



#täälläolla!

Julkaisemme uutiskirjeen neljä kertaa vuodessa Kestävä elämä -hankkeen ajankohtaisista aiheista!

Mikäli haluat postituslistallemme, ole yhteydessä:

Ulla Heikkilä, 045 7830 4433, ulla.heikkila@kekekeskus.fi

Seuraa meitä myös sosiaalisessa mediassa:

Facebook [Kestävän kehityksen keskus](#)

Instagram [Kestävän kehityksen keskus](#)

Kesäterveiset Kestävä elämä -hankkeesta!

Hankkeen kevät on ollut vauhdikas! Vertaisryhmät toimivat aktiivisesti ja uusia osallistujia tulee mukaan tasaiseen tahtiin. Hanke on kerännyt paljon positiivista huomiota ja osallistujia, tällä hetkellä toimii kaksi vertaisryhmää. Heinäkuussa hankkeessa hiljennetään tahtia ja nautitaan kesästä rennommalla otteella – luvassa on muun muassa ulkoilua, yhteisiä piknik -retkiä ja ohjelmaa muokataan osallistujien toiveiden mukaan! Kesän aikana huolehdimme myös Hietasaarella sijaitsevasta viljelypalstastamme – yhdessä viljellen ja nauttien luonnosta. Syksyllä pääsemme hyödyntämään viljelypalstan antimia – luvassa on sadonkorjuun iloa, käytännönläheisiä vinkkejä ruoanlaittoon ja säilöntään sekä yhteistä oppimista arjen kestävästä valinnoista.



Kevään kohokohtia!

Hankkeen ensimmäiset **Avoimet ovet** järjestettiin ystävänpäivänä 14.2.2025 ja vierailijoita oli paljon! Seuraava Avoimet ovet -tapahtuma on luvassa 12.9.2025 klo 12:00-15:00.

Hankkeen toinen **webinaari** järjestettiin 25.4.2025, aiheena oli Mielenterveys ja hyvinvointi työssä. Webinaarissa asiantuntijapuheenvuorot pitivät työelämän mielenterveyden asiantuntija Saija Koskensalmi (MIELI Suomen Mielenterveys ry) sekä Oulun kaupungin hyvinvoinnin edistämisen johtaja Pirjo Nikula. Seuraava webinaari on luvassa syksyllä ja tiedotamme tarkemmin myöhemmin, kunhan saamme puhujat varmistettua.

Keväällä olimme mukana Rikosseuraamuslaitoksen Pohjois-Suomen yhdyskuntaseuraamustoimiston kanssa hakemassa **Kaiku -palkintoa**. Kaiku-palkinto on kilpailu, jossa etsitään rohkeita kokeiluja ja uusia toimintatapoja. Pääsimme kilpailussa finaaliin asti, hieno saavutus ja osoitus onnistuneesta yhteistyöstä. Valtiolla.fi -sivustolla voi käydä lukemassa artikkelin yhteistyöstämme: [Kaiku-palkinto 2025 finalistit: Rohkea kehittäminen tuottaa toivoa tulevaisuuteen](#).

Henkilöstöuutisia! Kevään aikana hankkeen henkilöstössä tapahtui muutoksia. Hankekoordinaattori Teija siirtyi uusien haasteiden pariin ja toukokuussa uutena työntekijänä aloitti Ella-Mari Väänänen. Ella on päässyt hyvin mukaan hankkeen toimintaan ja aloittanut vertaisryhmien suunnittelun sekä ohjaamisen. Hankkeen vertaisryhmissä toimii lisäksi ohjaajana Janne. Janne aloitti mukana vertaisryhmissä osallistujana, ja on nyt siirtynyt hankkeeseen ohjaajaksi – hieno esimerkki osallisuuden ja kasvun mahdollisuuksista. Jannen osallistujatausta tuo ohjaustyöhön arvokasta ymmärrystä ja osaamista, hänen esimerkkinsä tekee näkyväksi osallisuuden ja kasvun mahdollisuudet hankkeessa. Kevään aikana hankkeessa on ollut mukana myös kaksi sosionomiopiskelijaa, jotka ovat tuoneet mukanaan oman osaamisensa ja tuoreita näkökulmia, heidän panoksensa on rikastuttanut toimintaa ja tukenut osallistujia monipuolisesti.



Kestävä elämä -toimintamalli rakentuu osallisuudesta ja yhteisöllisyydestä! Kestävän kehityksen keskuksen toimintaan on muotoutumassa hankkeen myötä Kestävä elämä -toimintamalli, joka tukee Oulun alueella työelämän ulkopuolella olevia työkäisiä. Malli tarjoaa matalan kynnyksen osallistumismahdollisuuksia, jotka vahvistavat osallisuutta, elämänhallintaa ja toimintakykyä. Toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja yksilöllisiin tarpeisiin. Vertaisryhmät kokoontuvat säännöllisesti, ja osallistujille tarjotaan myös yksilöohjausta. Ryhmissä opetellaan arjen taitoja ja kestävä elämäntapaa yhdessä – osallistujien toiveet ohjaavat toimintaa. Toimintamalli mahdollistaa kasvun ja kehittymisen, malli tukee yksilöllisiä polkuja esimerkiksi kohti opintoja, kuntouttavaa työtoimintaa tai muuta yhteisöllistä toimintaa. Vaikuttavuutta syntyy, kun osallistujat löytävät oman elämänsuuntansa ja palveluverkostonsa. Samalla vahvistuvat yhteisöllisyys, ympäristötietoisuus ja yhdistysten vapaaehtoistoiminta.

Täällä ollaan!

Lisätietoja:

[Kestävä elämä -hanke](#)

Hankepäällikkö: Ulla Heikkilä, 045 7830 4433, ulla.heikkila@kekekeskus.fi

Hankekoordinaattori: Ella-Mari Väänänen, 045 7837 6531, ella-mari.vaananen@kekekeskus.fi