

mieli

LAPINLAHDEN LÄHDE NYKYTILAN KUVAUS

Mielenterveysvaikutusten ennakkoarvioinnin (MIVA) alkukartoitus

MIELI Suomen Mielenterveys ry



12.9.2022

Kirjoittajat: Taina Laaksoharju, Kristian Wahlbeck, Juhana Heikkilä
Kuvat Facebook sivustosta [Mieli & Kuva Lapinlahden Lähteellä](#)¹: Muut Risto Ruuth, viimeinen kuva Anna-Maija Aalto

mieli

**Mielenterveyttä voi vahvistaa
mieli.fi**

MIELI Suomen Mielenterveys ry | MIELI Psykisk Hälsa Finland rf | MIELI Mental Health Finland
Maistraatinportti 4 A, FI-00240 Helsinki, Finland. Puh./Tel. +358 9 615 516, mieli.fi
Y-tunnus/FO-nummer/Business ID: 0202225-4

Tiivistelmä

Tämä selvitys on tehty antamaan päättäjille ajantasainen käsitys Lapinlahden lähteenä tunnetun entisen mielisairaalan nykyisistä toimijoista, kävijöistä, toiminnasta ja sen yhteydestä mielen hyvinvointiin. Ihmisiin kohdistuvia vaikutuksia arvioidaan monissa päätöksentekoprosesseissa (vaikutusten ennakoarviointi, ns. EVA). MIVA on samankaltainen prosessi, mutta sen fokuksena on arvioida mielenterveyteen vaikuttavia asioita. Tämä selvitystyö on osa Mielenterveysvaikutusten ennakoarviointi - MIVA käyttöön -hanketta, jossa Lapinlahti on valittu kansainvälisesti käytetyn mielenterveysvaikutusten arviointityökalun (Mental health wellbeing impact assessment tool, MHWIA) pilotoinnin kohteeksi. Hankkeessa Terveiden ja hyvinvoinnin laitos THL, MIELI Suomen mielenterveys ry, Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry sekä Mielenterveyden keskusliitto MTKL ry ovat yhdessä laatimassa uutta Suomeen soveltuvaan mallia päätösten mielenterveysvaikutusten arviointiin. Arviointimallia ja ohjeistusta voidaan hyödyntää osana päätösten valmistelutyötä kunnissa, hyvinvointialueilla sekä kansalaisia koskevaan lainsäädännön ja poliittisten ohjelmien valmisteluun valtionhallinnossa. Malli mahdollistaa mielenterveysvaikutusten arvioinnin myös kansalaisyhteiskunnan toimijoille.

Lapinlahden sairaala on sulkemisestaan v. 2008 lähtien ollut vailla selkeää Helsingin kaupungin laatimaa omistajavisiota, jolloin alueelle on syntynyt kansalaisaktivismilla raportissa kuvattu Lapinlahti-yhteisö. Alueen nykyisten vuokralaisten ja sidosryhmien toimesta on noin 15 vuodessa tehty yhteinen visio ja siihen tukeutuva toimintamalli, joka on kehittynyt kokeilukulttuurin pohjalta nykymuotoonsa. Lähde Oy vastaa eteläisen siiven tiloista sekä valtaosasta alueen muita rakennuksia, Pro Lapinlahti Mielenterveysseura ry mielenterveyttä edistävästä toiminnasta, Osuuskunta Tilajakamo puolestaan tarjoaa taitelijoille kohtuuhintaista työtilaa Lapinlahden pohjoisesta siivestä. Lapinlahden Lähde on ilmoituksensa mukaan 'Kaikille avoin mielen hyvinvoinnin keidas' ja 'Kaikkien Lapinlahti', joka tuottaa kävijöille 'kulttuurista hyvinvointia'. Kulttuurihyvinvointiin tähtäävällä toiminnalla tarkoitetaan kynnyksetöntä kokonaisyhyvinvoinnin kehittämiseen tähtäävää toimintaa, jossa taide ja kulttuuri ovat toiminnan keskiössä ja sisältöihin vaikuttavat osallistujat itse.

Tämä selvitys kuvaa ilmaistun tahtotilan toteutumista käytännössä mielenterveyden edistämisen näkökulmasta. Selvityksessä on referoitu aiemmin tehtyjä selvityksiä, tutkimuksia, Lapinlahti 360 projektisuunnitelmaa sekä hankeraportteja. Lisäksi aineistona on käytetty Lapinlahden omia tilastoja ja kävijäseurantataulukkoa vuosilta 2017–2022. Aineiston perusteella kulttuurin eri muodot ovat hyvin edustettuina Lapinlahdessa ja kaikki tilat ovat käytössä. Tapahtumia, luentoja, näyttelyitä, konsertteja, työpajoja järjestetään laajalla skaalalla, ja suurin osa toiminnasta on ilmaista osallistujalle. Lapinlahden tarjoama toimintamuotojen ja mahdollisuuksien runsaus niin ryhmä- kuin yksilömuodossa on merkillepantavaa. Mahdollisuuksien monimuotoisuus epäilemättä lisää mahdollisuutta lisätä kävijän mielen hyvinvointia, mutta ongelmana voi olla toiminnasta eniten hyötyvien kohderyhmien tavoittaminen.

Lapinlahdesta tehtyjen selvitysten ja opinnäytetöiden perusteella Lapinlahti nähdään ainutlaatuisena ja merkityksellisenä paikkana, jolle toivotaan historiaan perustuvaa jatkumoa mielenterveyttä edistävänä paikkana. Koko aineistossa korostuvat mielen hyvinvointia edistävät teemat ja pyrkimys edistää mielenterveyttä. Mielen hyvinvointiin liittyvät suojatekijät osallisuus ja inkluusio, oman elämän hallinta, yhteisön tuki ja itsensä toteuttamisen mahdollisuudet sekä resilienssin kasvattaminen ovat läsnä Lapinlahdessa yksilö- ja yhteisötasolla. Mielen hyvinvoinnin osa- ja suojatekijöiden arviointiin sovelletaan tässä raportissa ympäristö- ja ekopsykologiasta tuttua tarjounteoriaa, joka kiinnittää huomiota paikkalähtöisiin, ympäristöstä nouseviin toiminnan mahdollisuuksiin. Tarjoumat ovat tietyn paikan potentiaalisia toimintamahdollisuuksia, jotka yksilö havaitsee ja jotka aikaansaavat toimintaa, jos niille on jokin psyykinen tai fysiologinen tarve. Erilaiset ympäristöt mahdollistavat erilaista toimintaa riippuen tarjoumien määrästä ja laadusta. Tarjoumia tarkastellaan rinnakkain mielenterveyden suojatekijöiden kanssa; mitä konkreettisia toiminnan mahdollisuuksia Lapinlahdesta löytyy esimerkiksi osallisuuden kokemukseen?

Sisällys

Tiivistelmä	3
Johdanto	5
Mielenterveyden suojatekijät	6
Lapinlahti tänään	8
Nykyiset toimijat	8
Pohjoinen siipi	9
Eteläinen siipi	10
Venetsia-rakennus	12
Terapiatalo ja omenapuutalo	12
Alueselvitys	16
Toimintamahdollisuudet ja mielen hyvinvointi	16
Ilmaista Lapinlahdessa	17
Maksulliset palvelut	18
Kävijämäärät	18
Kävijäryhmät	20
Haavoittuvassa asemassa olevat kävijäryhmät	20
Hankkeet	21
Aiemmat kehityshankkeet	23
Lapinlahti 360 projektisuunnitelma	24
Opinnäytetyöt	26
Aalto yliopiston kestävä kehityksen kehittämisprojektit	26
Tulevaisuuden näkemyksiä kartoittanut kyselytutkimus	27
Mielenterveysvaikutuksia kartoittanut kohderyhmätutkimus	29
Nykytilan mahdolliset mielenterveysvaikutukset	33
Tarjoumat mahdollistavat mielen hyvinvointia jos	35
Lapinlahden päätösvaihtoehtojen arviointi	37
Johtopäätökset	39
Lähteet	41

Johdanto

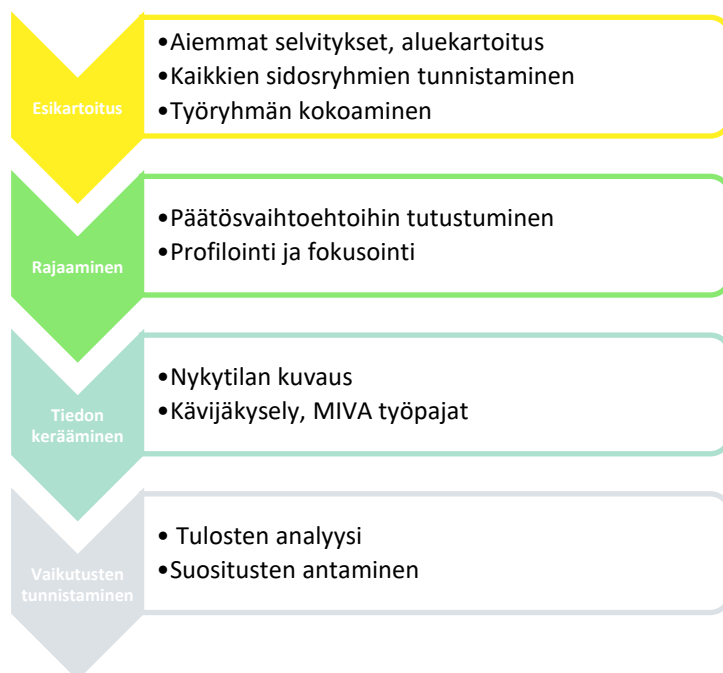
Kansallisessa mielenterveysstrategiassa 2020–2030 on tunnistettu, että mielenterveysvaikutusten ennakoarviointi osana ihmisiin kohdistuvien vaikutusten ennakoarviointia on yksi keino ottaa mielenterveys huomioon päätöksenteossa eri hallinnonaloilla ja kaikilla päätöksenteon tasoilla². Toimenpiteenä ehdotetaan työkalujen kehittämistä mielenterveysvaikutusten ennakoarviointiin.

Tämä raportti on osa Valtioneuvoston tutkimus- ja selvitystoiminnan rahoittamaa ja sosiaali- ja terveysministeriön ohjaamaa ”MIVA käyttöön – mielenterveysvaikutusten ennakoarviointi” -hanketta. Hankkeen tarkoituksena on yhdessä [THL:n](#)³, [MIELI ry:n](#)⁴, Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry:n ja Mielenterveyden keskusliiton (MTKL) kanssa edistää mielenterveysvaikutusten arvioinnin liittämistä osaksi erilaisten ihmisiä koskevien päätösten vaikutusten ennakoarviointeja. Hankkeessa esitetään käyttöönoton suunnitelma, jolla luodaan Suomeen soveltuva malli ja ohjeistus mielenterveysvaikutusten ennakoarviointiin kunnissa, hyvinvointialueilla ja lainvalmistelussa. MIELI ry tulee myös laatimaan järjestökentälle suunnatun oppaan mielenterveysvaikutusten arvioinnin tueksi. Lisätietoja MIVA hankkeesta [täältä](#)⁵.

Helsingissä sijaitsevan Lapinlahden entisen sairaala-alueen kaavoituksen päätösvaihtoehtojen mielenterveysvaikutusten ennakoarviointi on hankkeessa tehtävä pilotti, jonka tavoitteena on testata ja arvioida Englannissa käytössä olevan arviointimallin toimivuutta Suomessa ([Mental Wellbeing Impact Assessment, MWIA](#)⁶).

Tämä raportti kattaa Lapinlahden mielenterveysvaikutusten ennakoarvioinnin pilotointiprosessin esikartoitus- ja rajausvaiheet, muodostaen käsitystä nykytoiminnan mielenterveysvaikutuksista. Raportti antaa hyvän kuvan nykytoiminnan laajuudesta, laadusta ja aiemmista selvityksistä, joten se voi palvella hyvin päättäjiä eri päätösvaihtoehtojen valmistelussa.

Lapinlahden MIVA pilotoinnin vaiheet toukokuu 2022-elokuu 2022. Tästä raportista puuttuvat prosessin lopputuloksena syntyvät päätösvaihtoehtojen suositukset, mittarit ja indikaattorit, jotka julkaistaan kerätyn aineiston analyysin jälkeen syksyllä 2022.



Mielenterveyden suojatekijät

Raportissa huomio kohdistetaan tekijöihin, joilla tiedetään tutkimusten valossa olevan vaikutusta mielen hyvinvointiin. Mielen hyvinvointi koostuu monien tekijöiden yhteisvaikutuksesta, joista osaan yksilö voi itse vaikuttaa, ja osa on sidoksissa elinympäristöön. Yleensä mielen hyvinvoinnissa erotetaan kolme ulottuvuutta: tyytyväisyys omaan elämään [evaluative; life satisfaction], elämän kokeminen merkitykselliseksi [eudaimonia; life purpose] ja onnellisuuden tunne [positive affect]⁷.

Mielen hyvinvointia edistää erityisesti neljä tunnettua suojatekijää, joita vasten Lapinlahden nykytoimintaa ja jatkossa myös eri tulevaisuuden päätösvaihtoehtoja arvioidaan MIVA työssä 6. Mielen suojatekijöitä voidaan katsoa yksilön ja yhteisön tasolla ja ne voidaan ulottaa laajemmallekin koskemaan esimerkiksi tiettyä sosioekonomista ympäristöä (kuten kaupunkia tai sen osaa). Kun mielenterveyden suojatekijöitä on riittävästi ympäristössä, yksilöt voivat elää mielekästä ja onnellista elämää. Tässä raportissa tarkastellaan mielenterveyden suojatekijöitä paikkalähtöisesti, Lapinlahdesta löytyvien konkreettisten ja paikkaan sidottujen toimintamahdollisuuksien kautta (=tarjoumat).

Mielenterveyden suojatekijät	
Hallinnantunne, kontrolli	<ul style="list-style-type: none"> - Omien tavoitteiden asettaminen ja niihin pyrkiminen - Mahdollisuus muokata olosuhteita ja ympäristöä omiin tarpeisiin sopiviksi - Autonomia, itseohjautuvuus ja yksilölliset valinnat - Pystyvyys, luottamus omiin kykyihin - Riittävät resurssit toteuttaa tavoitteitaan
Osallisuus	<ul style="list-style-type: none"> - Kodin ulkopuoliset mahdollisuudet osallistua mielekkääseen toimintaan - Mahdollisuus vaikuttaa asioihin - Koulutus- ja työelämäosallisuus
Yhteenkuuluvaisuus, inklusio	<ul style="list-style-type: none"> - Yhtäläiset mahdollisuudet osallistua kaikilla taustasta tai varallisuudesta riippumatta - Sosiaalinen inklusio eri taustasta tuleville ihmisille; tasavertainen kohtaaminen ja kumppanuus - Yhteisöllisyys
Resilienssi	<ul style="list-style-type: none"> - Paikkasuhde, joka mahdollistaa uusien tietojen ja taitojen hankkimisen - Sosiaalisten verkostojen ja luottamuksen tuoma 'pääoma', joka kasvattaa omaa kriisivalmiutta ja kykyä selviytyä kriiseistä - Saavutettava viherympäristö, mahdollisuus rauhaan ja itsereflektioon

Päätöksiä, jotka muuttavat jotain elinympäristön tarjoamaa mielen hyvinvointiin vaikuttavaa elementtiä, tulisi arvioida mielenterveysvaikutusten näkökulmasta. Arvioinnissa päätöstä arvioidaan mielenterveyden suojatekijöihin peilaten: parantaako, heikentääkö vai vaikuttaako päätös mitenkään mielen hyvinvointiin?

Mielen ja muun terveyden edistämistä tapahtuu viidellä tasolla (Ks. WHO World Mental Health Report, 2022⁸):

1. Mielenterveyttä tukeva yhteiskuntapolitiikka
2. Mielenterveyttä tukevien ympäristöjen luominen
3. Yhteisöllisen toiminnan tukeminen
4. Yksilöiden mielenterveystaitojen kehittäminen
5. Terveyspalveluiden suuntaaminen terveyden edistämiseen

Yhteys muihin, luottamuksen kokeminen ja tukiverkostot ovat yksilön sosiaalista pääomaa. Vahva sosiaalinen pääoma linkittyy tutkitusti hyvään mielenterveyteen, hyvään fyysiseen terveyteen ja alhaiseen kuolleisuuteen.

(Wahlbeck ym. 2017⁹)



Juhannussaunojia

Lapinlahti tänään

Vuonna 1841 valmistunut Lapinlahden sairaala on Suomen ensimmäinen mielisairaala. Sairaaloiminta päättyi lopullisesti vuonna 2008, jonka jälkeen sairaalarakennus oli tyhjiään noin viisi vuotta. Lapinlahden alueen ja rakennukset omistaa Helsingin kaupunki.

Historiasta enemmän näistä linkeistä:

[Lapinlahden historia pähkinänkuoressa « Lapinlahden Lähde \(lapinlahdenlahde.fi\)](#) ¹⁰,
[HISTORIAA | Pro Lapinlahti mielenterveysseura \(prolapinlahtiry.fi\)](#) ¹¹

Nykyiset toimijat

Pro Lapinlahti mielenterveysseura ry perustettiin vuonna 1988 pelastamaan vanha sairaala ja säilyttämään sen kulttuuriperintö mielen hyvinvoinnin parissa, ydinajatuksenaan tuottaa mielenterveyttä kulttuurista ja varmistaa Lapinlahden arvojen siirtymisen tulevaisuuteen.¹² *Lapinlahden Lähde* syntyi Pro Lapinlahti ry:n ja silloisen Suomen Mielenterveysseura ry:n toimesta vuonna 2013 tavoitteena käynnistää hyvinvointitoimintaa yhteistyössä useiden mielenterveysalan yhdistysten kanssa. Lähde Oy:n strategiassa mainitut toiminnan lähtökohdat ovat joustavuus, inklusiivisuus ja avoimuus, Pro:lla moninaisuus, yhteisöllisyys, turvallisuus.

MIELI ry:n omistama yhteiskunnallinen yritys *Lapinlahden Lähde Oy* ja *Osuuskunta Lapinlahden Tilajakamo* vuokraavat päärakennusta puoliksi, minkä lisäksi nämä vuokraavat Lapinlahden muita rakennuksia niin, että valtaosaa rakennuksista vuokraa Lapinlahden Lähde.¹³ Osuuskunta Lapinlahden Tilajakamo aloitti toimintansa vuonna 2015 luovan alan toimijoiden työtilayhteisönä, jonka tavoitteena on tarjota edullista työtilaa kulttuurialan ihmisille. *Lapinlahden kulttuuritoimi ry* perustettiin 2017 Tilajakamon oheen organisoimaan taidenäyttelyitä ja musiikkitapahtumia. Alueella sijaitsevaa Y-säätiön omistamaa Koivula -rakennusta vuokraa yhteiskunnallinen yritys Kakspyy Oy, joka tarjoaa tehostettua palveluasumista mielenterveyspotilaille *Alvila-kodissa*.¹⁴ Lapinlahdessa on vuokralla kohtalainen määrä erilaisia mielen hyvinvointia edistäviä yhdistyksiä, yhteensä n. 15 kpl (ks. Taulukko s.16).

Työntekijöitä Lähde Oy:llä, Pro Lapinlahti mielenterveysseura ry:llä ja Tilajakamolla on yhteensä kokoaikaisia 4 henkilöä ja osa-aikaisina 20 (20%-90%). Talossa on merkittävät **'välityömarkkinat'** osatyökykyisille tukityöllistetyille ja uutta suuntaa työelämässä etsiville työkokeilijoille. Noin 30 työkokeilijaa vuosittain tutustuu muun muassa kiinteistöhuollon, tapahtumajärjestämisen ja tiedottamisen tehtäviin. Toimijat ovat pyrkineet työllistämään erityisesti vaikeasti työllistyviä henkilöitä, joilla on omakohtaisia kokemuksia mielenterveyshaasteista. Taustalla on alueen kulttuurinen tausta mielenterveystyön paikkana ja ajatus, että Lapinlahti-yhteisön sallivuus ja räätälöivät työtehtävät tukevat kuntoutumista. Lapinlahti-yhteisön päätoimijoiden lisäksi myös alueen vuokralaisilla on merkittäviä työllistäviä ja työkykyisyyttä kehittäviä mahdollisuuksia.

Lapinlahti tarjoaa myös merkittävän määrän *opiskelijoiden harjoittelumahdollisuuksia* vuosittain, ja oppilaitosyhteistyö onkin ollut alusta asti mukana.

Harjoittelumahdollisuuksia on sekä pidempiä useiden kuukausien mittaisia **harjoittelupaikkoja**, että lyhyempiä projektityön tehtäviä eri alojen ammatti-, ammattikorkeakoulu- sekä yliopistotason opiskelijoille, yhteensä noin 30 harjoittelijaa vuodessa. Yhteistyötä tehdään noin kymmenen oppilaitoksen kanssa jatkuvasti: esim. Metropolia Amk, Laurea, DIAK, Arcada, Stadin ammattiopisto, Hyria, Kiljavan eräopisto, Spesia ja Careeria. Eniten harjoittelijoita on tullut sosiaali-, kulttuuri- ja luontoneuvontaan liittyviltä aloilta sekä projektien osalta Aalto-yliopistosta. Lapinlahden puistoaluetta hoitaa Helsingin kaupungin liikelaitos Stara, joka tekee yhteistyötä Rikosseuraamuslaitos RISEn kanssa. Puistoa hoitavat puutarha-ammattilaisten lisäksi rikoksia sovittavat avovangit ja myös osatyökykyisiä toimintaryhmiä, esimerkiksi Autismisäätiö, on apuna toisinaan.

Nykymalli on saanut tuekseen mittavan joukon tukijoita, joista monet (46) ovat ilmoittaneet tukensa myös julkisesti.¹⁵ Lapinlahden Lähteen omilla sivuilla on arkisto, josta löytyy mm. sairaalaa puolustavia mielipidekirjoituksia, videoita ja selvityksiä.¹⁶ Lisäksi löytyy asiantuntijoiden puolustuspuheenvuoroja blogikirjoitusten sarjassa, jossa on 11 kirjoitusta eri näkökulmista, aiheina muun muassa osallisuus ja yhteisöllisyys, paikan henki, taide, yhteistyö, turva, voima ja rauha.¹⁷ Sivustoille pääsee alla olevista linkeistä.

[Arkisto « Lapinlahden Lähde \(lapinlahdenlahde.fi\)](#)

[Näkökulmia Lapinlahteen -blogi | Tulevaisuuden Lapinlahti](#)

Pohjoinen siipi

Pohjoissiiven Helsingin kaupunki on vuokrannut **Osuuskunta Lapinlahden Tilajakamolle**, jonka *”tavoitteena on pelastaa entinen mielisairaala raunioitumiselta”* ja vuokrata edelleen kohtuuhintaisia työtiloja taiteen, tieteen ja käsityön tekijöiden työhuonekäyttöön.¹⁸ Tilajakamon muodostama taiteilijayhteisö arvostaa taiteilijoille tärkeää työrauhaa. Tiloissa toimii myös useita yhdistyksiä kuten Lapinlahden kulttuuritoimi ry, Rihmasto, Katu ry, Kinobox ja Merelle ry.

Työhuoneita on vajaat sata (3000 m²). Oman ilmoituksensa mukaan Tilajakamo on voittoa tavoittelematon *”Luovan alan toimijoiden työtilayhteisö,”* jonka *”tarkoituksena on myös edistää kaupunkikulttuuria.”*¹⁹ Kulttuuria edistämään on perustettu Lapinlahden kulttuuritoimi ry, joka mm järjestää taidenäyttelyitä (Galleria kuja ja Kammio), konsertteja (Lapinlahti livertää) ja tapahtumia. Tilajakamon tiloissa toimii aktiivinen yhteisö, jonka aktiivit osallistuvat usein myös talon yhteisiin tapahtumiin talkootyöllä.

Eteläinen siipi.

Siivessä toimii yhteisö Lapinlahden Lähde, joka kuvaa itseään sloganilla **'Kaikkien Lapinlahti'** ja kertoo verkkosivuillaan olevansa *"kaikille avoin mielenterveyden, hyvinvoinnin ja kulttuurin keidas."*²⁰ Konseptia kuvaamaan on tehty [Kaikkien Lapinlahti esite](#)²¹ ja [lyhytvideo Lapinlahden nykytoiminnasta](#).²² Uusin, [englanninkielinen esittelyvideo](#) kiteyttää toimintakonseptin ja historian.²³

Lapinlahden Lähde on koko talon yhteinen brändi. Lapinlahden eteläistä siipeä hallinnoivat tiloista vastaava MIELI ry:n omistama **Lapinlahden Lähde Oy**, sekä sen vuokralaisena toiminnasta vastaa Pro Lapinlahti mielenterveysseura ry.²⁴ Lapinlahden Lähde Oy vastaa tilojen ylläpidosta, vuokrauksesta, sidosryhmäyhteistyöstä ja vaikuttamisesta, kehittämisestä ja tiedottamisesta. Lapinlahden Lähde Oy on Yhteiskunnallisten yritysten liiton ARVO jäsen, ja yhtiö sijoittaa mahdolliset tuotot toiminnan kehittämiseen.

Strategiassa Lapinlahden Lähteen hallituksen hyväksymät missio ja arvot ovat:

Missio	Arvot
<ul style="list-style-type: none"> • Mielen hyvinvoinnin vahvistaminen mielenterveystyön, taiteiden, kulttuurin, työllistävän toiminnan ja yhteiskunnallisen yrittäjyyden keinoin. • Positiivisen mielenterveyden, turvallisen ja inklusiivisen, fyysisen ja kulttuurihistoriallisesti arvokkaan tilan vaaliminen. • Elävän taide- ja kulttuurielämän edistäminen ja vahvistaminen. • Yhteiskunnallisen yrittäjyyden ja toimeliaisuuden edistäminen. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Inklusiivisuus ➤ Avoimuus ➤ Kestävyys ➤ Vastuullisuus ➤ Rohkeus ➤ Joustavuus ➤ Merkityksellisyys.

Pro Lapinlahti mielenterveysseura ry haluaa olla mukana kehittämässä Lapinlahtea edelleen ” *kaikille avoimena mielen hyvinvoinnin ja kulttuurin keskuksena, Lapinlahden Lähteenä. Tämän kansalaisten kaupunkiolohuoneena toimivan keskuksen kulmakivinä ovat yhteisöllisyys, vertaisuus, osallisuus, vapaaehtoistoiminta, kulttuuri, luovuus, luonto ja kokonaisvaltainen hyvinvointi.*”²⁵ Yhdistys on vuodesta 2017 toiminut MIELI ry:n paikallisena jäsenyhdistyksenä ja se vastaa Lapinlahden Lähteen kaikille avoimesta, monimuotoisesta kulttuuri-, luonto- ja tapahtumatoiminnasta. Sillä on 3 kokoaikaista ja 12 osa-aikaista työntekijää (tilanne 08/2022), joita täydentävät vapaaehtoiset, harjoittelijat ja tukityöllistetyt.

Tehtäväänsä yhdistys toteuttaa mielen hyvinvointia tukevissa hankkeissa (ks s.22), kuten kaupungin rahoittama asukastilatoiminta tai STEA:n rahoittama Miitti hanke, joka pyrkii ”*vahvistamaan maahan muuttaneiden kotoutumista ja kokonaisvaltaista hyvinvointia ryhmätoiminnan, liikunnan, yhteisöllisyyden ja vapaaehtoistoiminnan keinoin.*”²⁶

Pro Lapinlahden toimintaa on myös kaikille avoin RockHubs bänditoiminta ja yhteisöviljelykerho, sekä Lapinlahden kulttuurihistorian vaaliminen yleisötapahtumissa, viljelypalstoja vuokraamalla ja esittelemällä sairaalan historiaa historiakerroksilla ja sairaalahistoriaa esittelevässä, Helsingin Kaupunginmuseon alaisessa Mental Museum - aluemuseonäyttelyssä.²⁷ Pro Lapinlahden Kaupunkiluontokeskuksen toiminnat muodot ovat käsittäneet luontoon tai kiertotalouteen liittyvät työpajat, luennot, ryhmätoiminnan, yhteisöviljelyn, näyttelytoiminnan, infopisteen aukioloineen, meditaatiohuoneen, tapahtumat ja lasten luontoryhmät.²⁸ Luontokeskuksen kolmivuotinen hankerahoitus (rahoittajana Helsingin kaupunki) päättyi toukokuussa 2022, ja syyskuussa toimintatilasta luovutaan. Uusi asia on tukihenkilötoiminta, johon vapaaehtoiset ovat saaneet MIELI ry:n koulutuksen. Myös mielenterveyden ensiapukursseja järjestetään säännöllisesti. Ryhmätoimintaa järjestetään paitsi eri hankkeissa, myös yhteistyössä kaupungin Kalasataman psykiatrian poliklinikan kanssa.

Suurin avoimien tapahtumien ja ilmaisten harrastusmahdollisuuksien järjestäjä on Pro Lapinlahti mielenterveysseura ry, joka järjestää vuosittain yli 100 erilaista tapahtumaa, työpajaa, luentoa yms. (2019 164, -20 100, -21 128 ja vuonna -22 jo elokuussa n 90 tilaisuutta).

Pro:lla on vuonna 2019 perustettu yhteiskunnallinen yritys tytäryhtiö **Pro Lapinlahden tuki Oy**, joka tarjoaa kahvila- ja saunapalveluja Lapinlahden Lähteellä. Kahvila Lähteen eräs tärkeä rooli on tarjota osallisuuden ja työllisyyden polkuja osatyökykyisille ja mielenterveyskuntoutujille.

Venetsia-rakennus

Aivan rannan tuntumassa sijaitseva entinen asuin-, pesula- ja huoltorakennus Venetsia ehti olla tyhjillään pitkään, ennen kuin sen valtasi joukko opiskelijoita vuonna 2009.

Vuodesta 2017 alkaen Venetsia rakennus on ollut osa Lapinlahden Lähdettä.

Rakennuksessa toimii mm Pro Lapinlahti mielenterveysseuran monikulttuurinen Miitti hanke ja avoin meditaatiotila Viheriö, yksityisyrittäjä kahvila Metsäpaahtimo²⁹, luontoalan yritys Metsätuokio Oy³⁰ taidekursseja järjestävä Lapinlahden taidekoulu³¹ sekä joogaa ja hiljentymistä edistävä yhteisö Armonia Lapinlahti.³² Lisäksi vuokrataan kokous- ja työtiloja lyhyt- ja pitkäaikaiseen käyttöön. Venetsian alakerta on avointa tilaa, jota yleishyödylliset toimijat saavat varata myös hyvin edullisesti tai maksutta käyttöönsä osana kaupungin rahoittamaa asukasosallisuustoimintaa.³³ Vuokrauksen ehtona on, että tilaa käytetään kaupunkilaisten hyvinvointia, kulttuuria rikastuttavaan, luontoyhteyttä ja kohtaamista edistävään toimintaan.

Terapiatalo ja omenapuutalo

Terapiatalo on vedetön ja vessaton puutalo, johon nykyinen toiminta sopii hyvin. Niin kutsutussa terapiatalossa on vapaaehtoisten pyörittämä Lähteen Patina kirpputori sekä käsityöläisten ylläpitämä Lähteen Puoti.³⁴ Vedet ja vessat löytyvät päätalosta. Tilat eivät ole esteettömiä. Musiikin äänet, kangaspuiden louskutus tai myymälätoiminnan äänet eivät häiritse toisiaan. Kesällä myymälätilojen toiminta laajenee luontevasti pihalle asti.

Nykyisin Terapiatalossa on 4 erillistä Lähde Oy:n vuokraamaa huoneistoa:

- Lähteen Puoti, Käsistä ry:n pyörittämä taide- ja käsityöpuoti, kohtaamis- ja infopaikka
- Lähteen Patina, Pro Lapinlahden vapaaehtoisten pyörittämä kirpputori, tuotot Pro Lapinlahdelle, kohtaamis- ja infopaikka
- Rumpalin työtila
- Yhdessä huoneessa laulunopettaja, toisessa käsityötila kangaspuille

(Tiedot antoi Riitta Hinkkanen 24.8.2022)

Omenapuutalo on vuokrattu viimeisimpänä Lapinlahti yhteisölle 2021. Talossa ollut aikaisempi vuokraaja oli aiheuttanut järjestyshäiriöitä, mutta nyt omenapuutalossa järjestetään taidenäyttelyitä (08/2022 Romanikulttuurin näyttely) ja se on osa Asukastilat -hanketta, jossa yhdistykset ja yleishyödyllinen toiminta saa tilat käyttöön ilmaiseksi. Talon käyttöä rajoittaa juoksevan veden, keittiön ja WC -tilojen puute.

Lapinlahti numeroina

Pro Lapinlahti mielenterveysseura ry, tilanne 08/2022	
<i>Työntekijät (tilanne 08/2022)</i>	
Kokoaikaiset	3
Osa-aikaiset määräaikaiset (20-90% työsuhde)	12
Opiskelijaharjoittelijoita / vuosi	n. 20
Toiminnassa mukana olevat vapaaehtoiset	25
Reservissä olevat vapaaehtoiset	240
Vuokrattujen tilojen määrä	14 huonetta, yhteensä 302,5 m ²

Lapinlahden lähde Oy, tilanne 08/2022	
<i>Työntekijöitä (tilanne 08/2022)</i>	
Kokoaikainen (tj)	1
Osa-aikainen (luvussa ei työkokeilijoita eikä harjoittelijoita)	6
Työkokeilijat ja harjoittelijat, arvio/v.	30
<i>Vuokrattavien huoneiden määrä</i>	
Työhuoneita	143
Tapahtumatilaja	8
<i>Vuokralaisten määrä</i>	
Työhuonevuokralaiset (vuokrausaste 100%)	143
Tapahtumatilavuokralaisia /v noin yhteensä	500
Maksuttomia tapahtumatilavuokrauksia/ vuosi, noin	250
<i>Vuokralaisten toimialat %</i>	
Taiteilijat	44%
Terapeutit ja hyvinvointiala	30%
Järjestöt	5%
Tutkijat ja journalistit	5%
Kahvila- ravintola tai puoti	5%
Muut pienyrittäjät	11%

Osuuskunta Lapinlahden Tilajakamo, tilanne 08/2022		
<i>Työntekijät (tilanne 08/2022)</i>		
	Kokoaikaiset	0
	Osa-aikaisia huoltomiehiä	2
<i>Vuokrattavien huoneiden määrä n.</i>		
		70
<i>Vuokralaisten määrä n.</i>		
		100
<i>Vuokralaisten toimialat %</i>		
	Kuvataiteilijat	19%
	Musiikki	26%
	Käsityöläinen	9%
	Kirjallisuus, journalismi	19%
	Esittävä taide	9%
	Kaupunkikulttuuri	9%
	Muut pienyrittäjät (ravintola, tietotekniikka, jooga ym)	9%

Lapinlahdessa järjestetään konsertteja ja musiikkiesityksiä



Kolmannen sektorin toimijoita Lapinlahdessa

Yhdistys	Tarkoitus ja toimiala
Pro Lapinlahti mielenterveysseura ry³⁵	Järjestää, koordinoi ja ylläpitää mielen hyvinvointia edistävää ja yksinäisyyttä vähentävää, kaikille avointa vapaaehtoistoimintaa, ryhmätoimintaa ja tapahtumia ja puolustaa Lapinlahden kulttuuriperintöä
Lapinlahden kulttuuritoimi ry	Kulttuuritapahtumien kuten konserttien, näyttelyiden ja iltamien järjestäminen
Lapinlahti Beer Fellows	Edistää olutkulttuuria
Lapinlahden Merelle ry³⁶	Merellinen virkistys, kalastus, ympäristön ja luonnonsuojelu sekä kulttuuri- ja kansanperinnetoiminta
Only Good Things ry	Hävikkikukkakauppa Kukkista ylläpitävä yhdistys
Katu ry³⁷	Yhdistys pyrkii tukemaan erilaisia tapahtumia, tilaisuuksia ja mahdollisuuksia, joiden tarkoituksena on ylläpitää ja kehittää urbaanien katukulttuurien toimintaa.
Kinobox ry	Näyttely- tanssiesitys ym kulttuuritoiminta
Kamran Cafe kulturförening r.f.	Ruotsinkielinen kulttuuritoiminta
Majakka ry³⁸	Tarkoituksena on tukea, motivoida ja aktivoida aikuisia mielenterveyskuntoutujia
Helsingin Shakkiklubi ry³⁹	Säännölliset shakinpeluillat Lapinlahdessa
Koulukinoyhdistys ry⁴⁰	Tarkoituksena on edistää valtakunnallisesti lasten ja nuorten elokuvaharrastusta, koulujen ja elokuvateattereiden välistä yhteistyötä sekä koulukinotoimintaa.
Osallisuuden aika ry⁴¹	Lastensuojelun palveluja asiakasnäkökulmasta kehittävä järjestö. Lastensuojelun asiakasnuorten näkemyksiä heitä koskevista palveluista päättävälle tahoille.
Käsistä ry	Tarkoituksena on taiteen ja kädentaitojen edistäminen
Perpetuum Mobile ry⁴²	Kansainvälinen taiteen vapautta tukeva yhdistys, toimintaa mm uhanalaisten taiteilijoiden auttaminen ja näyttelyiden sekä tapahtumien järjestäminen

Alueselvitys

Lapinlahti kuuluu Kampinmalmin peruspiiriin, joka puolestaan kuuluu Helsingin eteläiseen suurpiiriin, jossa asuu noin 41 000 henkeä. Näille Lapinlahden alue muodostaa lähiviheralueen. Kampinmalmin peruspiiri sisältää Kampin, Etu-Töölön, Ruoholahden ja Jätkäsaaren asuinalueet^[i].

Yli 65 -vuotiaita alueella asuu 14,6 % väestöstä ja ennusteessa on, että yli 65-vuotiaiden osuus kasvaa yli 18 % vuoteen 2033 mennessä. Työttömyysaste (v 2018) on 6,2 % (vastaava luku koko kaupungissa oli 9,6 %), ja pienituloisten osuus asuntokunnista on korkeahko 12,5 %, kun koko kaupungissa 11,7 % (Lähde: Sotkanet). Näille ihmisryhmille edulliset tai ilmaiset harrastusmahdollisuudet ovat hyvin tärkeitä.

Ulkomaalaistaustaisia alueella asuu 11,6 % (2019) joten on tärkeää, että löytyy paikkoja, joissa toimintaa on tarjolla eri kielillä.

Helsingissä mielenterveyttä kuormittavat tekijät ovat koko maata yleisempiä. 10,7 % helsinkiläisistä kokee yksinäisyyttä (koko maa 10,5 %), joka on merkittävä riskitekijä niin fyysiselle kuin psyykkisellekin terveydelle (Lähde Sotkanet⁴³).

Merkittävää psyykkistä kuormittuneisuutta koki Helsingissä (v. 2020) 17 %, kun koko maassa vastaava luku on 14 % (Lähde: FinSote⁴⁴).

Toimintamahdollisuudet ja mielen hyvinvointi

Kävijäkokemus syntyy monen tekijän summana. Tarjouma (engl. *affordance*) on erityisesti ympäristöpsykologiassa käytetty termi ympäristön elementeistä, jotka mahdollistavat yksilölle tietynlaista käytöstä tai toimintaa (Gibson, 1977⁴⁵). Tarjoumat voivat olla mitä tahansa ympäristön tarjoamia mahdollisuuksia toimintaan, mutta vain tarjoumat, jotka havaitaan ja joille on jokin sisäinen tai ulkoinen tarve, aikaansaavat toimintaa.

Tutustuessamme mielenkiintoiseen paikkaan olemme alussa *ulkopuolisia*. Jos kuitenkin koemme paikan hengen miellyttäväksi ja kutsuvaksi ja meillä on tervetullut olo, tulemme toistekin. Alkaa *etsikkovaihe*, jolloin aktiivisesti etsimme tietoa paikan tarpeitamme vastaavista tarjoumista ja alamme kokeilla erilaisia asioita. Tarpeet alkavat ohjata paikkasuhteen muotoutumista, ja useamman positiivisen kokemuksen jälkeen paikka alkaa tuntua ”omalta”: kävijästä tulee *sisäpiiriläinen*. Sisäpiiriläinen kokee voimakasta yhteyttä paikkaan, toimii oma-aloitteisesti ja käyttää useita erilaisia tarjoumia vaihtuviin tarpeisiinsa. Paikasta tulee henkilökohtaisesti tärkeä. Paikka, jossa tarjoumia toimintaan on runsaasti ja joissa on myös varallisuudesta riippumattomia toiminnan mahdollisuuksia ja/tai kaunis ympäristö, suojaa ja tuottaa enemmän mielen hyvinvointia. Tarkastellaan seuraavaksi Lapinlahden toimintamahdollisuuksia pitäen mielessä mielen hyvinvointia edistävät suojatekijät (sivulla 6).

Ilmaista Lapinlahdessa

Järjestäjä	Toiminta	Toistuvuus		
		Päivittäin tai aukioloaikoina	Viikoittain, säännöllisesti	Kuukausittain tai satunnaisesti
Omatoinen	1. Ulkoilu, koiranulkoilutus	x	x	x
	2. Liikunta, esim. juoksu, uinti	x	x	x
	3. Ystävien tapaaminen		x	x
	4. Piknik			x
Pro Lapinlahti	5. Kohtaamisten kahvipöytä		x	
	6. Vapaaehtoisten tapaamiset		x	x
	7. Taidenäyttelyt (useita gallerioita)	x		
	8. Kesäliikuntaa puistossa		X (kesällä)	
	9. Luennot ja koulutukset			x
	10. Toistuvat tapahtumat			x
Lapinlahden kaupunkiluonto keskus (osa Pro:n toimintaa)	11. Luontoaiheiset työpajat		x	
	12. Infopiste, meditaatiotila	x		
	13. Retket			x (keväästä syksyyn)
	14. Yhteisöviljelykerho		x (touko-syyskuu)	
	15. Näyttelyt	x		
	16. Kiertotaloutta edistävät projektit, useita vuodessa			x
MIITTI hanke (osa Pro:n toimintaa)	17. Kieltenopiskelua		x	
	18. Liikuntaa mm jooga, juoksu, tanssi (argentiinalainen tango)		x	
	19. Keskusteluryhmät (Story sharing cafe)		x	x
	20. Taidetta, kokkausta ja tapahtumia			x
Lapinlahden kulttuuritoimi	21. Ilmaiskonsertit			x
	22. Taidenäyttelyt	x		
	23. Lasten luontotaideryhmä		x	
	24. Tapahtumayhteistyö, esim. LUX Lapinlahti valoteokset			x
Yhteistyökumppanit	25. Tapahtumissa työpajat, esim. melonta			x
	26. Shakkikerho		x	
	27. Bänditoiminta RockHubs ⁴⁶		x	

Maksulliset palvelut

- Kahvila- ja ravintolapalvelut (2 kahvilaa, 1 baaripizzeria, leipomo)
- Terapia- ja työnohjauspalvelut
- Hyvinvointipalvelut (hieronta, shiatsu, osteopatia, jooga, fysioterapia)
- Tilojen vuokraus⁴⁷
- Ohjelmapalvelut (mm historiakerrokset, TYHY -päivien ohjelmat)
- Sauna⁴⁸
- Palstaviljely (paitsi yhteisöviljely)⁴⁹
- Taidekurssit ja koulutukset
- Verhoomo, puoti, hävikkikukkakauppa ym. pienyritykset
- Melonta- ja eräohjelmapalvelut

Yleisötapahtumat

Lapinlahdessa on monia vuosittain toistuvia tapahtumia vuoden ympäri.

1. Tammikuussa Lapinlahden oma LUX oheistapahtuma (ollut 3 kertaa)
2. Kevätaamun luontoretki
3. Uusimaa viikko ja Unelmien liikuntapäivä toukokuussa
4. Mental Health Art Week toukokuussa
5. Helsinki -päivä 12.6.
6. Puistikirppikset 4-6 kpl/kesä-elokuussa
7. Lapinlahti Livertää -konsertit kesä-elokuussa
8. Lapinlahden juhannus
9. Lapinlahti Loves Art and Life taidetapahtuma heinäkuussa
10. Sadonkorjuujuhla elokuussa
11. Taiteiden yö elokuussa
12. Aleksis Kiven päivä 10.10
13. Maailman mielenterveyspäivä 10/10 lokakuussa
14. Kukkaspulien istutustalkoot lokakuun loppupuolella
15. Elävien ääniä -pyhäinpäivän tapahtumaviikonloppu marraskuun alussa
16. Itsenäisyyspäivän etkot
17. Joulumyyjäiset
18. Valon viikonloppu joulukuussa
19. Yksinäisten joulupäivystys

Kävijämäärät

Kävijätilastoa on tapahtumien osalta (n. 20–30 000 / vuosi). Kävijäseurannan ulkopuolelle jäävät mm muiden toimijoiden hankkeiden toimintaan osallistujat, yksityistilaisuudet, ryhmävierailut, koulujen ja päiväkotiryhmien vierailut, työyhteisöjen virkistyspäivät, Tilajakamon järjestämät tilaisuudet sekä omatoimiset päivittäiset ulkoilijat ja esim. kahvila-, sauna-, terapia- ja muut asiakkaat. *Kävijämäärä on täten tilastoitua suurempi.* Kävijäseurantaan merkitään pääsääntöisesti vain Pro Lapinlahti mielenterveysseuran järjestämät avoimet tapahtumat. Kävijämäärät ovat varovaisia arvioita; vuonna 2022 on ollut huomattavissa selkeää kävijämäärien kasvua ja avoimia tapahtumia ovat järjestäneet yhä enemmän myös yhteistyökumppanit.

Lapinlahdessa käy ja toimii **vapaaehtoisina** aktiivisesti erilaisissa tehtävissä noin 30 henkeä, ja tarvittaessa vapaaehtoiseksi kutsuttavien listalla on 240 henkeä. Myös Tilajakamossa tehdään talkootyötä. Vapaaehtoistoiminta on merkittävä osa Lapinlahden palveluita ja toimintaa: mm. kahvila Lähteen kahvila, kirpputori Patina, yleisötapahtumat tai vaikka kukkien kastelu tarjoavat paljon mahdollisuuksia vapaaehtoistoimintaan.

Kävijäseuranta / vuosi	Järjestettyjen tapahtumien arvioitu kävijämäärä(*Huom.)	
2018-19	49 881	
2020 (korona)	8 029	
<i>Kaupunkiluontokeskuksen videostriimausten (61 kpl) näyttökerrat, yht.</i>	33 331	
2021	23 490	
Tapahtumatyypeittäin	Tapahtumatyyppiä, kpl /vuosi (keskimäärin)	Kävijämäärät tarkastelujaksolla 2018-2022, ka/vuosi
<i>Suuremmat vuosittain toistuvat yleisötapahtumat</i>	17	2840
<i>Luentotilaisuudet</i>	25	n. 300
<i>Ryhmävierailut (yritykset, yhdistykset ja työntekijäyhteisöt), kpl/vuosi</i>	30	400
<i>Psykiatristen hoitoyksiköiden vierailut (mm päiväosastot, kuntouttava toiminta)</i>	50	500
<i>Opiskelijaryhmien tutustumiskäynnit (lukiot, ammattiopistot jne)</i>	50	500
<i>Koululais- ja päiväkotiryhmät</i>	60	800
<i>Taidenäyttelyt</i>	15	1500
<i>Kurssit ja taideryhmät</i>	10	Ei tilastoitu
<i>Avoimet ja säännölliset keskusteluryhmät</i>	50	Ei tilastoitu
<i>Työpajat</i>	50	Ei tilastoitu
<i>Liikuntatapahtumat</i>	25	Ei tilastoitu
<i>Konsertit</i>	8	Ei tilastoitu
Yhteensä	390	

(* Huomio: Kävijätilastointi on ollut ajoittain satunnaista, luvut ovat suuntaa antavia ja todennäköisesti suurempia kuin tilastoitu)

Kävijäryhmät

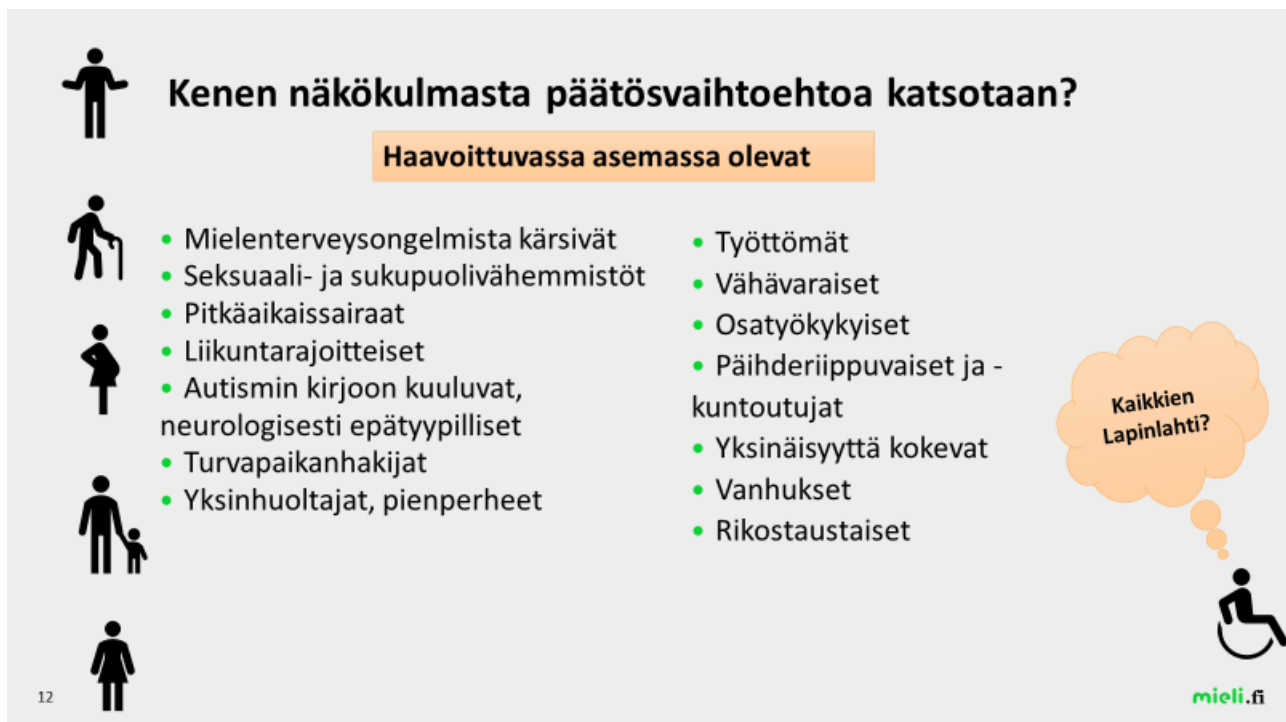


Lapinlahden kävijäryhmät

- Yhdistys- ja hanketyöntekijät
- Tilojen vuokralaiset (yrittäjät)
- Yritysten työntekijät
- Vapaaehtoiset
- Asiakkaat
- Ryhmävierailijat
- Päiväkotiryhmät
- Koululaiset
- Nuoret
- Eläimet, luonnonvaraiset ja lemmikit
- Taiteilijat
- Yleisö
- Alueen asukkaat
- Monikulttuuriset
- Perheet
- Eläkeläiset
- Opiskelijat
- Turistit
- Toiminta- ja harrasteryhmät
- Juhlijat

11 mieli.fi

Haavoittuvassa asemassa olevat kävijäryhmät



Kenen näkökulmasta päätösvaihtoehtoa katsotaan?

Haavoittuvassa asemassa olevat

- Mielenterveysongelmista kärsivät
- Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöt
- Pitkäaikaissairaat
- Liikuntarajoitteiset
- Autismin kirjoon kuuluvat, neurologisesti epätyypilliset
- Turvapaikanhakijat
- Yksinhuoltajat, pienperheet
- Työttömät
- Vähävaraiset
- Osatyökykyiset
- Päihderiippuvaiset ja -kuntoutujat
- Yksinäisyyttä kokevat
- Vanhukset
- Rikostaustaiset

12 mieli.fi

Hankkeet

Lähes kaikki Lapinlahden lähteellä tapahtuva ilmaistoiminta on rahoitettu hankevaroilla, jotka on hakenut ja saanut Pro Lapinlahti mielenterveysseura ry. Pro Lapinlahti on vuosina 2017-2022 käynnistänyt kahdeksan hanketta. Yhtenä hankkeiden keskeisimpänä tavoitteena on ollut maahanmuuttajien ja kantaväestön välisen vuorovaikutuksen lisääminen. Myös yksinäiset, mielenterveys- ja päihdekuntoutujat, syrjäytymisvaarassa olevat nuoret sekä työelämän ulkopuolella olevat aikuiset ja ikäihmiset ovat olleet toiminnan keskiössä.

Ensimmäinen merkittävä hanke oli ESR:n rahoittama **'Osallistu Lapinlahden Lähteellä'** -hanke (2015-2017)⁵⁰. Tuossa hankkeessa luotiin Lapinlahdelle perusarvopohja ja se hyvinvointikonsepti, joka nykyäänkin jatkuu ja näkyy toiminnassa.

'Osallistu Lapinlahden Lähteellä' -hankkeesta periytyneet, toiminnan perustana olevat viisi teemaa raportissa olivat (s.15⁵¹):

1. *Yritys ja oivallus*: Meillä syntyy ideoita ja uusia yrityksiä, sillä paikkaamme kokeilukulttuurin aukkoa Helsingissä. Meillä saa ja kannattaa kokeilla.
2. *Työ ja merkityksellisyys*: Luomme tulevaisuuden työpaikkoja ja tarjoamme polkuja työttömyydestä työhön. Tarjoamme mahdollisuuden työelämälähtöiseen oppimiseen sekä verkostoitumiseen yhteistyössä oppilaitosten kanssa. Meillä on myös paikkoja vapaaehtoisille.
3. *Mieli ja hyvinvointi*: Järjestämme rentouttavia, virkistäviä ja rauhoittavia palveluita sekä tapahtumia. Osa niistä on maksullisia, mutta tarjoamme paljon myös maksutonta toimintaa.
4. *Taide ja arki*: Meiltä löytyy taiteen saralla laaja skaala erilaisia toimijoita ja tapahtumia. Osallistuminen ja yhteisöllisen taiteen luominen onnistuu työpajoissa ja tapahtumissa.
5. *Yhteisö ja osallisuus*: Meillä kaikki, niin kävijät, vapaaehtoiset kuin vuokralaisetkin ovat osa yhteisöä. Lähde on yhteistä maaperää kaikille ihmisille, jossa jokainen voi osallistua. Meillä on valtavat mahdollisuudet yllättäväänkin yhteistyöhön.

Lapinlahden hyvinvointikonseptin kehittämistä koskenut loppuraportti

Kehittämistyön lähtökohtana oli positiivisen psykologian soveltaminen ja siihen pohjautuvien uusien toimintamallien tarjoaminen. 'Osallistu Lapinlahden Lähteellä' -hankkeessa kehitettyä toimintaa arvioitiin laadullisin menetelmin havainnoiden, työpajoissa, kyselyillä ja palautteen keräämisellä. Kirjoittajat nostivat vapauden, kyvykkyyden tukemisen ja vastuun antamisen tärkeinä vapaaehtoisten hyvinvointia lisäävinä osatekijöinä.⁵²

Palaute hankkeista

Hankkeiden rahoittajille laadituista raporteista saa tietoa järjestetystä toiminnasta, osallistujamääristä ja palautteesta. Tämän selvityksen tiedot on kerätty kahdeksan eri hankkeen loppuraporteista vuosilta 2017-2022. Hankkeiden kohderyhminä ovat olleet haavoittuvassa asemassa olevia ihmisiä. Hankkeita ovat rahoittaneet Opetushallitus, opetus- ja kulttuuriministeriö, STEA, Helsingin kaupungin kulttuuri- ja vapaa-ajan toimiala sekä säätiöt kuten Viola Raninin säätiö (Mielensterveyskuntoutujien ryhmätaidetoiminta).

Hankkeiden kautta on tavoitettu ryhmätoiminnassa kahdeksassa eri hankkeessa vuosien 2017 – 21 aikana raportoidun kävijätilastoinnin mukaan 11 300 kohderyhmään kuuluvaa henkilöä, eli keskimäärin n. 2 260 hlö / vuosi.

Pro Lapinlahti mielensterveysseuran hankkeisiin osallistuneet kohderyhmät ovat arvioineet toiminnasta olleen hyötyä mielen hyvinvoinnille.

Esimerkiksi STEA:n rahoittamaan We Pop Up hankkeen avointen ryhmien ja työryhmien osallistujista (n=141) 25 % ilmoitti toiminnan vähentäneen yksinäisyyden kokemusta paljon ja 26 % jonkin verran. Avoimella kysymyksellä kysyttäessä mitä toiminnasta sai, 33% vastasi saaneensa sosiaalisuutta, 30% iloa ja mielekkyyttä ja 31 % oppineensa uutta. Positiivisista vaikutuksista taitoihin 58 % kertoi saaneensa uusia näkökulmia asioihin ja 57 % oppineensa erilaisten ihmisten kanssa toimimista. 36 % kertoi taidon kuunnella kehittyneen ja 34 % omien tarpeiden tunnistamisen parantuneen. Vapaaehtoisten mielestä toiminnan parhaita puolia ovat kiva tekeminen (58 %), hyvä ilmapiiri (26 %) ja kivat ihmiset (26 %). (Ks. Liite 1.)

Mielensterveysvaikutukset	Miten mitattu	Miten saavutettu
Yksinäisyyden väheneminen	Kävijäkyselylomakkeessa kysytty omaa arviota yksinäisyydestä	Erilaiset ryhmätoiminnan muodot ja tapahtumat saaneet aikaan yhteenkuuluvaisuuden tunnetta
Osallisuus	Palautelomakkeen avoimista vastauksista saatu tieto	Toiminnan vaihteleva sisältö ja yhdessä tekeminen vaikuttanut positiivisesti
Kontrolli, hallinnantunne	Kävijäkyselyt	Toiminnan sisältöön on voinut itse vaikuttaa
Hyvinvointi ja arjessa jaksaminen	Kävijöiden itsearviointi palautelomakkeella	Uusien taitojen oppiminen ja toiminnan säännöllisyys lisännyt fyysistä ja mielen terveyttä

Yhteenveto raportoiduista hyödyistä. Tiedot kerätty hankkeiden rahoittajille toimitetuista loppuraporteista (8 kpl 2017-2021).

Aiemmat kehityshankkeet

Lapinlahden sairaalatoiminnan loputtua Lapinlahteen on kehittynyt ruohonjuuritasolta yhteisö, joka on ollut huolissaan tulevaisuuden ja jatkuvuutensa puolesta. Tuloksena on ollut erinäisiä kehityshankkeita ja selvityksiä, joiden avulla organisaatioon on tullut selkeyttä vastuun- ja työnjakoon eri toimijoiden kesken. Tulevaisuuden epävarmuudesta johtuva paine on osaltaan vaikuttanut yhteisöä kehittävänä moottorina, jotta toiminta organisaationa ansaitsisi olemassaolon oikeutuksensa päättäjien silmissä. Osittain tulevaisuuden epävarmuuden takia Lapinlahden Lähde on ollut avoin tekemään yhteistyötä laajasti. Suuri osa sen järjestämisistä tapahtumista syntyy yhteistyössä eri organisaatioiden kuten oppilaitosten, yhdistysten ja yritysten kanssa. Oma toimintaansa kehittämään Lapinlahdessa tehdään vuosittaisia työhyvinvointi- ja palautekyselyjä muun muassa hankkeiden toimesta. Esimerkiksi Pro Lapinlahden työhyvinvointikyselyssä vuodelta 2022 63% vastaajista (n=16) piti työn sisältöä ja merkitystä tärkeämpänä kuin siitä saatavaa palkkaa.



Stadin ammattiopiston opiskelijoita tutustumassa Lapinlahteen 14.9.2020

Lapinlahti 360 projektisuunnitelma

[Lapinlahti 360 projektisuunnitelma](#) ⁵³ on Lapinlahden Lähteen nykyisten toimijoiden ehdotus kaupungin järjestämään ideakilpailuun vuonna 2019. Suunnitelma ei kuitenkaan osallistunut järjestettyyn kilpailuun, koska Y-säätiö vetäytyi hankkeesta. Laatijoiden ilmoituksen mukaan *”kaupallisia toimijoita suosivat kilpailusäännöt osoittautuivat ylivoimaisiksi ehdotuksen taustalla oleville yleishyödyllisille tahoille.”* Suunnitelmassa visioidaan Lapinlahdesta mielenterveyden ja hyvinvoinnin kansainvälistä tapahtuma- ja toimintakeskusta perustettavassa kiinteistöyhtiössä, jossa Helsingin kaupunki olisi vähemmistöosakkaana. Hanke tukisi Hiilineutraali Helsinki 2035-toimenpideohjelmaa olemalla kiertotalouden esimerkkialue. Suunnitelmassa esitetyt periaatteet ja näkemykset ovat edelleen voimassa, ja konsortio lupaa *”kantaa vastuun Lapinlahden ainutlaatuisen kulttuuriympäristön vaalimisesta, minkä tärkeä edellytys on alueen historiaa ja henkisiä arvoja jatkava toiminta.”*

Perussaneeraukseen otetaan kantaa siten, että korjaustyö tulisi tehdä useassa vaiheessa siten, että toiminta voi jatkua keskeytyksettä väistötaloperiaatteella yhteistyössä käyttäjien kanssa, osallistavana ja kuntouttavana sosiaalisena hankkeena. Esteettömyyden parantamiseksi tulisi rakentaa eteläiselle sivulle kaksi uutta liuskaa ja pohjoispuolelle tasonostin. Lisäksi rakennettaisiin hissit potilassiipien ja yhdysosien kulmiin (s.14).

”Vanhat rakennukset korjataan vanhoja rakennusmateriaaleja käyttäen ja vanhoja rakennustapoja kunnioittaen. Lapinlahdessa siirrytään kertakäyttöisestä rakentamisesta jatkuvaan korjaamiseen ja ylläpitoon.” (s.9).

Tämä suunnitelma otetaan tarkasteltavaksi mielenterveysvaikutusten ennakoarvioinnin seuraavassa vaiheessa. Ks. [Esittelyvideo 360 esityksestä](#) ⁵⁴.

360 suunnitelmassa esitetään viisi **'Jälkitekollisen Lapinlahden teesiä'** (s.7):

1. Teesi 1: IHMINEN JA LUOTTAMUS;
 - Lapinlahti yhdistää *”mielen hyvinvointia, empatiaa ja myötätuntoa, ihmiskeskeisyyttä sekä työtä, vapaa-aikaa, harrastuksia, liikkumista ja asumista.”*
2. Teesi 2: LUONTO;
 - joka on *”kaikille avoin elämyksellinen virkistysalue, jossa voi nauttia luonnon rauhasta, kokea Helsingin merellisyyden, harrastaa taidetta ja kulttuuria, kokeilla kaupunkiviljelyä, osallistua alueen hoitoon, nauttia omavaraisesta ruuasta, ottaa osaa erilaisiin kaupunkitapahtumiin – tai tulla vain katselemaan ja ihmettelemään maailman menoa.”*
3. Teesi 3: UUSI TYÖ JA TALOUS;
 - *”uutta työtä ja kehittämällä yhteiskunnallisesti vaikuttavia rakennetun ympäristön korjaus- ja ylläpitotapoja ja muuttuvan luontosuhteen malleja.”*
4. Teesi 4: AIKA JA SUKUPOLVET;
 - *”sukupolvet ylittävä dialogi ja tasa-arvo näkyvät paitsi rakennuksissa myös yhteisöissä ja toimeliaisuudessa.”*
5. Teesi 5: MAAPALLO;
 - *”..välittää ideoita maailmankolkasta toiseen ja jossa pienestä voi syntyä suurta.”*

Kestävän kehityksen kartoitus ja ohjelma

Lapinlahden alueella tehtiin keväällä 2022 kestävän kehityksen kartoitus. Kartoituksen tavoitteena oli saattaa yhteisön jäsenet tietoisiksi kestävän kehityksen eri ulottuvuuksista ja pohtimaan niiden toteutumista ja mahdollisia epäkohtia oman työn ja roolin kannalta ja puitteissa. Kartoituksen aineisto kerättiin avoimissa työpajoissa (2 kpl), kyselyllä, osallistuvalla havainnoinnilla, avainhenkilöiden haastatteluilla sekä henkilöstöä osallistavissa kokouksissa.

Kartoituksessa määriteltiin paikkakohtaiset kestävän kehityksen ekologiset, taloudelliset ja sosiaaliset osa-alueet ja sovittiin yhteiset kehityskohteet.

Kestävän kehityksen kartoitus ja ohjelma on tyypillinen esimerkki Lapinlahden itse itseään kehittävstä kokeilukulttuurista. Hankkeessa ei käytetty ulkopuolista rahoitusta vaan se toteutettiin oppilastyönä osana SYKLL:n ympäristökasvattajaopintoja. Hankkeeseen osallistui työntekijöitä ja harjoittelijoita, vapaaehtoisia ja myös kävijät saivat osallistua. Mielenterveyden suojatekijät saivat vahvistusta itsekontrollin sallimisesta samalla kun yhteisön resilienssiä ja osallisuutta vahvistettiin tekemällä yhdessä konkreettisia tekoja ympäristön hyväksi. Lisäksi kolme opiskelijaa sai hankkeessa osasuoritteita opinnäytetöinä ja näyttötilaisuuksissa.

ARVOMME

- Yhteisöllisyys, moninaisuus, merkityksellisyys
- Kestävyys, vastuullisuus, turvallisuus
- Rohkeus, joustavuus, avoimuus

SUOJELEMME LUONTOA ja YMPÄRISTÖÄ

- Säästä – käytä kierrätettyä – osta laatua – kierrätä – lajittele. Älä osta!
- Viemme roskat oikein lajiteltuina roskikseen sisällä ja ulkona
- Suojellemme puiston monimuotoisuutta

KAIKKIEN LAPINLAHTI

Olemme kaikki ainutlaatuisia; olet tervetullut sellaisena kuin olet – kohtele muita kunnioittavasti

Kehitämme Lapinlahtea yhdessä; jaamme vastuuta ja hyviä ideoita kokeillaan käytännössä

Lapinlahden kestävän kehityksen ohjelmaluonnoksen huoneentaulu. (Laaksoharju, T. 2022, julkaisematon lähde)

Opinnäytetyöt

Aalto yliopiston kestävä kehityksen kehittämisprojektit

Aalto yliopiston **Creative sustainability -ohjelman Capstone projekti** teki keväällä 2022 kaksi kehittämishanketta, joista toinen keskittyi [kiertotalouteen](#)⁵⁵ ja toinen [sosiaaliseen kestävyteen](#).⁵⁶

Työpajoissa Lapinlahti yhteisö visioi kestävää tulevaisuutta seuraavasti:

1. Lapinlahdesta kestävä kasvun ja hyvinvoinnin alusta (talous) ihmisille ja ekosysteemille
2. Kokeilukulttuurin, uudenlaisen yrittämisen ja jakamistalouden keskittymä
 - a. Oppiva organisaatio ”Kaikki on oppimista”
3. Lapinlahti 2035: Helsingin toivon majakka
4. Mielenterveyttä, luontosuhteen tukemista, ilmasto edelläkävijyys
5. Poliittinen osallisuus ja voimaannuttaminen
6. Esimerkki yhteisönä materiaalin kierrossa ja resurssienhallinnassa
 - a. ’Zero waste’ yhteisö, optimaalinen materiaalien kierto
7. Puistosta monimuotoisuutta suojeleva arboretum
8. Kaikkien Lapinlahti – kulttuurihyvinvointiverkosto, jonka tehtävänä on rakentaa ja luoda organisaatioidenvälistä yhteistyötä mielen hyvinvoinnin edistämiseksi.

Kiertotalouteen keskittynyt osaprojekti ehdotti käytännön toimintamalleiksi useita osia Lapinlahti puheiden sarjasta kierrätyshuoneeseen ja parempiin opasteisiin. Lapinlahden puiston monimuotoisuudesta ja arvostuksen kehittämiseksi työryhmä ehdotti Lapinlahden puistoon arboretumia (=puulajipuisto). Myös Lapinlahden huoneentaulun idea tuli Aalto yliopiston järjestämässä työpajoissa.

”Sosiaalisen kestävyden tasolla Lappari Nest helpottaa osallistavaa yhteisöllisyyttä projekteissa, joissa pelko ja ahdistus muuttuvat aktiiviseksi toiminnaksi. Tällä on hyvinvointivaikutuksia yhteisö- ja yksilötasolla kelle tahansa osallistumisesta kiinnostuneelle Helsingin asukkaalle.” (suom. Taina Laaksoharju s. 37).

Kiteytettynä Aalto yliopiston kiertotalouteen keskittynyt visio Lapinlahden tulevaisuudesta 2035:

“Lapinlahti on sosiaalisen ja luonnonmukaisen kiertotalouden keskus, joka tarjoaa alustan ihmisten ja luonnon hyvinvoinnin kestäväälle kasvulle. Se on mielen hyvinvoinnin, kokeilukulttuurin ja toimijuuden keidas monimuotoisen osallisuuden kautta.”

Circular Lapinlahti Community culture: Capstone Project 2022 | Creative Sustainability Creative Commons CC BY Diana Becares Mas, Florencia Pochinki, Marika Taipalus, Sara D’Angelo and Vivi Mattsson, Capstone course at Aalto University. s. 43. Suomennos T. Laaksoharju

Aalto-yliopiston Capstone projektin toinen, **Social reach** -työryhmä, puolestaan esittää projektin lopputuloksena Lapinlahteen **Helsingin kulttuurihyvinvoinnin pistettä**.

Sosiaaliseen vastuullisuuteen, vaikuttavuuteen ja saavutettavuuteen keskittynyt Capstone-osaprojekti pyrki lisäämään Lapinlahden palveluiden ja tapahtumien löydettävyyttä, saavutettavuutta ja vaikuttavuutta etenkin haavoittuvassa asemassa olevien ihmisryhmien näkökulmasta. Tämän osaprojektin seurauksena Pro Lapinlahti mielenterveysseura ry, Lapinlahden Lähde Oy, Taiteen Sulattamo ry ja Helsingin kaupunki, ohjausryhmäkumppaneinaan Taikusydän-verkosto, Alvi ry ja Helmi ry, ovat jo lähteneet yhdessä perustamaan Lapinlahteen Helsingin kulttuurihyvinvoinnin yhteispistettä. Tiivistettynä tämän yhteispisteen tärkeimpänä tehtävänä olisi yhtäältä tehostaa ihmisten ohjaamista kunnallisten palveluiden piiristä heille sopivien, järjestökentän tarjoamien kulttuurihyvinvointipalveluiden piiriin ja toisaalta tiivistää Helsingin seudun kulttuurihyvinvointikentän yhteistyötä muiden muassa kohderyhmien tavoittamisen ja yhteistapahtumien sekä -toiminnan merkeissä.

Molempien osaprojektien lopputulokset syntyivät yhteisöltä työpajoissa kerätyllä tiedolla. Osaprojektien ehdotukset voivat lisätä ihmisten mielen hyvinvointia, sillä ne linkittyvät mielenterveyden suojatekijöihin kuten osallisuuteen, sosiaaliseen kanssakäymiseen, itsensä toteuttamiseen ja omien arvojen mukaiseen toimintaan.

Tulevaisuuden näkemyksiä kartoittanut kyselytutkimus

[Tulevaisuuden Lapinlahti – kyselytutkimus 2020](#) on julkaistu 2021, ja sen on kirjoittanut Rilla Eklund osana sosiaalitieteiden maisteriohjelman liittyvää harjoitteluaan.⁵⁷

Kyselyaineistolla (n=258) selvitettiin lähialueen asukkaiden ja kävijöiden näkemyksiä ja toiveita Lapinlahden tulevaisuutta koskien. Kysely toteutettiin avoimella linkillä, jota jaettiin sosiaalisessa mediassa.

Raportin asiantuntijapuheenvuorossa kulttuuriperinnön tutkimuksen dosentti Pauliina Latvala-Harvilahti toteaa (s. 6-8), kuinka tärkeä on sukupolvelta toiselle säilyvä kulttuuriperintö, joka vahvistaa alueen vaikutuspiirissä olevien ihmisten paikkasuhdetta. Osallisuus on noussut kansainvälisestäkin tärkeäksi vahvaa paikkasuhdetta kuvaavaksi tekijäksi. Osallisuuden ydinalueet demokratia, oikeudenmukaisuus ja päätöksenteko ankkuroituvat tasa-arvon, saavutettavuuden, läpinäkyvyyden ja yhteistoimijuuden toteutumiseen. Kun edellisiin lisätään vielä paikan luontoympäristö ja sen identiteetti traditioineen ja mahdollisuuksineen, on hyvä pohja ihmisten kaikille elämän eri osa-alueille ulottuvaan hyvinvointiin.

Latvala-Haarlahti toteaa (s.7.):

”Työstressin hallinta, yksinäisyyden vähentäminen ennen sen kroonistumista tai jokaisen kohdalla mahdollinen elämänkriisi ja siitä elpyminen, vähävoimaisten elämänvaiheiden voimaannuttava palautuminen edellyttää ei-kuormittavia turvasatamia ja paikkoja akkujen lataamiselle - päivittäin, viikonloppuisin tai vaikka sairaslomalla. Väittäisin Lapinlahden tarjoavan paikan elpymiselle ilman sairaalatoimintaakin.”

Tulokset

Valtaosa vastaajista koki Lapinlahden positiivisena paikkana. Yleisimmät mielikuvaa kuvaavat attribuutit kysymykseen 'Lapinlahti vuonna 2020' olivat positiivisia: viihtyisä (71 %), merkityksellinen (63 %), avoin (60 %), kehittyvä (53 %), helposti lähestyttävä (51 %), hyväksyvä (49 %) ja monipuolinen (48 %). Kuitenkin negatiivisiakin mainintoja oli mukana: keskeneräinen (18 %), hyödyntämätön (17 %), epämääräinen (16 %), sulkeutunut (8 %) ja sekava (8 %).

Tulevaisuudesta kysyttäessä vastaajat toivoivat eniten, että:

- | | |
|---|------|
| 1. Puistoalue suojellaan ja se säilyy avoimena | 89 % |
| 2. Vanha kulttuurihistoria pidetään esillä ja säilytetään | 83 % |
| 3. Järjestöjen mielenterveyttä tukeva toiminta ja maksuttomat tapahtumat säilyvät | 67 % |
| 4. Eritaistaisten kaupunkilaisten kohtaamiset ja yhteistoiminta | 60 % |
| 5. Sisällä tapahtuva toiminta linkittyy puistoalueeseen | 55 % |
| 6. Rakennusten sisätilat mahdollisimman avoimia ja saavutettavia | 49 % |
| 7. Kaupunki omistajana ja hyvinvointipalvelujen tuottaja tai osarahoittajana | 41 % |

Alueen kehittämisestä kysyttäessä vastaajat toivoivat seuraavaa:

- | | |
|---|------|
| 1. Alueen rauhallisuus taataan | 79 % |
| 2. Taide- ja kulttuuritoimintaa voisi olla enemmän | 73 % |
| 3. Voisi olla lisää tapahtumia | 63 % |
| 4. Puistoalueella voisi olla paremmat palvelut kuten WC ja uimalaituri | 63 % |
| 5. Rakennuksia voisi kunnostaa hiljalleen nykyisenkaltaiseen toimintaan | 62 % |
| 6. Kaiken toiminnan tulisi edistää yhdenvertaisia osallistumismahdollisuuksia | 47 % |
| 7. Alueella voisi olla enemmän hyvinvointipalveluja | 42 % |



Kansainvälisiä vieraita käy Lapinlahdessa usein tutustumassa toimintaan

Mielenterveysvaikutuksia kartoittanut kohderyhmätutkimus

Akateemista tutkimusta Lapinlahden nykytoiminnasta on tehty verrattain vähän. Hiljattain julkaistu (Creswell-Smith ym. 2022) tutkimus psykologian alalta otsikolla [*Finding the right words: Articulating the value of mental health promotion. A focus group study*](#)⁵⁸ (vapaa suomennos: 'Oikeiden sanojen löytäminen: Mielenterveyden tukemisen sanoittaminen. Kohderyhmätutkimus liittyy mielenterveysvaikutusten arviointiin). Ilmiöpohjainen tutkimus selvitti mielen hyvinvointia tukevia kokemuksia Lapinlahdesta fokusryhmähaastatteluilla. Avoimiin teemakeskusteluihin osallistui 28 henkilöä, ja yhteensä keskustelutilaisuuksia oli seitsemän. Tilaisuuden alussa ryhmälle kerrottiin mielenterveyden yhteiskunnallisista ja yksilökohtaisemmista suojatekijöistä käyttäen tässäkin selvityksessä käytettyä Mental Wellbeing Impact -mallia⁵.

Tuloksissa korostuivat Lapinlahden *mielenterveyden arvot* ja vaikutukset tutkimukseen osallistuvien omaan mielenterveyteen, joka koettiin positiiviseksi, joissain tapauksissa elämää mullistaneeksi. Ryhmäkeskusteluissa tuli ilmi, kuinka tärkeänä osallistujat pitivät osallisuutta ja sitä, että mielenterveyteen suhtaudutaan normaalisti ilman stigmaa eli vahvuuksia tunnistaen sen sijaan että korostettaisiin itse mielenterveysongelmia. Lapinlahden ydinajatus 'Kaikkien Lapinlahti' tuntui tärkeältä juuri haavoittuvassa asemassa olevien puolesta, sosiaalisesti inkluusiivinen paikka nähtiin arvokkaana.

Yhteiskunnallisiin arvoihin liittyvissä vastauksissa viitattiin usein Lapinlahden entisen mielisairaalan historialliseen jatkumoon ja uudelleensyntymiseen mielen hyvinvointia edistävänä paikkana. Osallistujat nostivat esiin 'paikan hengen', joka on hyväksyvä ja sallii erilaiset mielentilat lisäten ihmisten tietoisuutta mielenterveydestä. Eräs vastaajista muotoili asian näin:

“.. kun tämä on avoin paikka ja tänne voi [kuka tahansa] tulla ja tehdä asioita.. osallistuminen sitten tukee sellaista anti-stigma työtä niin että hyvinvointi on hyvä asia eikä se tarkoita sairauden, vaan hyvinvoinnin tukemista...” (työntekijä)
[Suomennos Taina Laaksoharju]

Yhteisissä arvoissa keskustelut liikkuivat kestävän kehityksen, demokratian ja ympäristön teemoissa. Sosiaalista kestävyyttä Lapinlahdessa edustaa tutkimukseen osallistujien mukaan se, että aktiviteetit on kaikille tarkoitettuja ja avoimia, lisäten demokraattisesti ja tasapuolisesti kaikkien mielenterveyttä. Lapinlahti edusti sosiaalista ja henkilökohtaista henkistä pääomaa, ei taloudellista hyötyä, mutta taloudellinen hyöty voi olla sivu'tuote' kohentuneena mielenterveytenä. Hyvin tärkeänä osana Lapinlahden kokonaisuutta nähtiin kaunis merellinen viherympäristö puistoineen. Ympäristöllä itsellään koettiin olevan voimakas mielen hyvinvointia parantava vaikutus.

Johtopäätöksissä Creswell-Smith ym. näkee kansalaisaktivismista syntyneen ja historiallista jatkumoa seuraavan toiminnan merkityksen tärkeänä mielen hyvinvoinnin edistäjänä julkisten hyvinvointipalvelujen ohella. Tulokset tukevat yleisesti hyväksyttyä näkemystä siitä, että mielenterveyttä voidaan edistää ja tukea saavutettavissa arkiympäristöissä.

Verkostoitumisen hyötyjä kartoittanut selvitys

Tilajakamosta on vuodelta 2017 Sanna Lanttolan Metropolia ammattikorkeakoulun [opinnäytetyö verkostoitumisen hyödyistä](#).⁵⁹ Selvityksessä oli tehty 12 teemahaastattelua Tilajakamon vuokralaisista, lisänä havainnointi kolmessa eri tilaisuudessa ja viestintäkanava Telegramin seuraaminen. Selvityksessä Tilajakamolaiset kokivat tilojen olevan verkostoitumisen kannalta toimivat. Lanttola toteaa: (s.20)

” Moni on rohkaistunut tekemään ja koittamaan jotain ihan uutta tilajakamolaisena yhteistyön tuloksena, sellaista, jota ei olisi kuvitellut tekevänsä aiemmin. Uusi toiminta on ollut joko liiketoiminnallista tai sosiaalista yhteistyötä”

Yhteistyön tuloksena on syntynyt uutta yhteistoimintaa, kuten taidetoimikunta, joka järjestää näyttelyitä taiteilijoille ilmaiseen Galleria Kujaan ja Kammion installaatiotaidetila (sairaalan vanha ruumishuone). Merelle ry on kunnostanut yhteiskäytössä olevan veneen ja laiturin ja lainaa mm onkia, sekä Lapinlahden kulttuuritoimen 'Lapinlahti livertää' konsertit, joihin kaikki halukkaat pääsevät esiintymään matalalla kynnyksellä. Lapinlahden Lunnit kuorokin on syntynyt sosiaalisten verkostojen kautta. Yhteistyö sekä synergia talon sisällä koettiin tärkeäksi. Tilajakomalisten kokema hyöty Lapinlahdessa olemisesta painottuu ensisijaisesti sosiaaliseen pääomaan, ja vasta toissijaisesti liiketoiminnalliseen (Lanttola 2017, s. 22). ” Tuloksena on vahvojen sosiaalisten, vuorovaikutuksellisten ja liiketoiminnallisten verkostojen hyöty osuuskuntalaisille. Tilajakamolaiset uskovat kasvaviin ja vahvistuviin verkostoihin. Yhteistyön merkitys koetaan vahvana pohjana tulevaisuudelle ja uusille asiakkuuksille. Lapinlahden sairaalarakennuksen nykyistä käyttötarkoituksen säilymistä kannatetaan ja sen eteen tehdään yhdessä töitä.” (s. 2)

Lanttolan (2017) laatimassa SWOT analyysissä nykytilanteesta ja tulevaisuuden odotuksista Tilajakamolaisten kokemia vahvuuksia, heikkouksia, mahdollisuuksia ja uhkia (s. 29).

VAHVUUKSINA

- Yhteistyö ja verkostot
- Yhteisöllisyys ja halu kasvaa
- Innovatiivinen ja idearikas osuuskunta
- Kunnioitus ja halu talon säilyttämiseen
- Kokeneet tekijät ja uudet kyvyt
- Toimintaympäristön tuntemus

ULKOISET MAHDOLLISUUDET

- Kaupungille uutta näkyvyyttä
- Uniikki ja historiallinen tapahtuma-, matkailu- ja kulttuurikohde
- Asiakkaille työpajoja, taidetta, neuvontaa, lähi- ja hävikkiruokaa, laadukkaita tuotteita
- Työpaikkoja
- Uusia asiakkuuksia

HEIKKOUSINA

- Eristäytyminen yksilö- tai ryhmätasolla
- Työtilojen vähyys
- Sisäisen ja ulkoisen viestinnän haasteet
- Yhtäläisen rintaman ylläpitämisen haasteet (yhteisen vision jakaminen?)

ULKOISET UHAT

- Vuokrasopimuksen purku
- Uusi omistaja ja vuokrankorotus
- Kiellot ja esteet toiminnalle tai sen kehittämiseksi
- Suojellun kohteen haasteet ja vaatimukset ylläpidossa

Muut mielen hyvinvointiin liittyvät opinnäytetyöt

Toimintaterapian ryhmätoiminnan verkko-ohjauksen mahdollisuuksia Lapinlahdessa tutkinut toimintaterapian lopputyö

Tulokset Totron (2021) opinnäytetyössä osoittivat vuorovaikutuksen mahdollistavien ja osallistavien työtapojen olevan avainasemassa verkko-ohjauksessa, sillä verkko-ohjaus vie enemmän aikaa ja hidastaa vuorovaikutusta.⁶⁰

Kirjallisuuskatsaus yhteisöllisen puutarhatoiminnan merkityksestä ihmisen hyvinvoinnille

Pro Lapinlahti mielenterveysseura ry oli tämän kirjallisuuskatsauksen tilaaja, koska Lapinlahdessa on yhteisöviljelyä. Artikkelien analyysin tulokset osoittavat, että puutarhatoiminta ja luonto rauhallisena ja muuttuvana ympäristönä vaikuttaa positiivisesti ihmisen fyysiseen-, psyykkiseen- ja sosiaaliseen hyvinvointiin vähentäen stressiä ja lisäävän kognitiivisia ja mielenterveyttä edistäviä taitoja (Jääskeläinen & Östman, 2021⁶¹).

Lapinlahden lähteen luontotoimintaan osallistuneiden kaupunkilaisten kokemuksia ja ideoita selvittänyt tutkimus.

Tutkimuksessa selvisi luontotoimintaan osallistuvien (n=4) tyytyväisyys luontotoimintaan ja tärkeimpinä teemoina aineistosta nousi osallistujien kokemus toiminnan monipuolisuudesta, tavoitettavuudesta, yhteisöllisyydestä sekä luonnon elvyttävästä vaikutuksesta. Hartman kehottaa johtopäätöksissä selvittämään, miten toimintaan osallistumisen kynnystä voitaisi yhä madaltaa ja täten saavuttaa useampia kohderyhmiä mukaan toimintaan. Vaikka avoin luontotoimintaryhmä onkin toimiva ja tarpeellinen, olisi myös hyvä kartoittaa tarvetta suljetuille erityisryhmille räätälöidyille toiminnalle. Kuten haastatteluistakin ilmeni, on jatkossa panostettava Lähteen toiminnan näkyvyyteen ja pyrkiä tällä saavuttamaan vähemmän aktiivisia ja syrjäytyneitä toiminnasta kiinnostuneita ihmisiä (Hartman, 2019⁶²).

Kuntouttavaa työtoimintaa Kahvila Lähteellä selvittänyt opinnäytetyö

Lopputyössä haastateltiin Kahvila Lähteen työkokeilijoita ja palkkatuettuna työllistyneitä mielenterveyskuntoutujia. Tulokset osoittivat, kuinka merkittävää kuntoutumiselle on ympäristön salliva ilmapiiri ja vertaistuki. Tämän tutkimuksen tulokset myötäilevät lisäksi aikaisempien tutkimusten tuomaa tietoa työn tekemisen itsetuntoa vahvistavasta ja elämään rytmiä tuovasta vaikutuksesta. Kehittämistarpeina nousivat esiin kahvilatyön organisointi ja työn kuormituksen hallinta. Epävarmuus Lapinlahden Lähteen toiminnan jatkumisesta toi myös oman haasteensa kuntoutumisen onnistumiselle (Vainonen, 2019⁶³).

Vapaaehtoistyön merkitystä selvittänyt opinnäyte

Opinnäytetyön haastatteluihin (n=5) perustuneet tulokset osoittivat, että Lapinlahden Lähteen vapaaehtoistoiminnan koettiin lisäävän merkityksellisyyden kokemuksia. Tulosten pohjalta merkityksellisyyden kokemista edistäviksi tekijöiksi nousivat ihmissuhteet ja yhteenkuuluvuudentunne, vaikutusmahdollisuus toiminnan sisältöön, omien mielenkiinnonkohteiden toteuttaminen, henkilökohtaisten taitojen käyttö sekä niiden kasvu (Blomqvist & Vilppula, 2016 ⁶⁴).

Sosiologian pro gradu työ, joka tutki paikkalähtöisesti Lapinlahden aktivisteja

Laadullisen tutkimuksen tuloksissa Sara Huhtamies (2020) totesi Lapinlahden olevan kiintymyssuhteinen paikka, joka tuottaa kollektiivista hyvinvointia yhteisesti jaetun ja koetun huolenpidon kautta.⁶⁵



Elämää Lapinlahdessa 13.8.2022

Nykytilan mahdolliset mielenterveysvaikutukset

Joustavuutta ja sitä myötä monimuotoisuutta tuo Lapinlahdessa toimivat erilaiset toimijat: yhdistykset, pienyritykset ja yksityishenkilöt, joille Lapinlahti tarjoaa foorumin luoda ja tuottaa esityksiä, näyttelyitä tai luentotilaisuuksia. Merkittävä osa vaihtelevuudesta tulee talon ulkopuolelta, vieraileville luennoitsijoille ja taidenäyttelyille on yksinkertainen kriteeri: sisällön tulee liittyä mielenterveyteen tai tuottaa mielen hyvinvointia. Vaihtelevuus linkittyy vuoden kiertoon ja iso osa vuosittaisista tapahtumista liittyy muihin Helsingin tapahtumaperinteisiin (Helsinki päivä, Taiteiden yö, LUX, vuodenajan juhlat).

Lapinlahdessa on aina jotain meneillään, ja se itsessään voi tuoda toivoa, mielenrauhaa ja hyvinvointia. *”Tänne tuleminen on jo tapahtuma sinänsä, ei tarvitse tietää, mihin on tulossa, täällä tapahtuu aina jotain ja tapaa ihmisiä”*, kuten eräs vakikävijä asiaa kuvaili (nainen, 74 v, suullinen tiedonanto 7.4.2022).

Inklusiivisuutta lisää myös lupa olla keskeneräinen tai aloittelija; harrastuspohjalta voi pitää taidenäyttelyn tai tulla kertomaan harrastuksestaan muille työpajan tai luennon muodossa riippumatta iästä, etnisestä taustasta tai sukupuoli-identiteetistä. Eri alojen työharjoittelijoita kannustetaan tuottamaan omaa sisältöä ja projekteja. Useat taidenäyttelyt, hyvinvointipolut puistossa, taide- tai kädentaidon työpajat syntyvät harjoittelijoiden opintoihin liitettyinä. Toisaalta myös ryhmätoiminnan tuloksena syntyy produktioita kuten taidenäyttelyitä. Monipuolisuuteen ja itseilmaisuuksiin kannustava inklusiivisuus tarkoittaa mielenterveydelle sitä, että yksilöillä on tasavertaiset mahdollisuudet ilmaista luovuutta, oppia uusia taitoja ja osallistua yhteisöön - ja toisaalta kävijöille on teoriassa tarjolla uusia näkökulmia ja löytää tarpeitaan vastaavaa tekemistä.

Avoimuus tulee suurelta osin Lapinlahteen juurtuneesta kokeilukulttuurin mallista, jossa uusia ideoita kokeillaan herkästi. Avoimuuteen on pyritty Lapinlahdessa tiedottamalla toiminnasta ja tapahtumista internet sivulla, Facebookissa, Instagramissa ja uutiskirjeessä. Lapinlahteen yhteisössä on useita ’ala’yhteisöjä, joilla on omia tiedotuskanaviaan, esim. Lapinlahden vuokralaiset ja vapaaehtoiset, Venetsian väki, erilaiset WhatsUp ja Telegram ryhmät. Tapahtumista tulostetaan infotauluille myös julisteet ja muutamia kertoja vuodessa ilmestyvät ohjelmalehtiset heille, jotka eivät käytä internetiä. Toiminnan avoimuus tarkoittaa myös useimmiten maksuttomuutta ja kaikille avointa osallistumista. Usein ilmoittautumista ei tarvita, riittää kun tulee paikalle. Poikkeuksena luonnollisesti pienyritysten tarjoamat palvelut ja kurssit. Vapaaehtoiset ovat myös tervetulleita henkilöstön viikkokokouksiin ja kehittämistyöryhmiin. Avoimuus luo luottamusta, joka vaikuttaa osallisuuden kokemukseen, yhteenkuuluvaisuuteen ja itsekontrolliin. Seuraavassa taulukossa on arvioitu nykytilan mielenterveysvaikutusten eri tasoja yksilötasolta koko kaupungin mittakaavaan.

Mielenterveysvaikutusten taso	Vaikutusten toteutuminen	Vaikutuksen arvio
Yksilötaso <ol style="list-style-type: none"> 1. Hallinnantunne, kontrolli 2. Osallisuus 3. Yhteenkuuluvaisuus 4. Resilienssi 	<p>Yksilöillä on hyvät mahdollisuudet lisätä mielen hyvinvointia Lapinlahden nykytoimintamallissa, joka perustuu monipuolisuuteen</p>	<p>Positiivinen, mutta toteutuminen edellyttää omaa aktiivisuutta ja tiedon etsimistä</p>
Yhteisön taso Lapinlahden toimijoiden sekä yhteistyöllä toteutettavat toimintamahdollisuudet	<p>Yhteisön jaettu arvopohja ('Kaikkien Lapinlahti') ohjaa toimijoita yhteisöllisyyteen</p>	<p>Positiivinen, osallisuuteen kutsuva, perustuen matalan kynnyksen kokeilukulttuuriin. Kynnys on matala, mutta onko se edelleen joillekin liian korkea? Saavutettavuutta voisi parantaakin.</p>
Kampinmalmin alue taso <ul style="list-style-type: none"> • Aktiviteetit, jotka tuovat ihmisiä yhteen • Vapaaehtoistyö • Tuen saaminen ryhmissä • Varallisuudesta riippumattomat mahdollisuudet • Inklusiivisuus; kävijäystävällinen ja avoin toimintatapa 	<p>Paikan läheinen sijainti tiheään asutuksen keskellä mahdollistaa säännölliset käynnit</p>	<p>Alueella ainoa lajissaan, siksi tärkeä. Avoin ja monipuolinen toiminta tarjoaa vaihtoehtoja eri tarpeisiin ja elämäntilanteisiin. Läheisen paikkasuhteen sekä viherympäristön tarjoamat hyvinvointimahdollisuudet</p>
Kaupungin taso Elämyksiä ja kokemuksia hakevat Helsingissä asuvat ja siellä vierailevat turistit	<p>Kulttuurihistoria, tapahtumaelämykset ja vuoroin aktiivisuutta ja/tai rauhallisuutta tarjoava ympäristö toimii nähtävyytenä sekä tarjoaa aina uutta kävijöille eri vuodenaikoina.</p>	<p>Yksittäiset ja satunnaiset arjesta nostattavat kokemukset edesauttavat positiiviseen kontrollin tunteeseen asukkaiden elämässä ja voivat lisätä kaupungin yleistä vetovoimaa ja kotiseurakkautta.</p>

Tarjoumat mahdollistavat mielen hyvinvointia jos...

Lapinlahden lähde on poikkeuksellisen runsas tarjoumien keskittymä, mahdollistaen hyvin erilaisiin ja osin ristiriitaisiinkin tarpeisiin vastaamisen. Esimerkiksi omaa rauhaa ja sosiaalisuutta voi yhdistellä tarpeensa mukaan. Yksinäiset tai mieleltään kuormittuneet tarvitsevat paikkoja, joissa ei vaadita tietynlaista suorittamista vaan toimintaan osallistuminen voi tapahtua sen hetkisistä tarpeista käsin ilman sitoutumista tai pitkää ennakkosuunnittelua.

Käyttäytymistämme ohjailee erilaisten valinnanmahdollisuuksien kirjo. Mielen hyvinvoinnin suojatekijöiden toteutuminen on yhteydessä universaaleihin psyykkisiin perustarpeisiin olla autonominen, kompetentti, kokea yhteenkuuluvuutta ja hyväksyntää⁶⁶. Erilaisista tarjoumista valitsemme sen hetkisiin tarpeisiimme parhaiten sopivat tarjoumat automaattisen ja usein tiedostamattoman valintaprosessin jälkeen. Yksilön valintoihin vaikuttaa jo paikan 'henki' ja arvomaailma, myös omat odotukset mahdollisista valinnan seurauksista tulevaisuudessa. Tarjoumaan eli toiminnan mahdollisuuteen tarttuminen voi avata uusia toiminnanmahdollisuuksia, joiden tulisi sopia omien arvojen mukaisesti korkeamman tason elämäntavoitteisiin. Lapinlahden alue on hyvä esimerkki ympäristöstä, jossa hyvin monenlaiset tarpeet voivat tulla tyydytetyiksi, sillä tarjoumia toimintaan on runsaasti ja paikkaan tutustuessa uusia mahdollisuuksia avautuu lisää. Vapaa valinnanmahdollisuus runsaasta tarjonnasta helpottaa osallistumista ja auttaa vahvistamaan itsekontrollia sekä voimavaroja. Osallistuminen ei vaadi ponnistuksia kuten ennakoilmoittautumista, varoja tai sitoutumista. Erilaisia vaihtoehtoja on laajalla skaalalla isoista yleisötapahtumista intiimeihin keskustelutilaisuuksiin ja luentoisiin, on myös toiminnallisia ryhmiä, jotka keskittyvät esimerkiksi maalaamiseen, lautapeleihin tai palstaviljelyyn.

Usein ihmiselle, jonka henkiset voimavarat ovat heikentyneet, riittää tieto, että on olemassa paikka, jossa toiminta ja osallistuminen on mahdollista, jos vointi on jonain päivänä riittävän hyvä.

Lapinlahden tulevaisuuden päätösvaihtoehtojen mielenterveysvaikutuksia tarkastellessa meidän tuleekin kiinnittää huomiota tarjoumiin eli toiminnan mahdollisuuksiin ja puitteisiin (tiloihin ja toimijoihin), jotka mahdollistavat tuon toiminnan.

Heikommassa asemassa olevien ihmisten osallisuuden kasvaminen alkaa usein pitkästään seurantajaksosta, jolloin henkilö vain seuraa paikan tarjontaa ja tapahtumia osallistumatta mihinkään. Aluksi monet paikan tarjoustilat ovat piilossa joko siksi, ettei paikka ole vielä riittävän tuttu, tai siksi, ettei niille ole syntynyt vielä tarvetta, jolloin niitä ei edes havaitse (*hidden affordances*). Kun tarve on noussut riittävän suureksi, havaittu tarjouma aikaansaa toimintaa eli osallistumista. Paikkasuhde syveneekin asteittain tarkkailijavaiheesta etsikkovaiheeseen, ja lopulta kävijästä tulee sisäpiiriläinen, joka tietoisesti tyydyttää vaihtelevia tarpeitaan paikkalähtöisten tarjoumien avulla. (ks myös Laaksoharjun blogikirjoitus [paikan hengestä](#) ⁶⁷).

Päätös x:n vaikutuksia tullaan arvioimaan suhteessa kävijä x:n mahdollisuuksiin toteuttaa mielen hyvinvointiin liittyviä tarpeitaan = päätöksen vaikutukset toimintamuotojen toteuttamisen mahdollisuuksiin (positiivinen +, negatiivinen - tai neutraali 0)

Mielenterveyden suojatekijä	Mielen hyvinvoinnin tarpeeseen vastaavat tarjoumat Lapinlahdessa
Hallinnantunne, kontrolli	Mahdollisuus kokea rauhaa ja yksityisyyttä Harrastusmahdollisuudet ja hankkeiden avoimet ryhmät Viljelypalsta ja puisto Virikkeellinen ympäristö ja kulttuuritarjonta
Osallisuus	Mahdollisuus aktivismiin ja omaehtoiseen vapaaehtoistyöhön Yhdistystoiminta ja säännölliset tapaamiset eri ryhmissä Inklusio ja avoin kokeilukulttuuri Kulttuurielämyksiin osallistuminen katsojana tai tekijänä (esittävä taide, kirjallisuus, kuvataide, musiikki) Työmahdollisuudet osatyökykyisille
Yhteenkuuluvaisuus, inklusio	Yhteiset tapahtumat ja talkoot Yhteiset kehittämisprojektit
Resilienssi	Uusien tietojen (luennot ja kurssit) ja taitojen (työpajat) hankkiminen Verkostoitumisen sosiaalinen tuki

Lapinlahden päätösvaihtoehtojen arviointi

Helsingin kaupunki on tehnyt Lapinlahden sairaala-alueesta ja sen rakennuksista lukuisia selvityksiä, joita ei tässä yhteydessä referoida, sillä ne eivät ota kantaa mielenterveyden edistämiseen. Oleellimmat selvitykset kuten alueen asemakaavan selostus 2011, kaupungin asettaman selvitystyöryhmän toimenpide-ehdotus ja päätökset löytyvät kaupungin omilta verkkosivuilta [täältä](#)⁶⁸.

Nykytilaa kuvaavan alkukartoituksen jälkeen MIVA mielenterveysvaikutusten ennakoarvioinnissa siirrytään seuraavaksi Helsingin kaupungin laatimaan selvitystyöryhmän raportissa esitettyihin Lapinlahden tulevaisuutta koskeviin päätösvaihtoehtoihin. Selvitystyöryhmä tunnisti kolme ratkaisevaa kysymystä alueen tulevaisuudesta päätettäessä, joista yksi liittyy alueen ja rakennusten käyttöön, toinen omistajavastuuseen ja kolmas lisärakentamiseen (s.23)⁶⁹. Tulevassa arvioinnissa tarkastellaan kolmea kaupungin pöydällä ollutta vaihtoehtoa ja lisäksi Lapinlahti 360 ehdotusta mielenterveysvaikutusten osalta.

[Lapinlahti selvitys 20210122.pdf \(hel.fi\)](#)

MIVA arvioinnissa mukana olevat päätösvaihtoehdot

(suluissa Selvitystyöryhmän raporttiin viittaavat sivunumerot):

1. VE1 – ”Minisaneeraus nykytoiminnalle” (s. 33-34)

Ratkaisussa kaupunki omistaa rakennukset ja maa-alueet ja jatkaa vuokranantajana kuten tähänkin saakka. Nykytoimijat jatkavat, ja vain välttämättömät saneeraustoimet tehdään.

2. VE2 – ”Lapinlahden kevät” -tyyppinen ratkaisu (s.35-36)

Tässä vaihtoehdossa tarkastellaan ideakilpailuun ainoana osallistuneen NREP:n ehdotuksen mielenterveysvaikutuksia. Ehdotuksessa rakennukset myydään NREP:lle, joka saneeraa rakennukset, mahdollisesti rakentaa uudisrakennukset ja operoi ja vastaa jatkossa alueen toiminnasta. Puisto jää avoimeksi virkistysalueeksi.

3. VE3 – Selvitystyöryhmän A/B/C ehdotus (s. 39-57)

Lähtökohtana on Kiinteistö Oy Lapinlahden perustaminen siten, että kaupunki omistaisi yhtiön aluksi kokonaan ja sijoittaa tarvittavan alkupääoman. Kiinteistöyhtiöön valitaan osakkaita, jotka vastaavat remontinaikaisiin ja sen jälkeisiin resurssitarpeisiin, ja jotka sitoutuvat yhtiölle määriteltyihin tehtäviin (⁶⁹ s.39).

+

4. Lapinlahti 360 -ehdotus⁵³

Perustetaan Kiinteistöosakeyhtiö Lapinlahti, jossa Helsingin kaupunki on mukana. Nykytoimijat ovat mukana yhtiössä, lisäksi mukaan tulee perustettava Lapinlahti säätiö, jonka ”*tarkoituksena on edistää helsinkiläisten mielenterveyttä tukemalla Lapinlahden sairaalan rakennusten ja puiston käyttöä mielenterveyden edistämisen keskuksena*” (s.

MIVA selvitykseen sisällytetään tulevaisuuden päätösvaihtoehtojen käytännönläheiset vaikutukset kuten vuokrien nousu, käytettävissä olevien tilojen supistuminen, remontin kesto ja laajuus ja kaupallisten toimijoiden lisääntyminen. Olennaisia käytännönläheisiä kysymyksiä mielenterveysvaikutusten (MIVA) näkökulmasta suhteessa yllä olevan osakassopimuksen tavoite- ja tehtävälistan mahdollisiin vaikutuksiin peilaten:

Selvitetään	Avoimet kysymykset	Ei sisällytetä MIVAan
Kyllä	1. Syntyykö saneerauksen aikana toimintakatkoja, mikä voi vaikuttaa haavoittuvassa asemassa olevien kohderyhmien osallistumismahdollisuuksiin, pienyrittäjien, taiteilijoiden ym tilavuokraajien toimintaedellytyksiin ja heidän asiakkaisiinsa?	
Kyllä	2. Kuinka paljon maksullisten palveluiden osuus lisääntyy verrattuna nykyisiin ilmaistoiminnan mahdollisuuksiin, jotka voivat olla tärkeitä vähävaraisille?	
Kyllä	3. Kuinka paljon muuttuu avoimen tilan määrä, ja menetetäänkö puiston tarjoamat mahdollisuudet kokea rauhaa ja hiljaisuutta uusien toimijoiden myötä?	
Selvitetään, mitä lisäpalveluita ja toimintaa kaivataan tai ei toivota	4. Ravintolapalveluiden luonne: kuinka paljon sallitaan esim. anniskeluoikeuksia alueella?	
Kyllä, vuokrannousu skenaario arvioidaan	5. Tarkoittaako saneeratut tilat radikaalia vuokrannousua? Mistä toimijat saavat jatkuvan rahoituksen nykytoiminnan jatkamiselle?	Rahoituspohdinta ei sisälly mielenterveysvaikutusten arvioon
	6. Vaikuttaako uusi hallintamalli osallisuuden ja kokeilukulttuurin perinteeseen heikentävästi?	Ei sisällytetä, vaikka voi vaikuttaa mielen hyvinvoinnin osallisuuden ja yhteenkuuluvaisuuden suojatekijään
Selvitetään	7. Aiheuttaako päätös pitkäkestoisia muutoksia toiminta- ja osallistumismahdollisuuksiin esimerkiksi avoimessa käytössä käytettävissä olevien tilojen supistumisen tai vuokrien nousun myötä, mikä voisi vähentää ilmaistoiminnan kokoontumismahdollisuuksia?	
	8. Sijoittajien motiivit ja pitkän aikavälin tavoitteet?	Ei sisälly MIVAan

Johtopäätökset

On tärkeää mielen hyvinvoinnille, että lähellä on paikka, jossa voi osallistua toimintaan tai kokea rauhaa omiin sen hetkisiin psyykkisiin tarpeisiin sopivasti. Tästä nykytilan kuvauksesta saa hyvän käsityksen Lapinlahden nykytoiminnan monipuolisuudesta ja eri kävijätyypeistä. Kävijäryhmissä on paljon haavoittuvassa asemassa olevia ihmisiä kuten vähävaraisia, ikäihmisiä ja työelämän ulkopuolella olevia. Lapinlahti työllistää osatyökykyisiä ja tarjoaa harrastusmahdollisuuksia ja osallisuutta varallisuudesta tai muista ominaisuuksista riippumatta kaikille. Varmuudella voidaan todeta, että Lapinlahti on kehittynyt alle kymmenessä vuodessa (2015-2022) suotuisaan suuntaan mielenterveyden näkökulmasta. Lapinlahti yhteisön aukikirjoitetut missio ja toimintaa ohjaavat arvot pyrkivät mielen hyvinvoinnin edistämiseen ja mielenterveyden suojatekijät on niihin sisäänkirjoitettuna. Tämä näkyy myös käytännössä, sillä erilaiset toimintamahdollisuudet ovat jatkuvasti lisääntyneet, samalla kun organisaatio on kehittänyt yhteistyömuotojaan ja saanut koko ajan lisää yhteistyökumppaneita niin Helsingin kaupungin eri yksiköistä, yritysmaailmasta kuin järjestö- ja koulutussektoreiltakin.

Mielenterveysvaikutusten näkökulmasta suurimmat haasteet liittyvät itse toiminnan jatkuvuuteen. Erityisesti haavoittuvia ihmisryhmiä tavoittava ilmaistointa on riippuvainen ulkoisesta rahoituksesta. Hankkeilla on aina tietty elinkaari, ja kun rahoitus loppuu, rahaa hanketyön henkilöstö- tila- ja hallinnointikuluihin ei ole. Koska toiminta ei ole saanut lopullista hyväksyntää jatkuvuudelleen, epävarmuus aiheuttaa stressiä niin kävijöille kuin toimijoillekin.

Lapinlahden nykytilan kuvaus antaa tukea nykytoiminnan arvon tunnustamiselle. Tätä esikartoitusta seuraa MIVA prosessin mukainen, tuore mielenterveysvaikutusten ennakoarviointi, jossa selvitetään Helsingin kaupungin selvitystyöryhmän raportissa esittämiä, eri päätösvaihtoehtojen mielenterveysvaikutuksia kerätyn kysely- ja sidosryhmätyöpajojen tulosten valossa.



Lapinlahden puisto mahdollistaa avointen ja ilmaisten puistojumppien ja joogan pitämisen

Kirjoittajista ja raportista

Tämän raportin kirjoittajalla, MIELI ry:n asiantuntija Taina Laaksoharjulla on maa- ja metsätieteiden tohtori (MMT), ja hän on aiemmin tehnyt paikkalähtöistä paikkasuhteen tutkimusta⁷⁰.

Taina Laaksoharju on työskennellyt Lapinlahden kaupunkiluontokeskuksen ohjaaja-koordinaattorina 2020-2022, ja vuonna 2018-2019 tapahtumajärjestäjänä. Hänen nykyinen työnantajansa MIELI ry on Lapinlahden Lähde Oy:n omistaja.

Kristian Wahlbeck on MIELI ry:n kehitysjohtaja, joka on MIVA hankkeessa ohjaajana. Hän on tarkastanut mielenterveysvaikutusten arviointiin liittyvän sisällön.

Raporttiin tietoja ovat antaneet ja ne tarkastanut Lapinlahden Lähde Oy:n toimitusjohtaja Ville Pellinen, Pro Lapinlahti Mielenterveysseuran toiminnanjohtaja Nonni Mäkikärki sekä toimintakoordinaattori Katja Liuksiala.



Syksyisen Lapinlahden kuvasi Anna-Maija Aalto

Lähteet

- ¹ [\(4\) Mieli & Kuva Lapinlahden Lähteellä | Facebook](#)
- ² [Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020–2030 - Valto \(valtioneuvosto.fi\)](#)
- ³ [Mielenterveysvaikutusten ennakkoarviointi \(MIVA\) - THL](#)
- ⁴ [MIVA-hanke - MIELI ry](#)
- ⁵ [Mielenterveysvaikutusten ennakkoarviointi – MIVA käyttöön | Tieto käyttöön \(tietokayttoon.fi\)](#)
- ⁶ [Mental Wellbeing Impact Assessment: A Toolkit for Wellbeing | Q Community \(health.org.uk\)](#)
- ⁷ [Psychological well-being as part of the public health debate? Insight into dimensions, interventions, and policy | BMC Public Health | Full Text \(biomedcentral.com\)](#)
- ⁸ [World Mental Health Report \(who.int\)](#)
- ⁹ Wahlbeck, K., Hannukkala, M., Parkkonen, J., Valkonen, J. & Solantaus, T., 2017. [Mielenterveyden edistäminen kansanterveystyön ytimessä \(duodecimlehti.fi\)](#)
- ¹⁰ [Lapinlahden historia pähkinänkuoressa « Lapinlahden Lähde \(lapinlahdenlahde.fi\)](#)
- ¹¹ [HISTORIAA | Pro Lapinlahti mielenterveysseura \(prolapinlahtiry.fi\)](#)
- ¹² [OSA 3: VUODET 2004-> | Pro Lapinlahti mielenterveysseura \(prolapinlahtiry.fi\)](#)
- ¹³ [KAIKKIEN LAPINLAHTI — lapinlahti.org](#)
- ¹⁴ [ALVILA-KOTI – Alvi ry](#)
- ¹⁵ [Tukijat « Lapinlahden Lähde \(lapinlahdenlahde.fi\)](#)
- ¹⁶ [Arkisto « Lapinlahden Lähde \(lapinlahdenlahde.fi\)](#)
- ¹⁷ [Näkökulmia Lapinlahteen -blogi | Tulevaisuuden Lapinlahti](#)
- ¹⁸ [Lapinlahden Tilajakamo — Tilajakamo](#)
- ¹⁹ [Yleistä Tilajakamosta](#)
- ²⁰ [Lapinlahden Lähde \(lapinlahdenlahde.fi\)](#)
- ²¹ [kaikkienlapinlahti.pdf \(lapinlahdenlahde.fi\)](#)
- ²² Kaikkien Lapinlahti video, 2019. Welp Production; <https://youtu.be/oT2BHaxErvY>
- ²³ [Lapinlahti Community's introduction video \(dreambroker.com\)](#)
- ²⁴ [Lapinlahden Lähde - MIELI ry](#)
- ²⁵ [Pro Lapinlahti mielenterveysseura | Mielenterveyttä kulttuurista \(prolapinlahtiry.fi\)](#)
- ²⁶ [MIITTI-hanke « Lapinlahden Lähde \(lapinlahdenlahde.fi\)](#)
- ²⁷ [Mental Museum | Pro Lapinlahti mielenterveysseura \(prolapinlahtiry.fi\)](#)
- ²⁸ [Kaupunkiluontokeskus « Lapinlahden Lähde \(lapinlahdenlahde.fi\)](#)
- ²⁹ [Cafe Metsäpaahtimo – Sampokone](#)
- ³⁰ [Etusivu - Metsätuokio \(metsatuokio.fi\)](#)
- ³¹ [Taidemaalaus | Lapinlahden taidekoulu | Helsinki](#)
- ³² [Armonia \(armonia-lapinlahti.com\)](#)
- ³³ [Lapinlahden Asukastila « Lapinlahden Lähde \(lapinlahdenlahde.fi\)](#)
- ³⁴ [Paikallinen käsityömyymälä Puoti ja Kirpputori Lähteen Patina « Lapinlahden Lähde \(lapinlahdenlahde.fi\)](#)
- ³⁵ [Pro Lapinlahti mielenterveysseura | Mielenterveyttä kulttuurista \(prolapinlahtiry.fi\)](#)
- ³⁶ [Lapinlahden Merelle ry \(holvi.com\)](#)
- ³⁷ [Katu Ry päivitettyt kotisivut – Katu Ry](#)
- ³⁸ [Tukiyhdistys Majakka ry – Mielenterveyskuntoutujien kohtaamispaikka](#)
- ³⁹ [Helsingin Shakkiklubi – Helsingfors Schackklubb – shakki, schack, chess](#)
- ⁴⁰ [Etusivu - Koulukino](#)
- ⁴¹ [Osallisuuden aika](#)
- ⁴² [Home - Perpetual Mobile](#)
- ⁴³ [Helsinki alueittain 2019](#)
- ⁴³ Itsensä yksinäiseksi tuntevien osuus (%) Helsinki ja koko maa 2020. [Tulostaulukko - Tilasto- ja indikaattoripankki Sotkanet.fi](#)
- ⁴⁴ [Aikuisväestön hyvinvointi, terveys ja palvelut – FinSote 2020 : Aikuisten palvelukokemuksissa ja hyvinvoinnissa alueellisia eroja \(julkari.fi\)](#)
- ⁴⁵ Gibson, J. J. (1977). The theory of affordances. *Hilldale, USA, 1(2)*, 67-82.

- ⁴⁶ [Learn more about us \(rockhubs.com\)](#)
- ⁴⁷ [Tilavuokraus « Lapinlahden Lähde \(lapinlahdenlahde.fi\)](#)
- ⁴⁸ [Lähteen Sauna « Lapinlahden Lähde \(lapinlahdenlahde.fi\)](#)
- ⁴⁹ [Lapinlahden sairaalapuiston viljelyalue | Pro Lapinlahti mielenterveysseura \(prolapinlahtiri.fi\)](#)
- ⁵⁰ [RR-tietopalvelu -hankekuvaus S20493, Osallistu Lapinlahden Lähteellä \(eura2014.fi\)](#)
- ⁵¹ Tawast, E., Unkari-Virtanen, L. 2017. Raportissa: [Hyvinvoinnin muodonmuutos -Lapinlahden lähteellä luotu hyvinvointikonsepti](#)
- ⁵² Tawast, E., Unkari-Virtanen, L. (toim.) 2017. [Hyvinvoinnin muodonmuutos : Lapinlahden Lähteellä luotu hyvinvointikonsepti - Theseus](#)
- ⁵³ [Lapinlahti 360 projektisuunnitelma « Lapinlahden Lähde \(lapinlahdenlahde.fi\)](#)
- ⁵⁴ Kaikkien Lapinlahti - 360 suunnitelma video, 2020. Welp Production. <https://youtu.be/T7Hb9VID7yA>
- ⁵⁵ [Circlular Lapinlahti Community culture: Capstone Project 2022](#) | Creative Sustainability Creative Commons CC BY Diana Becares Mas, Florencia Pochinki, Marika Taipalus, Sara D'Angelo and Vivi Mattsson, Capstone course at Aalto University.
- ⁵⁶ [Lapinlahden lähde Reach for social impact; Lapinlahti community network](#) 2022 by Eve Nieminen, Hanh Nguyen, Katriina Kenttämies, Nora Hildén and Savannah Vize, Capstone in Creative Sustainability course at Aalto University..
- ⁵⁷ Eklund, R., 2017. [kyselytutkimusraportti_26.1.2021.pdf \(lapinlahti.info\)](#)
- ⁵⁸ [Finding the right words: Articulating the value of mental health promotion. A focus group study - Cresswell-Smith - Journal of Community Psychology - Wiley Online Library.](#) Julkaistu 01/2022.
- ⁵⁹ Lantto, S. 2017. Selvitys verkostoitumisen hyödyistä Lapinlahden Osuuskunta Tilajakamossa. Metropolia Ammattikorkeakoulu, Kulttuurituotanto. [Opinnaytetyö Sanna Lantto \(theseus.fi\)](#)
- ⁶⁰ Totro, M. 2021. [Toiminnan kautta - kurssi Uusi kurssi ja kurssimalli Lapinlahden Lähteen ryhmätoiminnan verkko-ohjaukseen - Theseus](#)
- ⁶¹ Jääskeläinen, R. ja Östman, S, 2021. [Kirjallisuuskatsaus yhteisöllisen puutarhatoiminnan merkityksestä ihmisen hyvinvoinnille -Mitä tulee ottaa huomioon, kun aloittaa yhteisöllisen puutarhatoiminnan toimintaterapiassa? - Theseus](#)
- ⁶² Hartman, M. 2019. [Hyvinvoinnin lähteellä : luontotoiminta hyvinvoinnin tukena. - Theseus](#)
- ⁶³ Vainonen, R. 2019. [Lapinlahden Lähde kuntoutumisen ympäristönä - Theseus](#)
- ⁶⁴ Blomqvist, K., Vilppula, T. 2016. [Osallistu Lapinlahden Lähteellä : vapaaehtoistyöntekijöiden kokemuksia toiminnan merkityksellisyydestä - Theseus](#)
- ⁶⁵ Huhtamies, S. 2020. [Ett tillfälligt rum för omsorg : en atmosfärisk analys av Lappvikens platsaktivism \(helsinki.fi\)](#)
- ⁶⁶ Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Publications.
- ⁶⁷ Laaksoharju, T, 2021 Blogikirjoitus. [Tulevaisuus paikan henkeen | Tulevaisuuden Lapinlahti](#)
- ⁶⁸ [Lapinlahden sairaala | Helsingin kaupunki](#)
- ⁶⁹ [Lapinlahti selvitys 20210122.pdf \(hel.fi\)](#)
- [A children's garden: Connectedness to place through affordances : a Grounded theory \(helsinki.fi\)](#)

Mielenterveyttä voi vahvistaa mieli.fi

MIELI Suomen Mielenterveys ry | MIELI Psykisk Hälsa Finland rf | MIELI Mental Health Finland
Maistraatinportti 4 A, FI-00240 Helsinki, Finland. Puh./Tel. +358 9 615 516, mieli.fi
Y-tunnus/FO-nummer/Business ID: 0202225-4

Liitteet

Liite 1. Pro Lapinlahti mielenterveysseuran hankkeet 2017-2022

Hanke ja taustaorganisaatio	Rahoittaja	Kohderyhmä(t)	Toiminnan muodot	Osallistujia
Tanssi vihapuhetta vastaan - liikkeellä kohti yhdenvertaisuutta Pro Lapinlahti	Opetus- ja kulttuuriministeriö OKM	Maahan muuttaneet ja suomalaiset	tanssi, kantaa ottava katutaide/flash mob sekä mm. liikunta yhdessä	1331
Miitti 2017-2019 Pro Lapinlahti	Opetus- ja kulttuuriministeriö OKM	Maahanmuuttajat, kansainväliset opiskelijat, turvapaikanhakijat, pakolaiset, haavoittuvassa asemassa olevat ja kantaväestö	keskusteluillat, kielivaihto, tanssi- ja taidepajat, tapahtumat, liikunta	4511
MIITTI – Kaikki kohtaa 2018 Pro Lapinlahti	Opetushallitus	Maahan muuttaneet ja suomalaiset	Kehitetty inklusiomalli, jossa Keskustelu- ja kieliryhmiä, tanssi- ja taidetyöpajoja, open kitchen, story sharing	3787
WE POP-UP - Osallisuutta kulttuuri- ja luontotapahtumista kaikille 2017-2019 Pro Lapinlahti	STEA	mielenterveys- ja päihdekuntoutujat ja ikäihmiset	Osallisuuden polku (tuetun vapaaehtoisuuden malli), tapahtumat, viikoittaiset ryhmät,	141
Asukastila Lähteellä 2021, Pro Lapinlahti	Helsingin kaupunki	Yksinäisyyttä elämäntilanteensa takia kokevat ja syrjäytymisvaarassa olevat aikuiset, mielenterveyskuntoutajat, maahanmuuttajataustaiset sekä työelämän ulkopuolella olevat nuoret aikuiset ja ikääntyneet	Maksutonta ryhmätoimintaa ja työpajoja (mm. lautapeliryhmä, kerran kuukaudessa järjestettävä lautapelimaraton, monikulttuurisia kieliryhmiä, Argentiinalaista tangoa, joogaa sekä meditaatiota)	250-400 kävijää kuukaudessa
Vapaaehtoistoiminta Lapinlahdessa 2021, Pro Lapinlahti	Osa STEA rahoitusta	Ikäihmiset, yksinäiset ja syrjäytymisvaarassa olevat nuoret aikuiset ja maahanmuuttajat, mielenterveys- ja päihdekuntoutujat	Matalan kynnyksen ryhmätoiminta, Projekti- ja tapahtumatyöryhmät, Mielenterveyden ensiapu 1 -koulutus, Matalan kynnyksen liikuntaryhmät, Yleisölle avoimet	350 vakikävijää ja yli 5000 tapahtumakävijää

			tapahtumat ja luennot, Mielenterveysteemaiset taidenäyttelyt, Sosiaalisia taitoja lisäävät työpajat	
MIITTI - Hyvinvointia ja kohtaamisia Lapinlahden Lähteellä 2021	STEA	Maahanmuuttajat, turvapaikanhakijat, muut kaupunkilaiset	Maahanmuuttajille suunnattua mielensterveyttä ja kokonaisvaltaista hyvinvointia edistävää matalan kynnyksen ryhmätoimintaa, Voimavaroja lisäävät ryhmät ja koulutukset, RockHubs perhebänditoiminta, Avoin tapaamispaikkatoiminta, Story Sharing Café	280 ryhmäosallistujaa ja n.1940 tapahtumakävijää
Lapinlahden lähteen kaupunkiluontokeskus 2020-22 Pro Lapinlahti ja Lapinlahden Kulttuuritoimi	Helsingin kaupunki	Tilapäisesti tai vakituisesti työelämän ulkopuolella olevat, kaupunkiluonnosta kiinnostuneet	Luontoon tai kiertotalouteen liittyvät työpajat, luennot, ryhmätoiminta, yhteisöviljely, näyttelytoiminta, infopiste aukioloineen, meditaatiohuone, tapahtumat, lasten luontoryhmä	Keskimäärin 5000 kävijää / vuosi