



#täälläollaan!

Julkaisemme uutiskirjeen noin 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](#)

Kestävä elämä -hankkeen alkuvuosi on ollut monipuolinen ja toiminnallinen

Toiminta on sisältänyt luovia menetelmiä, kädentaitoja, arjen taitojen harjoittelua sekä yhteisiä retkiä ja vierailuja. Alkuvuoden aikana on työstetty omia unelmia ja tavoitteita esimerkiksi unelmakarttojen avulla sekä keskusteltu osallisuudesta ja omasta toimijuudesta. Kädentaitojen parissa on valmistettu muun muassa puutikkulaatikoita, avaimenperiä, kangaskasseja, koruja sekä erilaisia kausiteemaisia askarteluja.

Arjen taitoja on harjoiteltu käytännönläheisesti, esimerkiksi ruoanlaiton, asiointiharjoitusten sekä oman arjen suunnittelun kautta. Toiminta on tarjonnut mahdollisuuksia onnistumisen kokemuksiin ja uuden oppimiseen turvallisessa vertaisryhmässä.

Kevään aikana vertaisryhmä on liikunut paljon myös luontoon ja lähiympäristöihin. Retkiä on tehty muun muassa Hietasaareen, Pilpasuolle ja Isokankaalle. **Kevään aikana toteutettiin myös yön yli retki Rokualle, joka tarjosi osallistujille mahdollisuuden rauhoittua luonnon äärelle, vahvistaa vertaisryhmän yhteisöllisyyttä ja kokea uusia elämyksiä yhdessä.**

Kevättä kohti toiminnassa on painottunut myös viljely ja kestävä arki. Osallistujat ovat aloittaneet kasvien esikasvatuksen, hoitaneet viljelypalstaa sekä osallistuneet roskakävelyihin ja ympäristöä havainnoiviin tehtäviin. Luontotyöpäiväviikolla ulkoiltiin erityisen paljon ja seurattiin kevään edistymistä.

Alkuvuoden aikana olemme olleet mukana myös monissa tapahtumissa ja verkostoyhteistyössä, tässä muutamia esimerkkejä. Osallistuimme tammikuussa **Hävikkifestareille**, jossa teemana oli ruokahävikin vähentäminen ja kestävä arki. Tapahtuma tarjosi konkreettisia vinkkejä sekä mahdollisuuden yhteisölliseen tekemiseen.

Helmikuussa järjestimme **Kestävä elämä -hankkeen avoimet ovet ja kehittämistyöpajan**, jossa kävijät pääsivät tutustumaan toimintaan ja osallistumaan sen kehittämiseen.

Kevään aikana toteutettiin myös **nuotiohetkiä yhteistyössä Oulun 4H-yhdistyksen sekä Luonnosta työtä ja toimintakykyä -hankkeen kanssa**, joissa yhdistyivät luonnossa oleilu ja matalan kynnyksen kohtaaminen.

Huhtikuussa olimme mukana **Hyvinvointitapahtuma Sykäyksessä Kumppanuuskeskuksella**, jossa eri toimijat esittelivät toimintaansa ja tarjosivat tietoa hyvinvoinnin tueksi.

Keväällä osallistuimme myös ensimmäistä kertaa järjestettyyn **Rikoserityisen työn ammattilaisten verkostotapahtumaan**, jossa esittelimme hanketta ja vahvistimme yhteistyötä alueen toimijoiden kanssa.

Lisäksi olimme mukana **Lähekkö nää Hietasaareen -luontoretellä**, joka tarjosi mahdollisuuden tutustua lähiluontoon ja sen hyvinvointivaikutuksiin.

Kesäkuussa on luvassa vielä **villiyrttiretki** sekä **Kestävästi yhdessä -kesätapahtuma Tuiran torilla 9.6.**, joka toteutetaan yhteistyökumppaneiden kanssa.

Yhteistyö eri toimijoiden kanssa on ollut aktiivista alkuvuoden aikana. Keväällä toteutimme **Romano Mission Naisten Kulman** kanssa rikostaustaisille romaninaisille suunnatun ompeluryhmän, joka tarjosi mahdollisuuden yhdessä tekemiseen, taitojen vahvistamiseen sekä osallisuuden kokemuksiin turvallisessa ympäristössä.

Kesän aikana yhteistyö jatkuu D-aseman kanssa toteutettavan viljelytoiminnan parissa. **Palstanhoitoryhmä toimii rennolla periaatteella**, jossa osallistuminen rakentuu osallistujien omien aikataulujen ja mahdollisuuksien mukaan. Toiminta tarjoaa joustavan tavan olla mukana, oppia uutta ja osallistua yhteiseen tekemiseen matalalla kynnyksellä.

Kesän aikana vertaisryhmätoiminta jatkuu monipuolisena.

Kesäkuukausina aikaa vietetään paljon Hietasaareessa viljelypalstan parissa istutus- ja hoitotöissä sekä luonnossa liikkuen. Retkiä tehdään muun muassa Hailuotoon ja Runtelin laavulle ja näköalatorniin.

Toimintaan kuuluu myös liikunnallisia ja virkistäviä sisältöjä, kuten kalastusta, minigolfia, pihapelejä sekä ulkokuntosalien hyödyntämistä. Lähiympäristöön tutustutaan esimerkiksi Pikisaaren taidepolulla, torikäyntien sekä erilaisten retkien kautta. Syksyn alkaessa toiminta palaa arjen rytmiin ja teemallisiin sisältöihin.



Toiminta on ollut vaikuttavaa ja tuottanut myönteisiä tuloksia osallistujien arjessa.

Osallistujien osallisuus ja toimijuus ovat vahvistuneet, arjenhallinta on parantunut ja toimintakyky on kohentunut vertaisryhmätoiminnan, yksilöohjauksen, neuvonnan ja käytännön tekemisen kautta. Jopa 70 % osallistujista on edennyt omaa polkuaan eteenpäin esimerkiksi kuntouttavaan työtoimintaan, opintoihin, harrastukseen tai työelämää kohti.

Hyvinvoinnissa on näkynyt selkeitä myönteisiä muutoksia: esimerkiksi kokemus yhteisöön kuulumisesta, ystävyysuhteista ja tulevaisuususkosta on vahvistunut merkittävästi osallistumisen aikana. Tulokset osoittavat, että matalan kynnyksen toiminta tavoittaa oikean kohderyhmän ja tukee aidosti hyvinvointia, osallisuutta ja arjen sujuvuutta.

Hankkeen henkilöstössä on tapahtunut muutoksia alkuvuoden aikana.

Hankekoordinaattori Ella siirtyi uusiin työtehtäviin kevään aikana ja hänen tilallaan uutena hankekoordinaattorina aloitti maaliskuun lopussa Päivi Parkkila.

Hankeessa ohjaajana pitkään ollut Janne suuntaa elokuussa opiskelemaan lähihoitajaksi, mikä tuo jälleen muutoksia toimintamme kokoonpanoon. Ohjaajana työskentelevä Mira jatkaa hankkeessa syyskuuhun asti.

Kestävä elämä -hanke on päättymässä 2026 vuoden lopussa, toivomme kuitenkin voivamme jatkaa vaikuttavaa ja vakiintunutta toimintaa jatkossakin. Mahdollinen toiminnan jatkuminen selviää syksyllä.

Järjestämme kuitenkin vielä hankkeen puitteissa **Avoimet ovet 18.9.2026 klo 12-15.**

Lisäksi tarjoamme kaikille avoimen ja maksuttoman

Kestävä elämä -hankkeen päätöswebinaarin: Yhdessä eteenpäin - opit ja oivallukset 27.11.2026 klo 9-12.

Tapahtumista tarkempia mainoksia ja tietoa syksymmällä.

Nyt nautitaan kesästä ja auringosta!

Täällä ollaan!

Lisätietoja:

[Kestävä elämä -hanke](#)

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

Hankekoordinaattori: Päivi Parkkila, 045 7837 6531, paivi.parkkila@kekekeskus.fi