tapahtumat, moderni yhdistys (rakenteiden joustavuus)
 - Teemat nousivat esiin työpajoista
- Vertaistuki ja mentorointi läpileikkaava teema kaikissa haastatteluissa

LIVE-TYÖPAJA 5/2023

- Sitouttaa osallistujia ja vahvistaa verkostoja
- Testauttaa ajatuksia jatkohankkeen pääteemoista ja työkalupakkiin valittavista menetelmistä
- **Valittavien menetelmien tavoitteena on parantaa yhdistysten toimintakulttuuria ja tehdä hyvinvoinnista vapaaehtoistoiminnan kantava periaate**
- **Ohjattu savityöpaja** (minun yhdistykseni) ja **ryhmäkeskustelut**, paikkana Luonto- ja hyvinvointitalo Peukaloinen, Markkuu Tyrnävä
- osallistujia 22

KYSELY 8-9/2023

- Toimintaan osallistuneille
- Saada lisää konkretiaa jatkohankkeeseen ja vinkkejä tapaamisten ohjelmasisältöön (hyvinvointia tukeva yhdessä tekeminen)
- **Tärkeysjärjestys työpajojen teemoille**
- vastauksia 13





KESKEISET TULOKSET

JAKSAMISEN KULMAKIVET - PÄÄTEEMAT

1. Matala kynnyks tulla mukaan toimintaan (tärkein teema kyselyssä, 30,8%)

- pop-up toiminta ja sitoutumispelko
- osallistumisen tunnistaminen
- perehdytys
- talkoiden uudelleen organisointi

2. Uudistuva yhdistys (2. tärkein teema kyselyssä, 30,7 %)

- joustava hallinto
- toiminta-ajatuksen kirkastaminen
- kokeilut ja sparraus
- yhdistys työnantajana

3. Hyvinvoiva vapaaehtoistyöntekijä (2. tärkein teema, 30,7%)

- yhdenvertaisuus vapaaehtoistyössä
- arjen ja vapaaehtoistyön yhteensovittaminen
- merkityksellisyyden kokemukset (arvostus)
- uudet käytännöt tekemiseen

4. Hyvä vuorovaikutus

- keskustelukulttuuri
- viestinnän käytännöt
- ilmapiiiri
- tiedon jakaminen

5. Houkutteleva viestintä

- kohderyhmäviestintä
- ydinviesti
- yhteistyö



Näiden pohjalta
rakennetaan
teemoittain
työpaketit
konkreettisine
toimenpiteineen
jatkohankkeen
työkalupakkiin



KESKEISET TULOKSET

TOIMENPIDE-EHDOTUKSIA JATKOHANKKEESEEN

1. **Norsun alueen hyvinvointiverkoston kehittäminen** - yhdistystoimijoiden säännölliset tapaamiset (yhdessä oppiminen ja vertaisarviointi)
2. **Vertais- / mentoritoimintamallin konseptointi** – paikalliset yhdistysmentorit
3. **Kumppanuuspilotit kunnissa** – yhdistysten ja kunnan hyvinvointiyhteistyön kehittäminen (toiminnan jatkuvuus)
4. **Hyvinvoinnin rakentaminen osaksi arjen yhdistystoimintaa** – työkaluina mm. työnohjaus, ryhmäyttäminen, vastuunjako ja valmentava johtaminen
5. **Hyvinvointikokeilujen toteuttaminen yhdistyksissä**, kokeilujen skaalaus ja vakiinnuttaminen - yhdistyksen oman toiminnan kehittäminen asiantuntijoiden ja vertaisohjaajien/mentoreiden kanssa
6. **Hyvinvointitarinoiden kirjoittaminen** – kasvojen luominen yhdistystoiminnalle viestinnän avulla
7. **Nuorten osallisuus ja näkemysten kartoittaminen yhdistystoiminnan tulevaisuudesta** – hallittu sukupolvenvaihdos tai uusi toiminnan konsepti
8. **Villi kortti** uusien ideoiden toteuttamiseksi



MUUT HANKKEEN AIKANA ESIIN NOUSSEET KEHITTÄMISTOIMET, JOIHIN TARTUTAAN

YHTEISÖ LEADER SÄÄNTÖMUUTOS

4. sektorin toimijoiden mahdollisuus hakea tukea pop-up tyyppisiin kokeiluihin ja niiden materiaalikustannuksiin. Vähintään 3 aikuisen muodostama ryhmä hakijana. Sääntömuutos tulee voimaan 1.1.2024



HYVIÄ KÄYTÄNTÖJÄ JA KOKEMUKSIA

MIKÄ ONNISTUI?

1. Jaksamiseen vaikuttavia tekijöitä saatiin kartoitettua monipuolisesti
2. Ulkopuolinen vetäjä onnistui luomaan avoimen ja luottamuksellisen ilmapiirin keskusteluihin
3. Hankkeen suunnittelu yhdessä kohderyhmän kanssa – saadaan oikeat asiat jatkohankkeeseen
4. Osa työpajoissa esitellyistä menetelmistä otettiin yhdistyksissä heti käyttöön
5. Mukana oli laaja kirjo yhdistyksiä, myös sellaisia, jotka olivat ensimmäistä kertaa mukana Norsun toiminnassa (mm. sote- ja hyvinvointi yhdistykset)
6. Osa toimijoista oli mukana läpi koko prosessin alusta loppuun

MISSÄ PARANNETTAVAA?

1. Nuorten mukaan saaminen – nuoret mukaan vasta työpajojen jälkeen (kysytään Norsun nuorisotyöryhmän ideat jatkohankkeeseen)
2. Kunnan yhdistysten yhteyshenkilöitä ei saatu mukaan – heidät saatava ehdottomasti mukaan jatkohankkeeseen

MIKÄ YLLÄTTI?

1. Osallistujien vahva sitoutuminen – aihe koettiin todella tärkeäksi ja siihen halutaan myös itse vaikuttaa
2. Toimijoiden positiivinen asenne tekemiseen ja tulevaisuususkko
3. Miesten aktiivinen osallistuminen – hyvinvointi on kaikkien asia

ERÄÄN YHDISTYKSEN HYVINVOINTI TARINA

MODERNI YHDIST

20XX

"Yhdistyksen toiminta tehdään avoimeksi hauskan ja positiivisen viestinnän kautta. Kerrotaan perustoiminnasta, mutta myös yhteisestä tekemisestä/talkoista. Houkutellaan yhteiseen toimintaan keskustelun kautta ja hakemalla toimijoiden vahvuuksia, joilla jokainen voi luoda oman panostuksen toimintaan. Koska toiminta on vapaaehtoista, pyritään toiminta pitämään iloisena ja kivana. Huomioidaan kaikkien ehdotukset ja muistetaan kiittää. Verkostoituminen on tärkeää, löytää ne vahvuudet, joilla toimintaan saadaan vahvuutta."

Nouseva Rannikkoseutu ry on paikallinen kehittämisyhdistys, jonka tehtävänä on lisätä alueen elinvoimaisuutta ja auttaa eri toimijoita osallistumaan oman alueensa kehittämiseen. Norsu myöntää yrityksille ja yhteisöille mm. kehittämis- ja investointitukea. Pienempiin hankkeisiin voi hakea Nuoriso, Yritys ja Yhteisö Leaderiä. Norsu toimii Leader-periaattein Hailuodon, Limingan, Lumijoen, Pyhäjoen, Raahen, Siikajoen ja Tyrnävän kunnissa.

KIITOS KAIKILLE HANKKEESSA MUKANA OLLEILLE!

Nina Kurunlahti
050 3844 472
nina.kurunlahti@nousevarannikkoseutu.fi
Nousevarannikkoseutu.fi

