



AKTIIVINEN
KULTTUURIHARRASTAMINEN
PILVETÄÄ
ELI RAJANODOTETTA

[KLIKKAA](#)
[JA KATSO!](#)

Kulttuurista hyvinvointia: hyviä käytäntöjä

Anna-Mari Rosenlöf, projektipäällikkö, Turun AMK

TAIKU
SYDÄN



Taikusydän

- taiteen ja hyvinvoinnin valtakunnallinen yhteyspiste (2015-2018)
- kerää ja välittää tietoa taiteen hyvinvointivaikutuksia koskevista hyvistä käytännöistä, projekteista ja tutkimuksesta
- tukee osaltaan Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia -toimintaohjelman (2010–2014) loppuraportissa mainittujen toimenpiteiden toteutumista.
- toimii laajan yhteistyöverkoston kanssa
- Toimintaa tukevat Taiteen edistämiskeskus, Turun kaupunki, Turun yliopisto ja Turun ammattikorkeakoulu.

Mitä on kulttuurihyvinvointi?

- Jokaisella on oikeus taiteeseen ja kulttuuriin osana hyvää elämää.
- Kulttuurihyvinvointi viittaa ihmisen **yksilölliseen tai yhteisöllisesti jaettuun kokemukseen** siitä, että kulttuuri ja taide lisäävät hyvinvointia tai ovat yhteydessä siihen.
- Uudessa hyvinvointiajattelussa kulttuuriin ja taiteisiin osallistuminen huomioidaan sekä kunnan hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tehtävässä että osana sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita.
- kulttuuri ja taide ymmärretään laajassa merkityksessä, arjen kulttuurista korkeakulttuuriin
- **Jopa 80 % suomalaisista** kokee, että sairaaloissa ja hoitolaitoksissa tulee olla mahdollisuus kokea taidetta ja kulttuuria.
(Lähde: Suomen Taiteilijaseuran TNS Gallupilta tilaama kyselytutkimus 2016. [//prosenttiperiaate.fi/tutkimus2016/](http://prosenttiperiaate.fi/tutkimus2016/))



Kulttuurilähete neuvolasta

- Lastenneuvolasta saatavalla läheteellä pääsee maksutta Kulttuurikasvatusyksikkö TAITEn ja kulttuuripalveluiden järjestämille kulttuurikursseille (Vauvojen värikylvyt, Isä-vauva -sirkus ja Koko perheen sirkus)
- Lähete mahdollistaa ja innostaa perheiden kulttuuriharrastamista sekä tukee arjen aallokoissa. Syitä lähetteen saamiselle on monenlaisia; vauvan kehitysviivästymät, perheen vaikeat elämäntilanteet tai vertaisryhmien puute uudessa kotikaupungissa. Kursseilla keskitytään mukavaan yhdessäoloon perheen ja ryhmän kanssa ja tutustutaan taiteeseen.
- kehittäjät: Tampereen kaupungin kulttuuripalvelut, kulttuurikasvatusyksikkö TAITE, neuvolat & taidekasvattajat
- LUE LISÄÄ: <https://www.innokyla.fi/web/malli4995676>
<http://www.tampere.fi/kulttuuri-ja-vapaa-aika/kulttuuri/lapsille/vauvat-taaperot.html>



Koulutaiteilijayhteistyö

- Turun alakouluissa koulutaiteilijat työskentelevät koulupäivän aikana osana eri oppiaineiden opetusta.
- He edistävät, toteuttavat ja ohjaavat koulun oppilaiden omia taideprojekteja ja -tapahtumia sekä innostavat lapsia harrastamaan taidetta ja kulttuuria koulupäivän jälkeen.
- Tavoitteena on madaltaa lasten osallistumiskynnystä taiteeseen ja kulttuuriin sekä lisätä taiteen saatavuutta ja saavutettavuutta. Toiminnalla on ollut myös hyvinvointia lisääviä vaikutuksia.
- kehittäjät: Turun kaupungin vapaa-aikatoimiala, lastenkulttuurin suunnittelija, koulutaiteilijat
- LUE LISÄÄ: <https://taikusydän.turkuamk.fi/uutiset/toimintamalli-koulutaiteilijayhteistyö-turussa/>

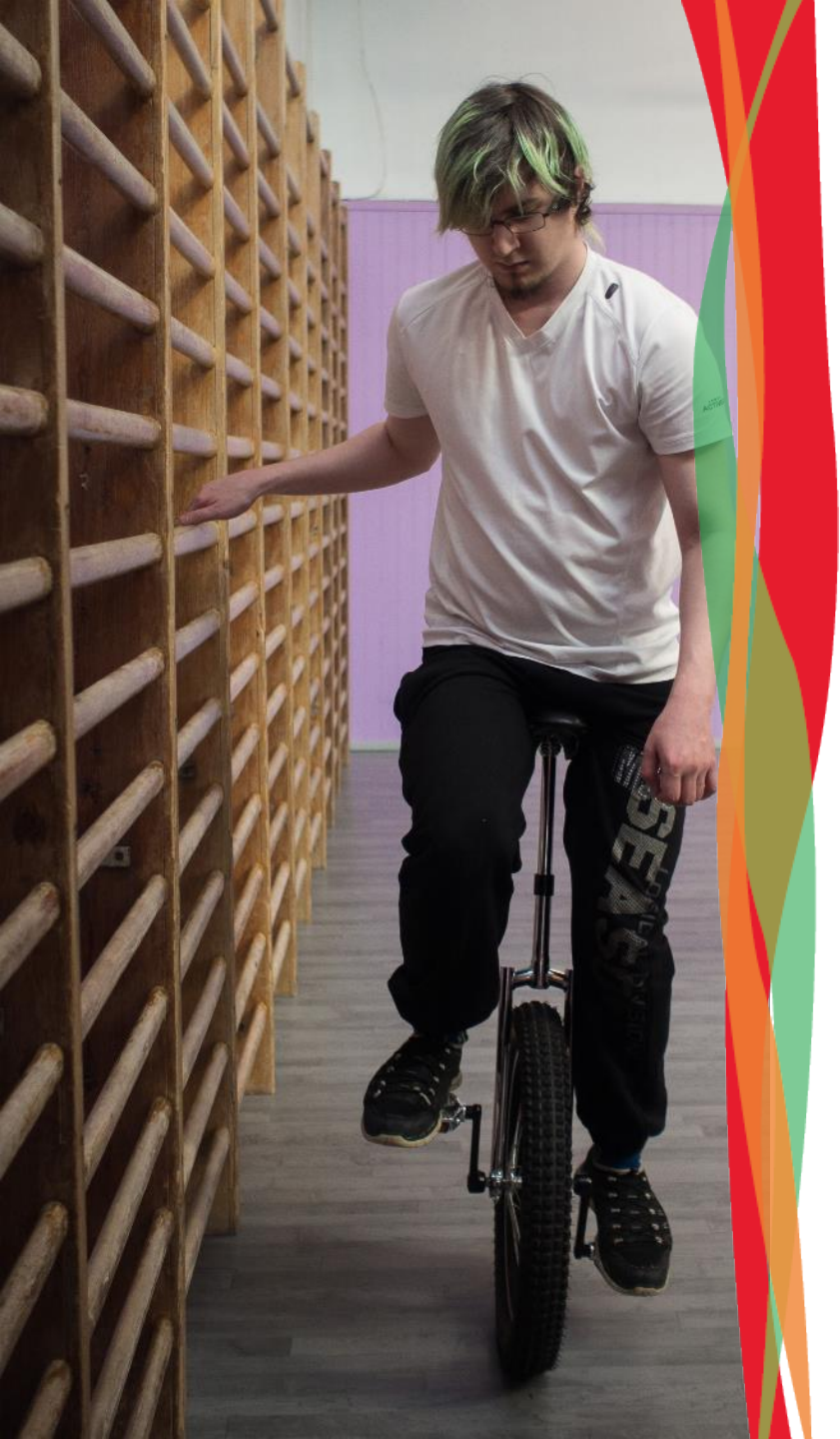




- Taiteella ja taiteellisella toiminnalla on tutkimuksissa todettu olevan positiivisia vaikutuksia fyysiseen ja koettuun terveyteen, subjektiiviseen hyvinvointiin, elämänlaatuun ja yleiseen elämäntyytyväisyyteen sekä mielenterveyteen ja mielen hyvinvointiin.

(ks. esim. Stuckey & Nobel 2010, Staricoff & Clift 2011, Clift 2012)

TAIKU
SYDÄN



- Taiteen positiivisia vaikutuksia on tunnistettu suhteessa mielialaan ja tunteisiin, masentuneisuuden ja ahdistuneisuuden määrään, stressin kokemiseen ja hallintaan sekä kognitiivisiin toimintoihin, kuten havaintokykyyn ja muistiin.
- Tutkimuksissa on saatu näyttöä taiteen merkityksestä mukautumis-, sopeutumis- ja sietokyvyn eli resilienssin kehittämisessä.
- Taidetta käytetään monin tavoin arjessa myös aktiivisena selviytymiskeinona – esimerkkinä musiikin tunteita säätelevä vaikutus.

(Ks. esim. Clift & Hancox 2010; Stacey & Stickley 2010; Sagan 2012; Bolwerk et al. 2014; Fancourt et al. 2016; McFerran et al. 2016, Ekholm et al. 2016)

Kulttuuriluotsit

- ovat koulutettuja vapaaehtoisia, jotka toimivat paikkakuntansa kulttuurikohteiden tarjontaan perehtyneinä vertaisohjaajina. Toiminta tavoittaa erityisesti ikääntyneitä.
- Toiminta sai alkunsa Jyväskylästä vuonna 2006, josta toiminta on levinnyt eri nimikkeillä (kulttuurikaveri, kulttuuriystävä ja kulttuurikummi) yli kahdellekymmenelle paikkakunnalle. Useilla paikkakunnilla toimii myös liikunta- ja ympäristöluotseja.
- Toiminnalla edistetään ihmisten hyvinvointia parantamalla heidän mahdollisuuksiaan osallistua kulttuuritoimintaan.
- Toiminnalla edistetään myös kulttuuriluotsien oman elämän haltuunottoa, omaa ja toisten innostamista, osallistumista ja omien mahdollisuuksien oivaltamista myös esimerkiksi työuran päättymisen jälkeen.

LUE LISÄÄ: <https://fi.wikipedia.org/wiki/Kulttuuriluotsit>

- <http://www.tampere.fi/kulttuuri-ja-vapaa-aika/kulttuuri/taite/luotsit.html>
 - <http://www.jyvaskyla.fi/kulttuuri/palvelut/kulttuuriluotsit>
- Turun seudulla Kulttuuriystävät: <https://rednet.punainenristi.fi/node/13153>



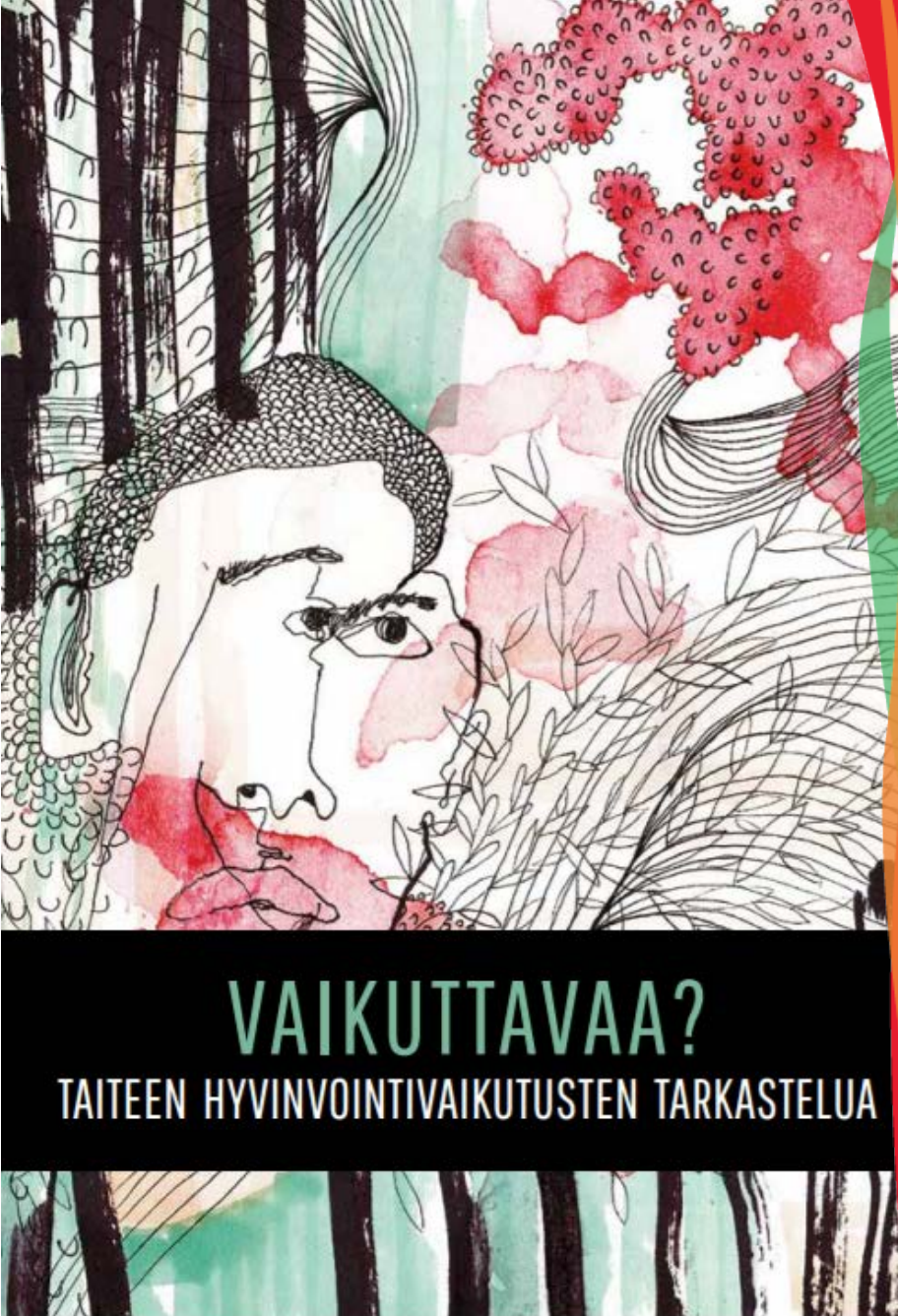
Kimmoke-ranneke ja Kaikukortti

- aktivoivat työttömiä ja heikossa taloudellisessa tilanteessa olevia kulttuurin ja (liikunnan) pariin.
 - Kimmoke-ranneke Turussa
 - Kaikukortti Espoossa ja maakuntatasolla Kainuussa.
 - Kainuu: Kaikukortilla voi hankkia maksuttomia pääsylippuja esimerkiksi festivaaleille, konsertteihin, tanssiesityksiin tai teatteriin. Kortilla voi hankkia maksutta myös kansalaisopiston kurssi-paikkoja. Kortti on henkilökohtainen ja ilmainen. Kaikukortti toimii Kainuun kaikissa kunnissa yli kuntarajojen ja se on voimassa vuoden 2017 loppuun asti.
-
- LUE LISÄÄ:
 - [Kimmoke-rannekkeen verkkosivut](#)
 - [Kaikukortin verkkosivut](#), Kaikukortti Kainuussa: <https://sote.kainuu.fi/kaikukortti>
 - <https://taikusydan.turkuamk.fi/yleinen/vertailussa-kimmoke-ranneke-aktiivipassi-ja-kaikukortti/>



Arts-on-prescription – taidetta reseptillä Britanniassa

- Gloucester Clinical Commissioning Group ylläpitää Artlift-ohjelmaa, jossa kroonisesta kivusta ja lievästä mielenterveysontelmista kärsivät asiakkaat ohjataan yleislääkärin vastaanotolta osallistavan taiteen ryhmiin.
- ryhmän kesto on 10 viikkoa, 2 tuntia kerrallaan
- Artlift-ohjelman arviointi osoittaa näiden potilaiden lääkäri- ja sairaalakäyntien vähentyneen huomattavasti
- 90 potilaan otoksessa 12 kuukauden aikana sen jälkeen, kun he olivat osallistuneet taideryhmään, syntyi säästöä lääkäri- ja sairaalakäyntien osalta 42 000 £ verrattuna tilanteeseen ennen taideryhmää
- LUE LISÄÄ:
http://www.ahsw.org.uk/userfiles/GPs%20&%20PCTs%20Newsletters/GPs%20SIG%20files/Simon_Opher_cost_benefit_report_2.pdf



VAIKUTTAVAA?

TAITEEN HYVINVOINTIVAIKUTUSTEN TARKASTELUA

Tutkittua tietoa

- Vaikuttavaa? Taiteen hyvinvointivaikutusten tarkastelua. Turun ammattikorkeakoulun tutkimuksia 46.
- [ladattavissa LOKI-julkaisukaupasta](#)

"Jokaisella on oikeus taiteeseen ja kulttuurin osana hyvää elämää."
www.taikusydan.fi

anna-mari.rosenlof@turkuamk.fi