



Kunnolla Maitoa hanke

1.3.2004 -28.2.2006

Loppuraportti

Timo Keskinen

ProAgria Keski-Pohjanmaa

Ristirannankatu 1

67100 Kokkola

SISÄLLYS

1. Hankeorganisaation yhteystiedot ja hankkeen perustiedot.....	2
2. Hankkeen tausta ja lähtökohdat.....	3
3. Hankkeen tavoitteet.....	3
4. Hankkeen toiminta ja tulokset.....	4
5. Hankkeen rahoitus ja rahojen käyttö.....	4
6. Tiedotus.....	5
7. Hankkeen toimintojen jatkaminen ja kehittämissuhteet.....	5
8. Liitteet.....	6

1. Hankeorganisaation yhteystiedot ja hankkeen perustiedot

Kunnolla Maitoa –hanke

Hankenro 15207

Dnro 340/3514-2004

Hankkeen toteutusaika: 1.3.2004 – 28.2.2006

Hankkeen toteuttaja:

ProAgria Keski-Pohjanmaa ry, Ristirannankatu 1, 67100 Kokkola

p. 020 747 3250, fax. 020 3299 www.proagria.fi/kp

Hankkeen vetäjä: Timo Keskinen, timo.keskinen@proagria.fi

Hankkeen johtaja: Tapio Kurki, tapio.kurki@proagria.fi

Taloushallinto: Irene Raivio, irene.raivio@proagria.fi

Hankkeen ohjausryhmä:

Tapio Kurki	ProAgria Keski-Pohjanmaa
Timo Keskinen	ProAgria Keski-Pohjanmaa
Maija Järvelä	Työterveyshuolto Työplus
Irma Eskola	Maidontuottaja
Marko Puhto	Keski-Pohjan Juustokunta
Raili Myllylä	MTK Keski-Pohjanmaa
Erkki Hihnala	Kokkolan seutukunta
Jukka Hautamäki	Kaustisen seutukunta
Mailis Tikkanen	Ylivieskan seutukunta
Pasi Liikanen	Nivala-Haapajärven seutukunta
Ann-Christin Willner	Pohjanmaan TE-keskus
Tiina Lämsä	Pohjois-Pohjanmaan TE-keskus

2. Hankkeen tausta ja lähtökohdat

Maitotiloilla työ on monin tavoin kuormittavaa. Lomia saattaa olla vasta kuukausien työputkien päästä. Työ voi olla yksinäistä ja yhteydenpito muihin tiloihin vähäistä. Epävarmuus tulevaisuudesta ja EU-asiat voivat vaikeuttaa päätöksentekoa.

Useat tilat suunnittelevat maidontuotannon lopettamista vaikka toimintaa kannattaisi taloudellisessa mielessä jatkaakin. Yleinen mieliala ja väsyminen vaikuttavat näihin ajatuksiin. Aina ei jakseta pohtia kaikkia mahdollisuuksia, mitä on käytettävissä työmäärän keventämiseen ja vähentämiseen.

Toisaalta tilakoko kasvaa jatkuvasti ja tuo mukanaan fyysisen työn lisäksi henkisiä rasituksia. Viljelijä voi joutua oravanpyörään, jossa vauhti kiihtyy eikä pysähtymiseen ja omaan jaksamiseen jakseta kiinnittää huomiota. Tällöin yrityksellä on suuria riskejä toiminnan tulevaisuuden suhteen.

Monilla viljelijöillä on työn kuormittavuudesta johtuvia sairauksia. Tavoitteena olisi kuitenkin pitää työkykyä yllä niin, että viljelijät voivat siirtyä terveinä vanhuuseläkkeelle. Omaehtoiseen kunnon ylläpitämiseen ei koeta olevan aikaa tai raskas ruumiillinen työ mielletään riittäväksi liikunnaksi.

Kuntien työterveyshuolto kärsii resurssipulasta ja aktiivista tarjontaa ja tiedotusta ei ole ennaltaehkäisevään terveydenhuoltoon liittyen. Osa tiloista ei vielä kuulu työterveyshuoltoon. Maatalousyrittäjien työterveyshuollon laskennallinen tilakäyntiväli on ollut Keski-Pohjanmaalla n. 8 vuotta (suositus 4 vuotta).

Maanviljelijöiden työhyvinvointia on parannettu valtakunnallisesti useiden alueellisten hankkeiden avulla. Pohjois-Pohjanmaalla on toiminut Maa voi hyvin - ESR-hanke, joka on järjestänyt Kalajoen Diakonaatin kanssa kuntokursseja viljelijöille. Tämän tulokset ovat Oulun yliopiston tutkimuksen mukaan olleet hyviä.

3. Hankkeen tavoitteet

Hankkeen yhtenä konkreettisena tavoitteena oli kannustaa viljelijöitä jatkamaan maidontuotantoa, jolloin tilojen lopettamisvauhti hidastuu. Toisaalta myös kannustettiin tiloja tekemään järkeviä tuotannollisia tai toiminnallisia investointeja, joiden avulla tuotanto tehostuu.

Jatkamiseen ja jaksamiseen liittyen oleellista oli viljelijöitten toimintakyvyn ylläpitäminen ja parantaminen. Hanke keskittyi toiminnassaan erityisesti fyysiseen ja henkiseen hyvinvointiin. Kuntokursseilla kartoitettiin osallistujien lähtötilanne ja jokainen osallistuja voi asettaa omat tavoitteensa työhyvinvointiin liittyen.

Päämääränä oli, että hankkeeseen osallistujilla syntyy motivaatio jatkuvaan oman kunnon ja hyvinvoinnin ylläpitämiseen / parantamiseen. Omaa kuntoa ja hyvinvointia seurattiin ja sille asetetaan tavoitteita kuten muullekin tilan toiminnalle. Työterveyden ja – turvallisuudesta tulee muodostua osa tilan johtamista ja laatujärjestelmää.

Työolosuhteisiin ja töiden järjestämiseen liittyviä asioita käsiteltiin pääosin kuntokurssien aikana tilojen välisissä keskusteluissa. Tavoitteena oli voida keventää töitä ja joidenkin töiden ulkoistaminen. Fyysisistä ja henkistä jaksamista voi parantaa esim. tilojen välinen yhteistyö. Hankkeen aikana pidettiin aiheeseen liittyen yksi teemapäivä. Toistakin suunniteltiin mutta jouduttiin perumaan ilmoittautuneiden vähyiden vuoksi. Kuntien työterveyshuollon toimintaa ja sen antamia mahdollisuuksia tuotiin esille yhteistyössä työterveyshoitajien ja MELAn kanssa.

Tavoitteena oli myös, että hankkeen päätyttyä hankkeen aikana muodostuneet paikalliset pienryhmät jatkavat omaehtoista toimintaa harrastuksien parissa. Tästä ei ole vielä kokemusta mutta toteutunee joissakin kunnissa.

4. Hankkeen toiminta ja tulokset

Hankepäätökset saatiin kesän 2004 aikana. Tämän jälkeen aloitettiin hanketilojen rekrytointi. Ilmoittautumisia tarvittiin nopeasti, sillä ensimmäiset kuntokurssit alkoivat jo syksyllä 2004. Kuntokurssiryhmiä oli kaikkiaan 13 kappaletta. Kaikkien kuntokurssien aloitus piti saada muutaman kuukauden sisälle, koska kuntokurssien kesto seurantajaksoineen vaatii vuoden ajanjakson.

Syksyllä 2004 järjestettiin kunnissa hankeinfoja, jotta saatiin nopeasti tiedotettua hankkeesta. Tietoa levitettiin ProAgrian neuvojien ja sidosryhmien kautta. Pääpaino tiedotuksessa oli ProAgria Keski-Pohjanmaan toimialueella. Melko lyhyessä ajassa saatiin ryhmä kokoon eli 48 viljelijää (58 tavoite) ilmoittautui kuntokursseille Ylivieskan seutukunnasta. Kuntokursseja järjestettiin Kalajoen Diakonaatissa sekä Lappajärvellä Kivitipussa. Ohjelma olivat samankaltaisia mutta Kalajoen kuntokurssit olivat pidempikestoisia.

Kuntokursseista saatiin suullista ja kirjallista palautetta. Osallistujat kokivat hyvänä yhdessäolon ja keskustelut toisten viljelijöiden kanssa. Ryhmähenki oli hyvä. Mitattu fyysinen kunto oli usein parantunut seurantajaksoilla eli oli alettu harrastamaan säännöllistä liikuntaa.

Muuta toimintaa käynnistettiin hitaammin osittain siksi, että olisi tarjota paikallista toimintaa kuntokurssien jälkeen. Paikallisia ryhmiä kokoontui Kalajoella ja Sievissä. Näissä tutustuttiin erilaisiin liikuntalajeihin ja harjoitettiin lihashuoltoa.

Hankkeessa järjestettiin myös yksittäisiä opintopäiviä. Sievissä pidettiin maatalan hätäensiapukoulutus. Lisäksi alueen meijerien kanssa pidettiin kuntopäiviä Kalajoella.

Hankkeen paikalliseen toimintaan olisi toivonut vielä lisää osallistujia. Kuntokurssilaiset olivat niissä melko hyvin mukana mutta myös uusia osallistujia olisi sopinut enemmän mukaan. Positiivista oli kuitenkin, että kattava tarjonta saatiin aikaan .

5. Hankkeen rahoitus ja rahojen käyttö

Pohjois-Pohjanmaan TE-keskus rahoitti hanketta alueellisesta maaseutuohjelmasta. Julkinen rahoitus oli 90 %, josta EU:n osuus oli 30 %, valtion 50 % ja kuntien 20 %. Yksityistä rahoitusta oli 10 %.

Hankkeen toteutunut rahoitus:

Kustannusarvio, €	Budjetti	Toteuma
Palkat ja sivukulut	14.300	11.690
Ostopalvelut, palkkiot	32.800	29.852
Matkakulut	1.400	911
Vuokrat	1.000	332
Toimistokulut	1.200	298
Muut kulut	3.300	2.916
Rahoitustarve yhteensä	54.000	45.999

Rahoitussuunnitelma, €	Budjetti	Toteuma
Maaseutuosastolta haettava rahoitus	38.900	33.102
Kunnat	9.700	8.260
Julkinen rahoitus	48.600	41.362
Yksityinen rahoitus	5.400	4.637
Rahoitustarve yhteensä	54.000	45.999

Hankkeen rahoitusta jäi jonkin verran käyttämättä. Eniten budjetti alittui palkkojen osalta. Työtunteja kertyi tavoitetta vähemmän seutukunnan osalta. Osittain tähän vaikutti se, että hankkeen alku viivästyi jonkin verran alkuperäisestä suunnitelmasta.

6. Tiedotus

Hankkeen alussa tiedotettiin toiminnasta monin eri tavoin. Kuntakohtaisia tilaisuuksia pidettiin useassa kunnassa. Niistä oli tiedotettu alueen sanomalehdissä ja sidosryhmien kautta mm. meijerien ja kuntien tiedotteissa. Tämän lisäksi muut hankkeen yhteistyötahot ovat tiedottaneet aktiivisesti hankkeesta mm. työterveyshuollot, MTK ja Keski-Pohjanmaan Liikunta.

Hankkeen kuluessa ajankohtaista hankeasiaa on julkaistu jokaisessa ProAgria Keski-Pohjanmaan tiedotuslehdessä, joka ilmestyy neljä kertaa vuodessa. Useisiin sanomalehtiin on saatu artikkeleja kuntokursseista ja kuntoryhmistä.

Hanke jatkuu 1.3.2006 – 28.2.2007 Kaustisen seutukunnan alueella ja Nivala-Haapajärven seutukunnassa Reisjärvellä. Tämän ajanjakson lopulla pidetään seminaari koko hankkeen tuloksista tiedotusvälineille. Syksyllä 2006 on tarkoitus aloittaa terveysalan opiskelijoiden lopputyö hankkeeseen liittyen.

7. Hankkeen toimintojen jatkaminen ja kehittämis ehdotukset

Hanke on saanut aikaan yhteistyötä sidosryhmien kanssa maidontuottajien työhyvinvointiin liittyen. Hankkeen jälkeen jatketaan mm. teemapäivien pitoa yhteistyössä sidosryhmien kanssa. Teemoina pidetään yllä edelleen fyysistä ja henkistä hyvinvointia.

Hanketta toteuttaneet kurssipaikat jatkavat kuntokurssien pitoa viljelijöille. Keväällä 2006 ne järjestivät räätälöityjä kuntokursseja entisille hankeryhmäläisille. Esimerkiksi Kalajoen Diakonaatissa suurin osa hankkeen kuntokurssilaisista ilmoittautui jatkokursseille.

Suurin vaikutus hankkeella pitäisi olla jokaisen osallistujan henkilökohtaiseen fyysisen ja henkisen kunnan hoitoon. Useilla osallistujilla onkin herännyt kipinä säännölliseen liikuntaan. Tämän jatkaminen joko yksin tai ryhmässä hankkeen jälkeen on tärkeää. Hankkeeseen osallistuneiden tahojen kautta tätä viestiä tuodaan jatkossakin esiin.

8. Liitteet

Ohjausryhmän arvio hankkeen toteuttamisesta

Hankkeen tavoitteet ja tulokset (indikaattorilomake)

Ohjelmia hankkeen koulutuksista

Hankkeesta kirjoitettuja lehtiartikkeleita

Ohjausryhmän arvio hankkeesta:

Ohjausryhmä toteaa, että hankkeen toiminta kohdistui oikeaan kohderyhmään, sillä maidontuottajat joutuvat työskentelemään seitsemän päivää viikossa kuluttavassa työssä. Vapaita on vähän, joten lomat, rentoutuminen ja itsestä huolehtiminen voivat jäädä vähälle.

Hankkeen toiminnan keskittyminen viljelijöiden fyysisen ja henkisen kunnan huolehtimiseen oli tärkeää, jotta tilan toimintaa pystytään jatkossa kehittämään eikä tuotannosta tarvitse luopua terveyden menettämisen seurauksena. Nykyiset suuret tuotantoyksiköt vaativat laajaa työn organisoitua, jotta itseä ei kuormiteta liikaa.

Kuntokurssiryhmien toiminta oli hyvä apu myös henkiseen jaksamiseen liittyen. Ryhmät antoivat vertaistukea osallistujille. Ryhmissä muodostui verkostoja, jotka ovat jatkossakin toiminnassa kurssien jälkeen. Koulutustilaisuuksien järjestäminen lisäsi myös maatalouden sidosryhmien yhteistyötä.

Hanke osoitti tarpeellisuutensa ja kiinnosti osallistujia. Hankkeen jälkeiset uudet vapaaehtoiset kuntokurssiryhmät ovat osoitus hankkeen tavoitteiden onnistumisesta.