

VINKKEJÄ HYVINVOINTILÄHTÖISIIN HEVOSALAN HARRASTUSPALVELUIHIN

Sisältö:

- Diat 2-12: Hyvinvointilähtöisistä hevosalan harrastuspalveluista ja hyvinvointivaikutuksista
- Diat 13-18: Kohti toteutusta: tuotteistamisesta ja toteutuksesta
- Diat 19-25: Esimerkkejä: hankkeen pilotit ja muita konsepteja
- Diat 26-33: Lisämateriaalia ja vinkkejä
- Dia 34: Hankeinfo

HEVOSALAN UUDET
LIIKETOIMINTAMAHDOLLISUUDET GREEN
CAREN JA HYVINVOINNIN KAUTTA:
”GREEN CARE –HEPPAHANKE”
4/2022–3/2024



SeAMK 

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES



Euroopan maaseudun
kehittämisen maatalousrahasto:
Eurooppa investoi maaseutualueisiin

Hyvinvointilähtöiset hevosalan harrastuspalvelut - eli mitä?

- Ihmisen hyvinvointi:
 - Hyvinvointilähtöisyydellä tarkoitetaan tässä myös ihmisen hyvinvointia ja sitä, miten siihen hevosten kanssa toimimisella voidaan positiivisesti vaikuttaa
 - Fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen hyvinvointi
 - erityisesti psyykkinen hyvinvointi esimerkiksi mielialan paranemisen ja stressin vähenemisen kautta, palautuminen
 - Palvelun tavoitteena esim. eri lajien treenaamisen sijaan(/lisäksi) hyvinvoinnin edistäminen -> hyvinvointi keskeisenä tavoitteena ja sisältönä
 - Hevosen kanssa, usein myös luonto mukana
 - Voi olla Green Care -toimintaa jos edellytykset täyttyvät, tai muuten hyvinvointia edistävää toimintaa
- Hevosen hyvinvointi:
 - Hyvinvointipalveluita hyvinvoivalla hevosella
 - Tärkeää kohderyhmän asiakkaille, haluavat myös oppia hevosen hyvinvoinnista
- Harrastuspalvelu:
 - Yksityiset asiakkaat ilman erityisen tuen tarvetta / julkisen puolen sote-palveluita



Läsnäolo hevosen kanssa

"Hevosen kanssa muu maailma, huolet ja murheet vain unohtuvat."

"Hevosen kanssa onnistun palauttamaan itseni läsnäolevaksi hetkeen. Hevosen kanssa on helppoa rauhoittua, kun keskittyy tarkkailemaan hevosta ja itseään. Hevonen houkuttelee liikkumaan ja oppimaan uutta. Uuden oppiminen ja onnistumisen kokemukset lisäävät isosti hyvinvointiani."

"Läsnäolo eläimen kanssa on voimaannuttavaa, eläin ei tuomitse vaan on vain rehellisesti siinä"

"Huonokin päivä muuttuu hyväksi, kun saa hetken puuhailia hevosen kanssa."



Hevosen kanssa luonnossa

”Se tunne, kun havahtuu siihen että ei ole ajatellut omia murheitaan. Kuuluu vain kavioiden kopse ja luonnon äänet, puiden havinaa ja lintujen viserrystä.”

”Hevosen kanssa maastossa liikkeessa saa aivan omanlaisensa tunteen vapaudesta ja yhteydestä luontoon.”

”Pakkasiltana ratsastin lumisessa metsässä ja se tuntui kuin olisin sadussa. Lumi kimmelsi otsalampun valossa ja lumi narskui kavioiden alla.”

”Ne muodostavat elämäni mieleenpainuvimmat kokemukset.”



HYVINVOINTIA HEVOSISTA



1. LIIKUNTA JA FYYSSINEN TERVEYS:



Hevosharrastukset vaativat fyysistä aktiivisuutta. Ne voivat parantaa lihasvoimaa, tasapainoa ja kestävyyttä, ja auttaa ylläpitämään terveyttä ja fyysistä hyvinvointia.

4. TUNTEIDEN SÄÄTELY:



Hevoset ovat herkkiä eläimiä, ja niiden kanssa työskentely voi auttaa ihmisiä tunnistamaan, hallitsemaan ja ilmaisemaan omia tunteitaan. Hevonen on luotettava ystävä.

2. STRESSIN LIEVITYS JA HYVÄ MIELI:

Vuorovaikutus hevosten kanssa ja luonnossa oleminen voivat auttaa stressin lievittämisessä. Hevosen läsnäololla on rauhoittava vaikutus. Hevosharrastus voi tukea psyykkistä hyvinvointia.

5. ITSETUNTO JA ITSETUNTEMUS:

Hevosten kanssa toimiminen voi auttaa kehittämään itsetuntoa ja itsetuntemusta. Se vaatii vuorovaikutusta ja kommunikaatiota hevosen kanssa, mikä edistää taitoja kuten luottamusta ja kärsivällisyyttä.



3. SOSIAALISET SUHTEET: (SIIS KAVERIT!)

Talliyhteisö ja mahdollisuus tavata samanhenkisiä ihmisiä voi parantaa sosiaalista hyvinvointia.

6. ELÄMÄNTAIDOJEN KEHITTÄMINEN:



Hevosharrastukset voivat opettaa monia elämäntaitoja, kuten vastuullisuutta, huolellisuutta, ajanhallintaa ja ongelmanratkaisutaitoja.

7. LUONTOYHTEYS:

Hevosharrastus tarjoaa usein mahdollisuuden olla ulkona ja nauttia luonnosta ja sen hyvinvointivaikutuksista.



HYVINVOINTILÄHTÖISIÄ HEVOSALAN HARRASTUSPALVELUITA EDISTÄMÄSSÄ:

Hevosalan uudet liiketoimintamahdollisuudet Green Caren ja hyvinvoinnin kautta:

GREEN CARE –HEPPAHANKE

Hyvinvointivaikutuksia (1/3)

- Seuraavassa on eläinavusteisen toiminnan, sote-puolen palveluiden kuten eläinavusteisen terapian hyvinvointivaikutuksia
 - Kaikella hevostoiminnalla ei automaattisesti ole samoja vaikutuksia
 - Hyvinvointiin keskittyvällä ohjauksella ja ohjaajan ammatillisella taustalla on keskeinen rooli!
 - Tavoitteellisuus, vastuullisuus, ammatillisuus
 - Osaaminen, lupaukset, hyvinvointitavoitteet ja toiminta oltava linjassa keskenään
- > inspiraatio ja oppien hyödyntäminen mahdollisuuksien mukaan myös harrastustoiminnassa



Hyvinvointivaikutuksia (2/3)

Elina Vehmaston artikkelissa (2019, 25-26) on koottu kansainvälisistä tutkimuksista muun muassa seuraavia todettuja **eläinavusteisuuden** psykofysiologisia ja -sosiaalisia vaikutuksia ja vaikutusmekanismeja ihmisen ja eläimen vuorovaikutuksessa (huom. ohjattua, ammatillista sote-alan toimintaa!)

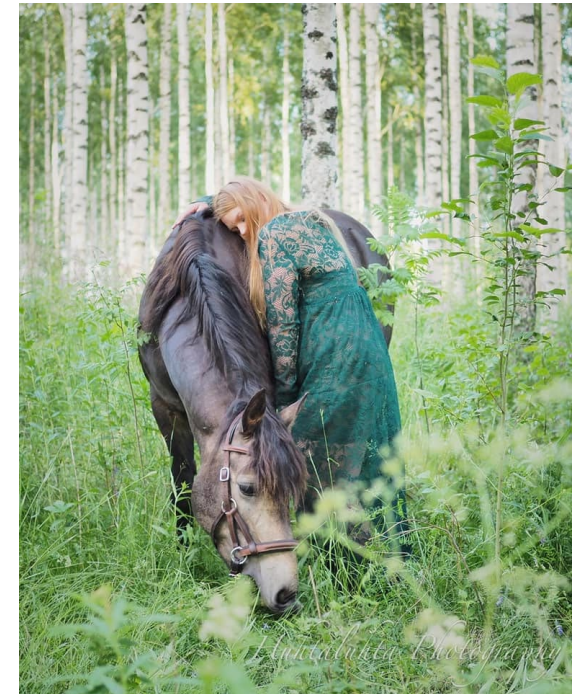
- Oksitosiinijärjestelmän aktivoitumista pidetään keskeisenä eläimen läsnäolon tuomien positiivisten vaikutusten käynnistäjänä ja välittäjänä
- Eläimet tuovat iloa, rentoutumista, sosiaalista tukea sekä kosketus- ja tuntoaistimuksia. Nämä vaikuttavat stressihormonitasoihin -> mm. mielialaan.
- Non-verbaalinen vuorovaikutteinen tarkkaavaisuus yhteistyössä hevosen kanssa edistää myös muita vuorovaikutustaitoja.
- Ratsastuksessa hevosen lämmin keho ja rytmikäs liike edistävät rentoutumista ja rauhoittavat.
- Stressitason laskua voidaan todentaa kortisolimittauksilla ja ihon sähkönjohtamiskyvyn muutoksen mittauksilla.

Hyvinvointivaikutuksia (3/3)

Hevosavusteisista interventioista (huom. ohjattua, ammatillista sote alan toimintaa!), Elina Vehmasto & Maija Lipponen (2021 a&b)

Eläin:

- rohkaisee arkaa, antaa läheisyyden tunnetta, lohtua ja auttaa purkamaan tunteita
- antaa välittömän ja aidon palautteen
- ei arvostele, ei ole ennakkoluuloinen tai pitkävihainen
- antaa mahdollisuuden kosketus- ja tuntoaistimukseen
- vahvistaa aktiivisuutta ja positiivisuutta, edistää vuorovaikutusta
- helpottaa myös sanattoman hyväksynnän osoittamista



Mikä voi heikentää hyvinvointivaikutuksia?

- Pelko
- Epävarmuus, paineet, kiire
- Huoli
 - Esimerkiksi eläimen terveydestä/hyvinvoinnista
- Eettiset ristiriidat
 - Eläimen kohtelu, annetut ohjeet, elinympäristö, käyttö
- Hevosien koulutus ja tunnetila
 - Turvallisuus
 - Fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen turvallisuus on varmistettava sekä ihmiselle että hevoselle
- Puutteellinen ohjaus



Miten voidaan tukea hyvinvointivaikutuksia?

- Turvallisuus, vastuullisuus, riskien hallinta
- Aika ja "lupa" keskittyä hyvinvointiin, osaaminen
- Arvot esiin, hyvinvointi näkyväksi (ihmisten ja hevosten)
- Tavoitteet, sanoittaminen, reflektointi
- Yksilölliset tarpeet



- Tavoitteellisuus, ammatillisuus, vastuullisuus
- Yhteisö ja osallisuus, kokemuksellisuus, luontoperustaisuus

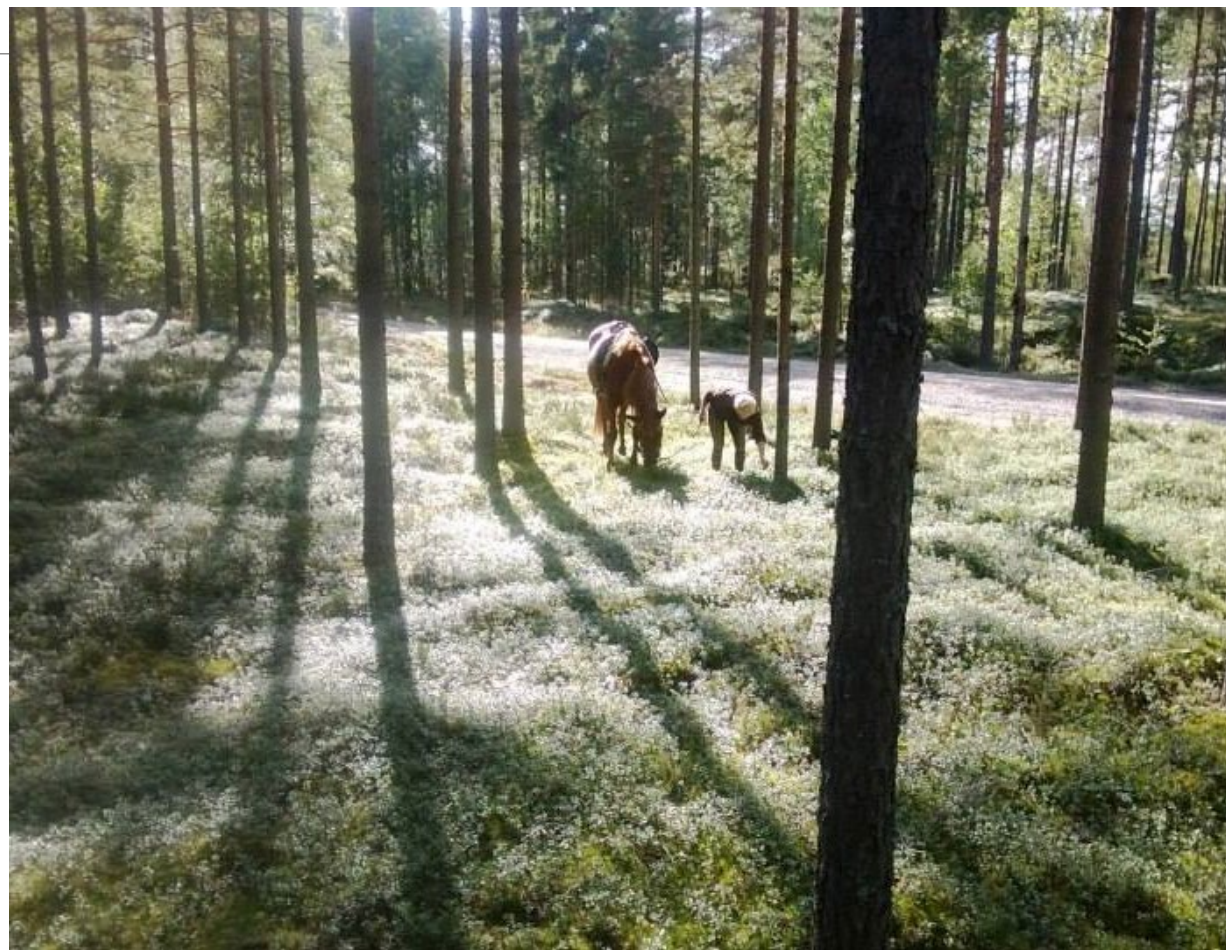
ks. Green Care!

Koonti

- Potentiaalisia hyvinvointivaikutuksia on paljon!
- Niiden saavuttaminen riippuu olosuhteista, ympäristöstä, ilmapiiristä, tunnetilasta, yhteydestä hevoseen, ohjauksesta/osaamisesta jne.
- Sovelletaan sote-puolen oppeja harrastuspalveluihin

➡ tavoitteet hyvinvoinnissa

➡ pysähdytään ja nautitaan hetkistä hevosten kanssa



Kohti toteutusta:

- Missä tavoitteet ("mitä mittaat, sitä saat")
 - Huomioi hyvinvointi harrastuksen/palvelun tavoitteena
 - Reflektointi, palaute
- Aikaa ja tilaa läsnäololle
- Kysyntä ja tarjonta – molempia tarvitaan lisää
 - Asiakas: selvitä, tiedustele, ehdota
 - Yrittäjä: kehitä, kokeile, tarjoa, tiedota! Huom. myös yhteistyö!
- Hyvinvointia hyvinvoivilla hevosilla
 - Hyvinvointilähtöinen toiminta ei voi perustua paineeseen tai toiminnan "sietämiseen", vaan molemminpuoliseen iloon ja vapauteen ilmaista mielipiteensä
 - Myös hevosten koulutus uudenaikaiseen toimintaan
- Osaaminen, koulutukset
 - Esim. Green Care & sosiaalipedagoginen hevostoiminta



Kohti toteutusta: tuotteistaminen ja hinnoittelu

Tuotteistaminen (Ekola, Teea, hankkeen työpaja 7.3.2023):

- Mitä ja kenelle tarjotaan
 - Mitä asiakas hakee ja miten tarpeeseen vastataan
 - Paljonko potentiaalisia asiakkaita on ja moniko olisi valmis ostamaan palvelua
 - Merkittävimmät kilpailijat ja kilpailijoista erottuminen
 - Mikä on oman palvelun uniikki piirre
 - Mitä osaamista palvelun tuottaminen vaatii, riittävätkö yrityksen osaaminen ja resurssit palvelun tuottamiseen, ostopalveluiden tarve
-
- Hinnoittelu (Ekola, Teea, hankkeen työpaja 7.3.2023):
 - Palvelumuotoilu ja prosessien auki kirjoittaminen helpottaa hinnoittelua
 - Paljonko työaika oikeasti vie yksi asiakasprosessi suunnittelun, markkinoinnin, toteutuksen, arvioinnin, dokumentoinnin ja raporttien kanssa?
 - Eläinten hankinnan, ylläpidon, hyvinvoinnin ja koulutuksen kustannukset
 - Lomat, sijaiset, työnohjaukset, vakuutukset jne.

Hevosalan uudet liiketoimintamahdollisuudet Green Caren ja hyvinvoinnin kautta -hanke:

HYVINVOINTILÄHTÖISTEN HEVOSALAN HARRASTUSPALVELUIDEN TUOTTEISTAMINEN – TULOSTA JA TÄYTÄ!

Kenelle, mitä, miten + miksi

Valitaan kehittämiskohde:

Palvelun työnimi ja/tai keskeinen sisältö

Määritellään:

- asiakasryhmät:

- asiakkaan ongelma joka ratkaistaan:

- tuotteen/palvelun tuottamat hyödyt:

Rajataan:

- mitä sisällytetään palveluun

- mitä rajataan pois

Tarkennetaan: **prosessi ja palvelupolku**

- palvelun vaiheet, käytettävät resurssit
- mitä asiakas tekee, kohtaa ja kokee palvelun eri vaiheissa
- huomioidaan myös palautteen keruu osana prosessia

Kootaan: **Brand position statement / BPS:**

Kenelle/millaisille asiakkaille _____,
jotka haluavat _____,
palvelun työnimi _____, on hevosalan palvelu,
joka tarjoaa (uniikki, lisäarvo) _____,
koska _____ (perustelu).

Esim: aikuisille hyvinvoinnistaan kiinnostuneille naisille, jotka haluavat palautua stressaavasta työstä, Ponitalutusmetsäretket on hevosalan palvelu, joka tarjoaa luontoyhteyttä, läsnäoloa ja palauttavaa liikuntaa, koska ohjattu vuorovaikutus ponin kanssa tukee läsnäoloa ja ponin kanssa kävely metsässä tukee luonnon hyvinvointivaikutusten hyödyntämistä.

For (Primary Target Audience) _____, who _____ (need), (Brand Name) _____ is the (Category Frame of Reference) _____ that (Unique and Defendable Point of Difference) _____.

Mietitään: **Markkinointi, palvelupaketit**

Lasketaan kannattava **hinnoittelu**



Tuotteistaminen ja hinnoittelu, lisämateriaalia

- Ilmaista lisämateriaalia:
 - Kehittämistyökalut yrityksille ja muille organisaatioille: <https://www.seamk.fi/tyoelamalle/kehittamistyokalut/>
 - Josta hyvin soveltuu esim. Työkaluja matkailualan yrityksille: <https://www.seamk.fi/tyoelamalle/kehittamistyokalut/#tyokaluja-matkailualan-yrityksille>
 - Ideoiden, innovaatioiden ja yrittäjyyden työkaluja: <https://yzone.seamk.fi/yrittajyys/starttaa-yritys/ideoiden-innovaatioiden-ja-yrittajyyden-tyokaluja/>
 - Tuotteistaminen: <https://www.suomi.fi/yritykselle/tuotteiden-ja-palveluiden-kehittaminen/tuotteistaminen/opas/tuotekehitys/idean-tuotteistaminen>
 - Hinnoittelun työkaluja hevosalalla: <https://hevostietokeskus.fi/i/talouslaskurit>

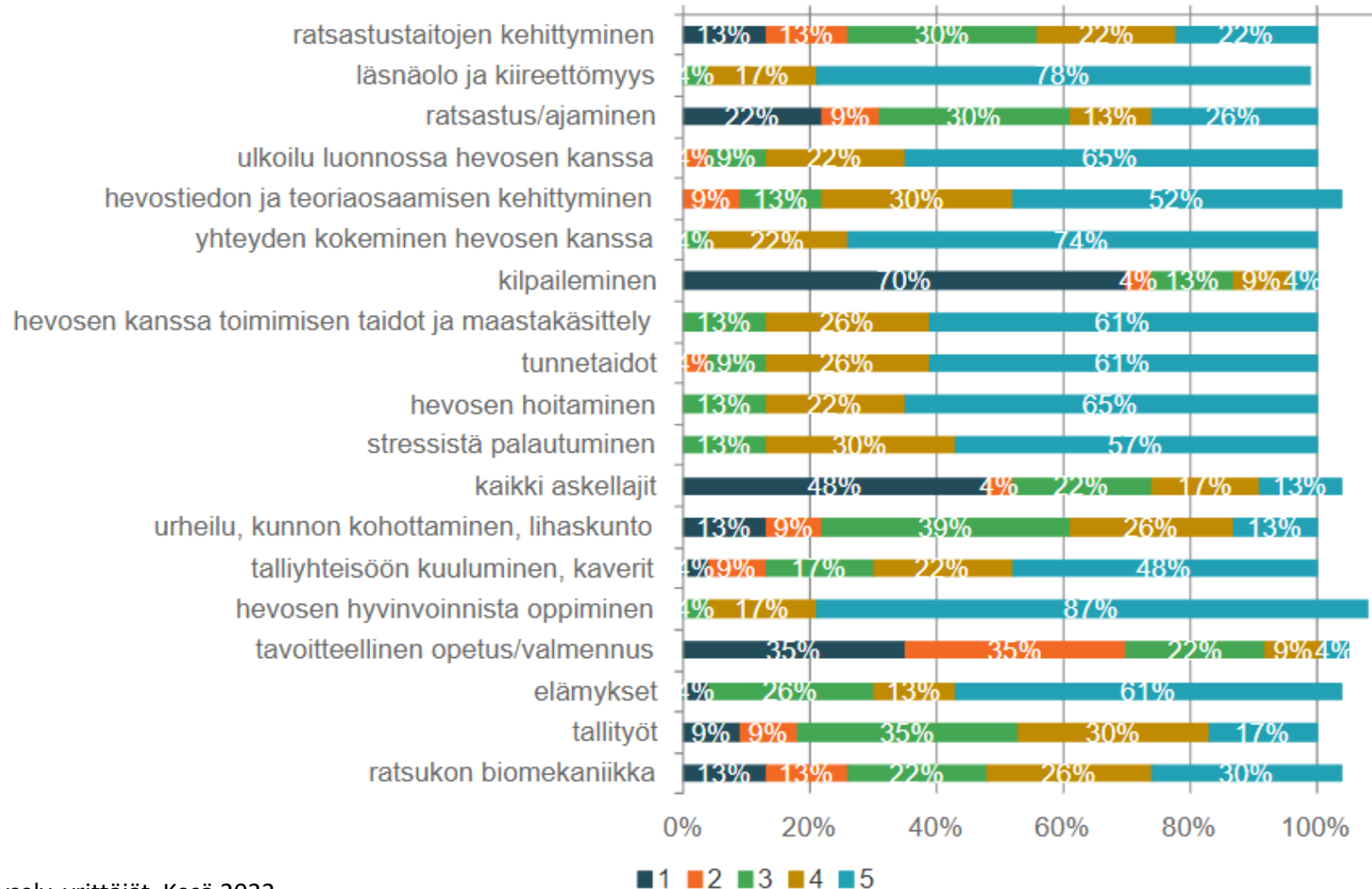
PALVELUIDEN MONINAISUUS

- Minne oma palvelusi sijoittuu vastauksissa?
- Minne haluaisit sen sijoittuvan?
- Miten voisit edistää tärkeäksi kokemiasi asioita palveluiden sisällössä?
- Mikä on kohderyhmä?

Miten paljon pyrit tällä hetkellä tietoisesti opettamaan/
mahdollistamaan asiakkaillesi seuraavia asioita?

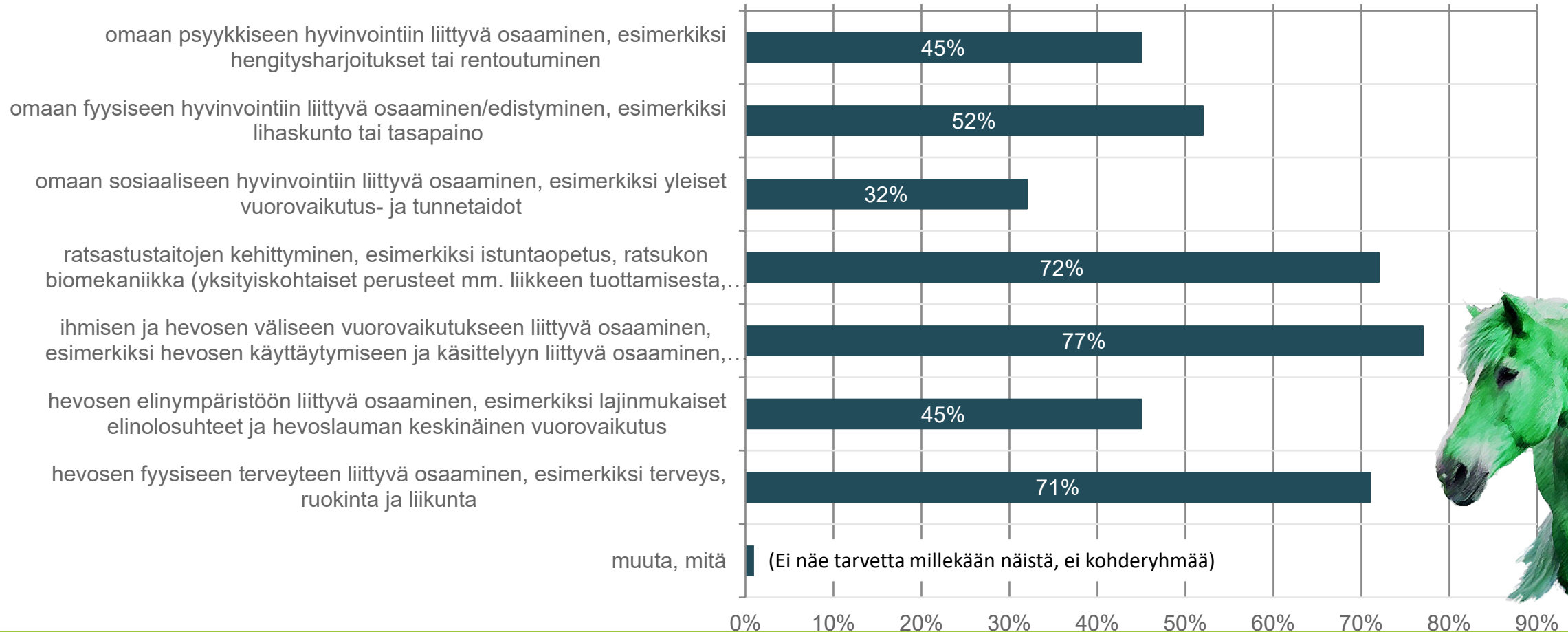
Miten keskeinen osa ne ovat tarjoamiasi palveluita?

1: ei lainkaan keskeistä 5: erittäin keskeistä



HARRASTAJIEN TOIVEITA

”Millaisia asioita haluaisit oppia maksullisessa hyvinvointiin keskittyvässä palvelussa, mihin haluaisit niissä käyttää aikaa?” (voi valita useita)



HARRASTAJIEN TOIVEITA:

Green Care -heppahankkeen Hevoset ja hyvinvointi –kysely, harrastajat. Kesä 2022

- **Rentoutuminen ja läsnäolo:**
 - Luottamuksen ja yhteyden rakentaminen
 - Läsnäoloharjoitukset hevosen kanssa
 - Hevosjooga
 - Hevosten tarkkailu laitumella
 - Tunneharjoitukset
- **Teoriaa/uuden oppimista:**
 - Maasta käsittely
 - Kehotietoisuus ratsastuksessa
 - Hevosenomistajan ABC
- **Luonto:**
 - Metsäkävelyt, maastoretket, eväsretket
 - Sieniretket hevosten kanssa
 - Umpimetsässä seikkailu
 - Uittaminen

- **Kerhot ja teemallinen toiminta:**
 - Oma hoitohevonen
 - Aikuisten hevoskerho
 - Teemakerhot, esim. eläintenhoito-, vanhan ajan hevostaito-, arjen hyötyliikunta-, hevostaidekerhot
- **Vauhtia ja leikkejä:**
 - Naamiaisratsastus
 - Sänkipelto-/hankilaukat
 - Ravikärkykytti

HANKKEEN PILOTTIKOKEILUT:

Hankkeessa järjestettiin kolme pilotointia hyvinvointilähtöisistä hevosalan harrastuspalveluista, jotka esitellään seuraavissa dioissa:

- Kaveriponi
- Iltatalli
- Yhteistyöretki



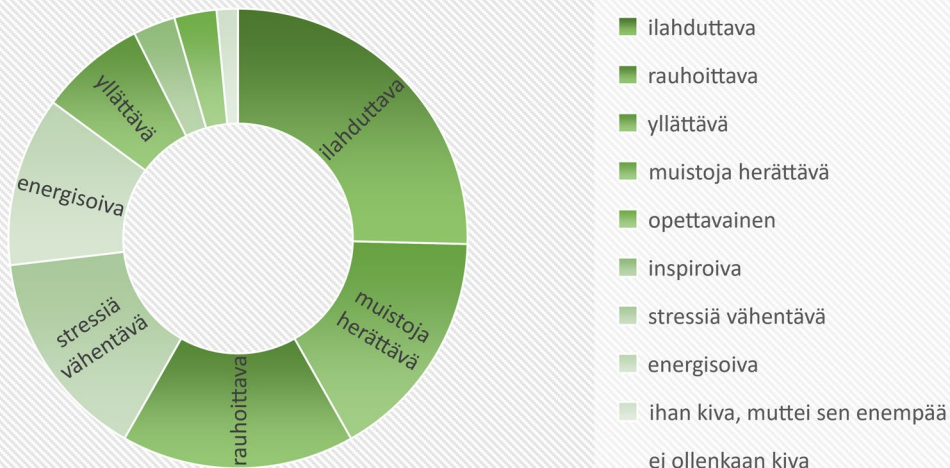
PILOTTI 1. KAVERIPONI

SISÄLTÖ: Nuorten aikuisten tapahtumassa poni rapsuteltavana ja hoidettavana (vrt. talutusratsastus/kaverikoirat)

TAVOITTEET: Tuoda hyvinvointia ja elämyksiä opiskelijoille/nuorille suunnattuun tapahtumaan

PALAUTETTA: "Olipa ihanaa saada rapsutella ponia monen vuoden jälkeen ♥" "Ehdottomasti tapahtumiin enemmän tätä, eikä pelkkää talutusratsastusta" "Sopii meille stressaantuneille opiskelijoille." "Päivän piristys!"

Palaute: kohtaaminen kaveriponin kanssa oli:



VINKIT / HUOMIOT

- Varmistettava ponin hyvinvointi ja mukava olo, sopiva kesto ja ympäristö, sopiva ponipersoona toimintaan
- Myös tekemistä tarjolla: esim. harjaaminen tai letittäminen tarjoaa sitä kaipaaville selkeän tavan osallistua ja viettää aikaa ponin luona
- Ohjaus ja turvallisuudesta huolehtiminen
- Tällainen toiminta on tyypillisempää esimerkiksi vierailuina vanhusten luona – mitä muuta hoivapuolen toimintaa voitaisiin soveltaa ihan kaikkien hyvinvointia edistämään? Lue lisää: Green Care LuontoHoiva & LuontoVoima: <https://www.gcfinland.fi/green-care-/luontohoiva---luontovoima/>

JATKO: "Kaveriponi" ollut myös muissa tilaisuuksissa

KIITOKSET: Seinäjoen Poniravikoulu & SeAMK

LISÄTIETOA: Instagram-julkaisu:

<https://www.instagram.com/p/CjsR5s5N6MQ/>



PILOTTI 2. ILTATALLI

SISÄLTÖ: Leppoisaa hyötyliikuntaa ja hevosista sekä muista eläimistä huolehtimista tallitöiden merkeissä, pieni kävelyretki luonnossa minihevosten kanssa, eläinten rapsutteluhetkiä ja rauhoittumista, iltapala nuotiolla

TAVOITTEET: Tuotteistaa tallityöt mielekkääksi harrastepalveluksi, joka sisältää asiakkaan omasta ja eläinten hyvinvoinnista huolehtimista.

VINKIT / HUOMIOT

- oikea kohderyhmä näkee tallityöt mielekkäänä sisältönä maksulliselle palvelulle
- helpottaa, jos paketoit samaan palveluun esimerkiksi taluttelulenkin ja/tai ruokailun
- kiireettömyys ja yhteisöllisyys on tärkeää
- hinnoittelun, kiireettömyyden ja yrittäjän ajankäytön yhdistäminen mietittävä

JATKO: Pilottitallilla kehitetään ja tarjotaan palvelua jatkossakin, myös eläkeläisten aamutallikonsepti tulossa.

KIITOKSET: Lukkarilan Hevospalvelut & Elina Väänänen

PALAUTETTA: ” Miten tärkeä ja merkityksellinen tällainen hetki voikaan olla. Kun saa touhuta eläinten kanssa ja aistia sen heidän läsnäolon ja ne erilaiset hauskat persoonat. Olla luonnon helmassa ja tehdä niitä talliaskareita ja vielä päättää ilta ihanaan iltapalahetkeen kodan tulen leimussa ja pihlajapuun alla.”

”Rentoutunut ja levollinen fiilis. Sain hetkisen aikaa itselleni. Arkea vietetään usein ruudun äärellä, ja nyt en edes vilkaissutkaan puhelinta. Se oli vapauttavaa.”

”Parasta oli kohtaamiset eläinten kanssa.”

”Iltapala nuotiolla ylitti odotukset ja kruunasi ihanan illan.” ”Tilan ihmiset ja eläimet olivat ihania.”

LISÄTIETOA: Podcast:

<https://www.valonkide.fi/blog/20-hevoset-ja-elaimet-hyvinvoinnin-voimistajina>

Videokooste:

https://www.instagram.com/p/Cxe_7w7uMTv/



PILOTTI 3. YHTEISTYÖRETKI

SISÄLTÖ: Yhteistyössä toteutettu kokonaisuus:

- Reipas kävelylenkki kyläteillä hevosten kanssa, n.45min suuntaansa. Reitti sivusi myös turvesuosta ennallistetun kosteikkoalueen, jossa mahdollista havainnoida lintujen syysmuuttoa
- Rentoutuminen Hengähdyshetkiä® -palvelun parissa hevosten lähellä
- Elämysruokailu katetulla kodalla (toteutettiin tässä osana restonomin opinnäytetyötä)

TAVOITTEET: yhteistyömahdollisuudet ja konseptin kehittäminen alan toimijoille, elämyksellisyys, hyvinvoinnin edistämistä eri näkökulmista.

PALAUTE: Palautteessa nousi esiin ennakkotietojen, ohjauksen ja aikataulutuksen tärkeys. Reitin valintana kyläteitä mieluisampi olisi ollut esimerkiksi metsäpolku suoraan taukopaikalta. Yhteistyössä nähtiin potentiaalia, ja rentoutushetki oli mieluisa osio retkellä.

VINKIT / HUOMIOT

- Kommunikaatio, rooleista ja vastuista sopiminen on erittäin tärkeää, kuten aina yhteistyökuvioissa
- Reitin huolellinen ja asiakaslähtöinen valinta, rauhallisuus
- Ruokailun aikataulutus ja testaus etukäteen
- Kustannukset: Yhteistyö mahdollistaa uusia asioita, mutta nostaa myös kustannuksia, kun useampi toimija tarvitsee päivästä palkan. Tässä tapauksessa tuotteena olisi ennemminkin päiväleiri kuin retki, jolloin asiakkaankin odotukset vastaisivat ajankäyttöä ja hinnoittelua.
- Kysynnän ja tarjonnan kohtaaminen: oikean asiakaskunnan löytäminen on sekä haaste että suuri mahdollisuus.

KIITOKSET: Happy Farm, Hyvän Olon Helminauha, SeAMK

LISÄTIETOA: Videokooste:

<https://www.instagram.com/p/CyOBs9lxWBz/>



MUITA KONSEPTEJA 1/3:

Näihin dioihin on koottu konsepteja ja ideoita hankkeen kyselyistä ja työpajoista. Ne ovat sovellettavissa sellaisenaan tai yhdistettynä muihin palveluihin, oman kiinnostuksen, toimintaympäristön ja osaamisen puitteissa turvallisuus edellä.

Palvelu/teema	Sisältö	Tavoitteet	Huomioitavaa mm.
Rentoutuminen ja läsnäolo. Psykkisen hyvinvoinnin lisääminen ensisijaisena tavoitteena ja keskeisenä toimintana.			
Riippumatto- rentoutushetket	Rentoutusharjoitus riippumatoissa hevosten läheisyydessä, esim. laitumella/sen vieressä	Rentoutuminen, arjen kiireistä irrottautuminen	Turvallisuus sekä hevosten että välineiden osalta, ohjausosaaminen
Läsnäoloharjoitukset	Ohjatut läsnäoloharjoitukset hevosten kanssa	Läsnäolo- ja tunnetaitojen kehittyminen, rentoutuminen	Turvallisuus, ohjausosaaminen, yhteistyön mahdollisuus
Liikunta ja retkeily. Fyysistä hyvinvointia talli- tai luontoympäristössä, hyötyliikuntaa ja retkeilyä jalkaisin.			
Maatilajumppa	Toiminnalliset liikuntaharjoitteet maatilaympäristössä, tallitöiden hyödyntäminen	Fyysinen hyvinvointi, hyötyliikunta	Ohjaus, tekniikka, turvallisuus
Sieniretket	Metsäretket hevosten kanssa ratsain ja/tai jalkaisin, samalla ohjattu sienien (tai muun villiruuan) keräys	Rentoutuminen, luontoyhteys, oppiminen	Sesonki, osaaminen, turvallisuus

MUITA KONSEPTEJA 2/3:

Palvelu/teema	Sisältö	Tavoitteet	Huomioitavaa mm.
Kerhot ja teoria. Oppiminen ja ajan viettäminen talliympäristössä ja –yhteisössä, sosiaalinen hyvinvointi			
Aikuisten hevoskerho/kurssi	Teoriatietoa ja/tai hevosten hoitamista ohjatusti	Tiedon ja osaamisen lisääminen, yhteisöllisyys	Tasoryhmät
Perhehevoskerho	Perheen yhteistä aikaa hevosten parissa	Tiedon ja osaamisen lisääminen, yhteisöllisyys	Ohjaus, roolit
Kokeilut ja kyyditykset. Elämyksellisyys, oppiminen erilaisesta hevosalan toiminnasta.			
Vanhan ajan hevoshetket	Tutustuminen erilaisiin ”vanhan ajan” varusteisiin ja hevostöihin	Uuden oppiminen, perinteiden ylläpito, elämykset	Osaaminen, välineet, kohderyhmä
Rekiretket	Kyyditys reellä	Elämykset, arjesta irrottautuminen, perinteet	Sesonki, välineet/varusteet

MUITA KONSEPTEJA 3 / 3: YHTEISTYÖ

Palvelu/teema	Sisältö	Tavoitteet	Huomioitavaa mm.
Monialaiset palvelut. Yhteistyö eri alojen toimijoiden kanssa mahdollistaa isompien kokonaisuuksien luomisen ja uudenlaiset elämykset.			
Hevosjooga/ läsnäoloharjoitukset	Ohjatut jooga-/ läsnäoloharjoitukset hevosten kanssa	Läsnäolo- ja tunnetaitojen kehittyminen, rentoutuminen, fyysinen ja psyykinen hyvinvointi	Kohderyhmä, kustannukset, osaaminen, turvallisuus
Aistipolku-poniretki	Ohjattu aistipolku hevosten kanssa luonnossa	Läsnäolo- ja tunnetaitojen kehittyminen, rentoutuminen, luontoyhteys	Kohderyhmä, kustannukset, osaaminen, turvallisuus
Taidehevoskerhot	Hevoset mallina ja inspiraationa erilaisille taidemuodoille: maalaukset, runous jne.	Uuden oppiminen, inspiraatio, luovuus	Kohderyhmä, kustannukset, ohjaus, tarvikkeet

LISÄMATERIAALIA: HANKKEESSA TUOTETTUA VIDEOITA:

Vinkejä hevosavusteisen toiminnan suunnitteluun (Kajona Green Care & GC Finland ry) <https://youtu.be/wd6aEGfPJHg>

Hyvinvointilähtöisen hevosalan toiminnan toteuttaminen ja tukeminen - Case: T:mi Jenni Marttila (& SeAMK) <https://youtu.be/foYRTfOFeck>

Maatalousyrittämisen ja hevosalan yhdistäminen liiketoiminnassa - Sanna Huhtala (& SeAMK) <https://youtu.be/BqFVIPUfKus>

Hevosvoimaa hyvinvointiin -seminaaritalenne (SeAMK) <https://www.youtube.com/watch?v=zK4tN2gbKnE>

Pilotointi 2 Iltatalli (SeAMK) https://www.instagram.com/p/Cxe_7w7uMTv/

Pilotointi 3: Sunnuntairetki (SeAMK) <https://www.instagram.com/p/CyOBs9lxWBz/>

Virtuaalivierailu: Luontolähtöiset palvelut osana hevosalan harrastustoimintaa (SeAMK) <https://www.instagram.com/p/C2PXRGCu0Zb/>

Green Care -heppahankkeen esittelyvideo (SeAMK) <https://youtu.be/z8Ib7dKhK3Q>



SeAMK 

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES



Euroopan maaseudun
kehittämisen maatalousrahasto:
Eurooppa investoi maaseutualueisiin

PODCASTEJA:

- Elina Väänänen, Löytöretkellä –podcast-sarja:
#20 Hevoset ja eläimet hyvinvoinnin voimistajina
<https://www.valonkide.fi/blog/20-hevoset-ja-elaimet-hyvinvoinnin-voimistajina>

- Virtuaalivierailu: Luontolähtöiset palvelut osana hevosalan harrastustoimintaa (SeAMK)
<https://www.instagram.com/p/C2PXrGCu0Zb/>



SeAMK 
SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES



Euroopan maaseudun
kehittämisen maatalousrahasto:
Eurooppa investoi maaseutualueisiin

VERKKOARTIKKELEITA:

- Kun hevonen voi hyvin, hevosihminenkin voi hyvin - Katse hevosen hyvinvointiin - seminaarin antia: <https://lehti.seamk.fi/kestavat-ruokaratkaisut/kun-hevonen-voi-hyvin-hevosihminenkin-voi-hyvin-katse-hevosen-hyvinvointiin-seminaarin-antia/>
- Hevosalan uudet liiketoimintamahdollisuudet Green Caren ja hyvinvoinnin kautta: Green Care -heppahanke edistää sekä ihmisten että hevosten hyvinvointia: <https://lehti.seamk.fi/kestavat-ruokaratkaisut/hevosalan-uudet-liiketoimintamahdollisuudet-green-caren-ja-hyvinvoinnin-kautta-green-care-heppahanke-edistaa-seka-ihmisten-etta-hevosten-hyvinvointia>
- Hyvinvointilähtöisten hevosalan harrastuspalveluiden tuotteistaminen kiinnostaa yrittäjiä: <https://lehti.seamk.fi/kestavat-ruokaratkaisut/hyvinvointilahtoisten-hevosalan-harrastuspalveluiden-tuotteistaminen-kiinnostaa-yrittajia/>



SeAMK 
SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES



Euroopan maaseudun
kehittämisen maatalousrahasto:
Eurooppa investoi maaseutualueisiin

OPISKELIJAYHTEISTYÖ 1/3: HEVOSALAN YRITTÄJIEN NÄKEMYKSET HEVOSTEN LAJINMUKAISISTA ELINOLOSUHTEISTA

- Teoriaosuudessa mm. hevosten yhteiskunnallisesta merkityksestä & lajinmukaisista käyttäytymistarpeista ja elinolosuhteista
- Teemahaastattelut hevosyrittäjille (9kpl): ratsastuskoulu-, ravi- ja ratsastusvalmentajayrittäjiä
- Hevosten lajinmukaiset elinolosuhteet ovat merkittävässä roolissa hevosten hyvinvointia tarkasteltaessa.
- Keskeisiä huomioita jotka korostuivat hevosalan yrittäjien näkemyksissä:
 - Hevosen rentous, terveys ja työhönsä soveltuvuus
 - Riittävä ulkoilu ja lajitovereiden seura
 - Laumatarhaus jakoi mielipiteitä loukkaantumisriskin vuoksi
 - Lajinmukaisten elinolosuhteiden merkitys hevosen turvallisuuteen ja terveyteen
- Opiskelijan yhteenveto seuraavassa diassa
- Kamppinen, Sofia, 2022. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2022121930921>



OPISKELIJAYHTEISTYÖ 1/3:

HEVOSALAN YRITTÄJIEN NÄKEMYKSET HEVOSTEN LAJINMUKAISISTA ELINOLOSUHTEISTA – HEVOSTEN HYVINVOINNIN HUOMIOIMINEN OSANA PALVELUITA

- Hevosen lajinmukaiset elinolosuhteet ja hyvinvointi on tärkeässä osassa yrityksen tuottavuuden ja hevosen suoriutumisen kannalta, koska hevonen, joka pääsee toteuttamaan lajityypillisiä käyttäytymistarpeita, on terveempi, turvallisempi ja rennompi.
- Lajinmukaisten elinolosuhteiden tarjoaminen näkyy niin fyysisessä kuin psyykkisessäkin hyvinvoinnissa.
- Runsaalla ulkoilulla, oikeanlaisella ruokinnalla ja liikunnalla pystytään ennaltaehkäisemään mahavaivojen, hengitystieongelmien ja vammojen syntyä.
- Kamppinen, Sofia, 2022. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2022121930921>

Hevosen lajinmukaisia käyttäytymistarpeita:

- Juomis- ja syömiskäyttäytyminen
- Sosiaalinen käyttäytyminen
- Lämmönsäätelykäyttäytyminen
- Kehon hoito
- Liikunta
- Lepo

Tyytyväinen hevonen:

- on rento, terve ja soveltuu työhönsä
- sen tarpeet on tyydytetty, sen elämässä on virikkeitä ja se suorittaa tehtävät rennosti, mutta aktiivisesti
- huomioidaan yksilönä ja se saa sopivissa määrin liikuntaa, ruokaa ja lajitovereiden seuraa
- toteuttaa normaalia laumakäyttäytymistä

OPISKELIJAYHTEISTYÖ 2 / 3: HYVINVOINTILÄHTÖISTEN HEVOSALAN HARRASTUSPALVELUIDEN HINNOITTELU

- Teoriaosuudessa mm. hevosten hyvinvointivaikutuksista, palvelumuotoilusta & hinnoittelusta
- Teemahaastattelut yrittäjille (5 kpl)
- Keskeisiä huomioita selvityksestä:
 - Moni vastaaja tunnusti tietävänsä, miten pitäisi hinnoitella, mutta ei ollut toiminut niin
 - Hinnoittelu pohjautuu pitkälti tunteisiin
 - Hyvinvointilähtöisten hevosalan harrastuspalvelujen tarjoajien kannattaisi olla tarkempia ja kustannustietoisempia hinnoittelussaan
 - Palvelupolun kaikki kustannukset, myös oman palkan osuus on otettava huomioon hinnoittelussa
 - Opiskelijan huomioita seuraavassa diassa
- Matinlauri, Pirjo, 2023
- <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2023120534617>



OPISKELIJAYHTEISTYÖ 2/3: HYVINVOINTI- LÄHTÖISTEN HEVOSALAN HARRASTUSPALVELUIDEN HINNOITTELU – HUOMIOITA

YRITTÄJÄ HYÖTYY:

Yhteistyöstä muiden alan toimijoiden kanssa: Verkostoituminen ja yhteistyö muiden hevosalan ammattilaisten kanssa voivat avata uusia mahdollisuuksia.

Teknologian hyödyntämisestä: Käyttämällä modernia teknologiaa, kuten tallinhallintajärjestelmiä, voidaan tehostaa toimintaa ja parantaa hevosten hyvinvointia.

YRITTÄJÄ HYÖTYY:

Ammattitaidon kehittämistä: Kouluttautuminen ja jatkuvan oppimisen kautta yrittäjät voivat parantaa taitojaan ja tarjota laadukkaampia palveluita.

Markkinointistrategioista: Tehokas markkinointi voi auttaa houkuttelemaan asiakkaita ja kasvattamaan liiketoimintaa.

HYVÄ MUISTAA!

Uuosibudjetti

Työhyvinvointi

Uuosilomasuunnittelu

OPISKELIJAYHTEISTYÖ 3/3: ELÄMYSRUOKAILUN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS

- Teoriaosuudessa mm. elämystapahtumista ja ruokamatkailusta
- Elämysruokailun toteutus 3. pilotissa
- Yhteistyö helpotti ruokailuun panostamista hevospalvelun yhteydessä
- Opiskelijan menu ja reseptivinkki ohessa
- Suojanen, Kati, 2023
- <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2023113033113>



Retkiruoka- vinkki

Oli kyseessä sitten kymmenen kilometrin maastolenkki tai pidempi vaellus, aina kannattaa varautua pieneen evästäukoon.

Tällä herkullisella rieskarullalla selätät pahimman nälän. Rieskarulla on helppo valmistaa kotona, pakata mukaan, sekä nopea syödä! Voit käyttää tähän valmista rieskaa, tai tehdä kokonaan oman taikinän.

Kylmäsavupororulla (10 kpl)

- 1 pkt (à 150 g) poron kylmäsavupaistisivu
- 1 pkt (à 200 g) tuorejuusto (esim. kantarelli)
- 1/2 dl mustapippurirouhe
- 1/2 dl hienonnettua ruohosipulia
- 1/2 dl hienonnettua persiljaa
- 10 rieskaa (esim. ohra tai peruna)

Vinkki!

Täytteestä saa helposti lihattoman version korvaamalla poron Muujauhismurulla!

Hienonna savuporo, persilja ja ruohosipuli. Sekoita ainekset tuorejuustoon ja mausta mustapippurilla. Levitä reilu ruokaluskallinen täytettä rieskalle ja rullaa kinni. Kääriäise rulla esimerkiksi folioon ja nauhi retkellä!

HANKEINFO: ”GREEN CARE –HEPPAHANKE”

– HEVOSALAN UUDET LIIKETOIMINTAMAHDOLLISUUDET GREEN CAREN JA HYVINVOINNIN KAUTTA:

- Tämä julkaisu toteutettiin ”Green Care –heppahankkeen” lopputuotoksena
- Hankkeen tavoitteena oli:
 - kehittää hevosalalle hyvinvointilähtöisiä hevosalan harrastuspalveluita yhteistyössä yrittäjien, asiakkaiden, kehittämistoimijoiden ja hallinto-/ koordinaatiotahojen kanssa
 - tuoda esiin hyvinvointi- ja luontolähtöistä hevosalan toimintaa
 - laajentaa hevosalan toimintakulttuuria ja vastata kasvavaan luontoyhteyden tarpeeseen
- Päärahoittaja: Maaseuturahasto
- Kohdealue: Etelä-Pohjanmaa
- Hankeaika: 1.4.2022-31.3.2024
- <https://projektit.seamk.fi/kestavat-ruokaratkaisut/green-care-heppa/>
- <https://www.instagram.com/greencareheppa/>
- Lisätiedot: soila.huhtaluhta@seamk.fi



SeAMK 
SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES



Euroopan maaseudun
kehittämisen maatalousrahasto:
Eurooppa investoi maaseutualueisiin



Kiitos!

