

Kulttuurihyvinvointitoimintaa kansalaisopistoissa

Toimintamalleja sovellettavaksi



Sisällys

Johdanto toimintamallikokoelmaan	4
Toimintamalli 1: Kuvataidetta psykiatrian ryhmäkuntoutuksessa	6
Toimintamalli 2: Kuvataidetta erityistä tukea tarvitseville	8
Toimintamalli 3: Musiikkiteatteria erityistä tukea tarvitseville	10
Toimintamalli 4: Asumispalveluyksikön bändi	12
Toimintamalli 5: Kuvataidetta ja kädentaitoja ikääntyneille.....	14
Toimintamalli 6: Ikääntyneiden musiikkituokiot	16
Toimintamalli 7: Tanssi-liiketyöpaja työllistymistä edistävien palveluiden tukena	18
Toimintamalli 8: Kulttuurihyvinvointia sote-ammattilaisille	20
Taiteilijat ja opettajat toimintamallien takana	22
Lähteet	23

Graafinen suunnittelu ja kuvitukset: Elina Johanna Ahonen

Johdanto toimintamallikokoelmaan

Tämä materiaali kokoaa yhteen kansalaisopistojen toteuttamia kulttuurihyvinvoinnin toimintamalleja, joita toteutetaan osana hyvinvointialueen tai muun sosiaali- ja terveysalan toimijan tuottamia palveluja. Toimintamallit on koottu, kehitetty ja kokeiltu osana Taide- ja kulttuuriviraston (ent. Taiteen edistämiskeskus, Taie) *Kansalaisopisto kulttuurihyvinvoinnin välittäjänä* -projektia (11/2021–9/2026).

Kansalaisopistot ovat matalan kynnyksen kulttuuritoimijoita, jotka toimivat kaikissa Suomen kunnissa, myös niillä alueilla, joissa muut kulttuuripalvelut ovat rajallisia. Siksi niiden rooli kulttuurihyvinvoinnin edistämässä on valtakunnallisesti merkittävä: opistot vahvistavat osallisuutta, yhteisöllisyyttä sekä taiteen ja kulttuurin yhdenvertaista saavutettavuutta. Kansalaisopistot edistävät alueellaan kulttuurihyvinvointia monipuolisesti – myös ilman soite-yhteistyötä, tarjoamalla helposti saavutettavaa taide- ja kulttuuritoimintaa, joka tukee asukkaiden hyvinvointia.

Tämä koonti tuo esiin kansalaisopistojen toimintaa hyvinvointialueen palveluissa. *Kansalaisopisto kulttuurihyvinvoinnin välittäjänä* -projektin ytimessä on näkemys kansalaisopistosta toimijana, joka yhdistää

taiteilijat ja hyvinvointialueen palvelut sekä vie taide sinne, missä sen hyvinvointivaikutuksille on suuri tarve – lähelle ihmistä ja hänen arkeaan.

Materiaaliin kootuissa toimintamalleissa on mukana eri taiteenaloja, kohderyhmiä ja toteutustapoja. Osa malleista on kansalaisopistoissa vakiintuneita ja vuosien varrella kehitettyjä toimintamuotoja, osa vasta kerran kokeiltuja, ja joidenkin jatko on neuvotteluvaiheessa. Toimintamallit on koottu Järvilakeuden ja Seinäjoen kansalaisopistoissa, mutta vastaavaa kulttuurihyvinvointitoimintaa järjestetään laajasti myös muissa kansalaisopistoissa ympäri Suomen.

Kenelle julkaisu on suunnattu

Toimintamallikokoelma on suunnattu taiteilijoille ja kansalaisopistojen tuntiopettajille, suunnittelijaopettajille ja rehtoreille, toiminnan tilaajille ja kumppaneille sekä kaikille, jotka ovat kiinnostuneita kehittämään kansalaisopistojen kulttuurihyvinvointitoimintaa. Materiaali tukee toiminnan suunnittelua, toteutusta, juurruttamista ja laajentamista auttamalla sanoittamaan kulttuurihyvinvointitoiminnan merkitystä ja jäsentämään sen tavoitteita.



Viitekehys ja laadun periaatteet

Toimintamallien kirjaamisessa on hyödynnetty Pirkanmaan hyvinvointialueen kulttuurihyvinvointipalveluiden laatukriteeristöä, joka pohjautuu Lontoon yliopistossa kehitettyyn INNATE-viitekehukseen. INNATE (Ingredients in Arts in Health) tukee ymmärrystä taiteen hyvinvointivaikutuksista ja auttaa suunnittelemaan kulttuurihyvinvointitoimintaa tunnistamalla terveyden kannalta hyödyllisiä mekanismeja taide- ja kulttuuri-toiminnassa. (Kuitu & Korhonen, 2025a, 2025b; Leppisaari, 2025.)

Rahoitus ja toiminnan rakenteet

Kansalaisopistojen kulttuurihyvinvointitoimintaa toteutetaan pääsääntöisesti perustoimintana, jota rahoitetaan valtionosuuksilla, ylläpitäjän tuella ja opiskelijoiden kurssimaksuilla. Opetushallituksen myöntämän valtionavustuksen turvin voidaan alentaa kurssimaksuja tai poistaa ne kokonaan (OPH, 2026a). Tämä on merkitty toimintamalleihin kirjainyhdistelmällä ”OPH”. Lisäksi kulttuurihyvinvointitoiminnan kehittämistä voidaan rahoittaa vuosittain haettavilla Opetushallituksen hankeavustuksilla, jotka on tarkoitettu vapaan sivistystyön kehittämisen, laadun ja vaikuttavuuden tukemiseen (Koivula-Talkkari, 2023, s. 18–20; Opetushallitus, 2026b). Kansalaisopistot tuottavat kulttuurihyvinvointipalveluja hyvinvointialueelle myös myyntipalveluna, ja Taiken projekti on osaltaan tukenut tätä toimintaa ja rahoittanut uusien toimintamallien pilotointoja.

Toimintamallien taustalla olevat tekijät ja yhteistyö

Kansalaisopisto kulttuurihyvinvoinnin välittäjänä -projektin tavoitteena on ollut sekä edistää taiteen saavutettavuutta että vahvistaa taide- ja kulttuuri-alan toimijoiden työllistymistä sosiaali- ja terveyssektorille. Keskeisiä yhteistyökumppaneita ovat olleet Järvilakeuden kansalaisopisto, Seinäjoen kansalaisopisto, Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue, Etelä-Pohjanmaan liitto sekä Seinäjoen kaupunki.

Projektin keskeisiä tavoitteita ovat olleet:

- edistää taiteilijoiden työllistymistä sosiaali- ja terveyssektorille
- parantaa taiteen ja kulttuurin saavutettavuutta eri väestöryhmille
- lisätä maantieteellistä yhdenvertaisuutta kulttuuripalveluiden saatavuudessa
- kehittää toimivia palvelupolkuja, jotka yhdistävät taiteilijat, kansalaisopistot ja hyvinvointialueen tarpeet

(Taiteen edistämiskeskus, 2025).

Toimintamallien taustalla on pitkä kehitystyö. Esimerkiksi Taiku-koulutus (toimintamalli 8) on syntynyt vuonna 2017 Etelä-Pohjanmaan liiton ja Kuntayhtymä Kaksineuvoisen yhteistyössä ja on sittemmin kehittynyt edelleen Järvilakeuden kansalaisopistossa. Myös psykiatrian ryhmäkuntoutuksessa toteutettu kuvataidetyöskentely (toimintamalli 1) on jatkumoa taiteilijaresidenssihankkeessa pilotoidulle toiminnalle (Kulttuurikollektiivi Silta, ei pvm.).

Kiitokset

Kansalaisopistojen liittoa, yhteistyökumppaneita ja ohjausryhmäni jäseniä Järvilakeuden kansalaisopistosta, Seinäjoen kansalaisopistosta, Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialueelta, Etelä-Pohjanmaan liitosta ja Seinäjoen kaupungilta sekä Kuvin (ent. Taiken) kulttuurihyvinvoinnin tiimiä ja kaikkia muita toimintamallien suunnitteluun, toteutukseen ja kehittämiseen osallistuneita kulttuurihyvinvoinnin, soite-alan ja opetustyön asiantuntijoita.

Toivon, että toimintamallit tarjoavat tukea ja inspiraatiota kulttuurihyvinvoinnin käytäntöihin eri puolilla Suomea.

Seinäjoella 23.2.2026

Venla Korja

Taiteilija-asiantuntija

Taide- ja kulttuurivirasto

Toimintamalli 1: Kuvataidetta psykiatrian ryhmäkuntoutuksessa

Kuvataidetyöpajat tukevat psykiatrisessa ryhmäkuntoutuksessa olevien asiakkaiden itseilmaisua, vuorovaikutusta ja arjen rytmiä. Käytettävät tekniikat tukevat osallistumista sekä mahdollistavat onnistumisen ja pystyvyyden kokemuksia.

OSALLISTUJAT

Järjestäjä

Seinäjoen kansalaisopisto

Tilaaja

Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue, mielenterveys- ja riippuvuushoidon palvelut

Toteuttaja

- Kuvataiteilija
- Kuvataiteen suunnittelijaopettaja

Kohderyhmä

Mielenterveyspalveluiden ryhmäkuntoutuksen asiakkaat

Toimintaan osallistuvien roolit

- Osallistuja
- Opettaja (1 kerrallaan)
- Ryhmäkuntoutuksen ohjaajat
- Kokemusasiantuntija

PERUSTIEDOT

Taiteenlajit

Kuvataide

Sisältö

Helppoja kuvataideharjoituksia eri tekniikoilla — yksi teema tai tekniikka kerrallaan

Rahoitus/hinta

- Kansalaisopiston myyntipalvelua
- Osallistujalle maksuton

Määrä ja kesto

8 viikkoa, 90 minuuttia kerrallaan

Osallistujamäärä

4–10 osallistujaa (asiakkaita, ohjaajia ja kokemusasiantuntijoita)

Toteutuspaikka

Ryhmäkuntoutuksen tilat, M-talo, Seinäjoki

Saavutettavuus

- Tavoitteet mahdollistavat yksilölliset osallistumistavat.
- Menetelmät mukautetaan osallistujien tarpeisiin.
- Yksilölliset onnistumiset ja yrittäminen tehdään näkyviksi.
- Ryhmäkuntoutuksen ohjaajat tukevat osallistumista.

Palaute

- Kerätään jokaisella kerralla ja jakson lopussa.
- Tietoa hyödynnetään toiminnan kehittämisessä.

HYVINVOINTIIN JA TERVEYTEEN LIITTYVÄT TAVOITTEET

- Toimintakyvyn kohentuminen
- Merkityksellisyyden kokemuksen vahvistuminen
- Omien vahvuuksien, kykyjen ja kiinnostusten tunnistaminen
- Osallistumismotivaation herättäminen ja vahvistaminen
- Itseluottamuksen ja myönteisen minäkuvan vahvistaminen

TOIMINNAN SISÄLLÖT

Taiteen tekemiseen ja kokemiseen liittyvät sisällöt

- Kuvataiteen tekeminen itse ja ryhmässä
- Taiteen kokeminen
- Taiteesta keskusteleminen

Terapeuttiset menetelmät ja muut sisällöt

- Tunnetaideterapia

HYVINVOINTIVAIKUTUKSIA TUKEVIA TEKIJÖITÄ

Aktiivisuuden tukeminen

- Kulttuuriin ja taiteeseen osallistumisen mahdollistaminen
- Taiteellisten teosten tekeminen
- Kognitiivinen aktivointi: ongelmanratkaisu, keksiminen
- Yksilötyöskentely ja itsenäiseen työskentelyyn kannustaminen

Toiminnan ohjaaminen

- Taidealan korkeakoulutus
- Taideterapeuttista osaamista
- Kokemus kohderyhmän parissa työskentelystä
- Moniammatillinen yhteistyö: ryhmäkuntoutuksen ohjaajat läsnä

Vuorovaikutuksen vahvistaminen

- Osallistujan ja ohjaajan vuorovaikutus keskeistä
- Yhteinen tekeminen, vuorottelu ja toisten auttaminen
- Palautteen jakaminen ja vapaamuotoinen seurustelu



Toimintamalli 2: Kuvataidetta erityistä tukea tarvitseville

TOTEUTETTU
YLI 25
VUOTTA!

Seinäjoen kansalaisopisto on toteuttanut yli 25 vuoden ajan erityistaidetyöpajoja kehitysvammaisille ja muille erityistä tukea tarvitseville. Kuvataiteen ammattilaisen ohjaama ryhmä tukee osallistujien hyvinvointia, vuorovaikutusta ja itseilmaisua. Samankaltaista toimintaa toteutetaan useissa kansalaisopistoissa; Järvilakeuden kansalaisopistossa vastaavat ryhmät kokoontuvat asumisyksiköissä ja toimintakeskuksissa.

OSALLISTUJAT

Järjestäjä

Seinäjoen kansalaisopisto

Toteuttaja

Kuvataideopettaja

Kohderyhmä

Kehitysvammaiset ja muut erityistä tukea tarvitsevat

Toimintaan osallistuvien roolit

- Osallistuja
- Opettaja
- Soteyksikön edustajat

PERUSTIEDOT

Taiteenlajit

Kuvataide

Sisältö

Piirretään, maalataan ja kokeillaan muitakin kuvataidetekniikoita.

Määrä ja kesto

Viikoittain,
90 minuuttia kerrallaan,
25 kertaa / lukuvuosi

Osallistujamäärä

6–15 osallistujaa

Toteutuspaikka

- Hyvinvointialueen vammaispalvelujen asumispalveluyksikkö sekä päiväaikainen toimintayksikkö
- Yhdistyksen ylläpitämä asumisyksikkö

Ilmoittautuminen

- Asiakas ilmoittautuu itsenäisesti.
- Tarvittaessa avustettu ilmoittautuminen, myös paperilomakkeella.

Rahoitus/hinta

- Kansalaisopiston perustoimintaa
- Osallistumismaksuja alennettu (OPH)

Saavutettavuus

- Jokainen voi osallistua omalla tavallaan.
- Ohjaus on selkeää ja tarvittaessa selkokielistä.
- Hyödynnetään vaihtoehtoisia kommunikaatio- tapoja.
- Tavoitteet ja menetelmät määritetään yksilöllisesti.
- Osallistujat voivat vaikuttaa sisältöihin.
- Toiminta on kohtuuhintaista.

Palaute

- Kerätään jokaisella kerralla ja toiminnan lopussa.
- Kerätään saavutettavasti, esim. kuvakorttien ja symbolien avulla.

HYVINVOINTIIN JA TERVEYTEEN LIITTYVÄT TAVOITTEET

- Toimintakyvyn ylläpito
- Merkityksellisyiden kokemuksen vahvistuminen
- Yksinäisyyden ja sosiaalisen eristytymisen vähentäminen
- Esteettisen kokemuksen kyvyn vahvistaminen
- Itseilmaisukyvyn ja -rohkeuden vahvistaminen

TOIMINNAN SISÄLLÖT

Taiteen tekemiseen ja kokemiseen liittyvät sisällöt

- Taiteen tekeminen itse ja ryhmässä
- Yhteinen kokeileminen ja oppiminen
- Näyttelyteosten valinta
- Taiteesta keskusteleminen

Terapeuttiset menetelmät ja muut sisällöt

- Taideterapeuttiset menetelmät

HYVINVOINTIVAIKUTUKSIA TUKEVIA TEKIJÖITÄ

Aktiivisuuden tukeminen

- Taiteellisten teosten tekeminen
- Mielikuvituksen käyttö
- Mahdollisuus tehdä valintoja

Toiminnan ohjaaminen

- Taidealan korkeakoulutus
- Pitkä kokemus kohderyhmän parissa työskentelystä
- Tasapaino taitojen oppimisen, suoritusten sekä prosessin ja läsnäolon välillä

Vuorovaikutuksen vahvistaminen

- Yhdessä tekeminen, oppiminen ja jakaminen
- Osallistujan ja ohjaajan vuorovaikutus
- Osallistujien keskinäinen vuorovaikutus



Toimintamalli 3: Musiikkiteatteria erityistä tukea tarvitseville

Monitaiteinen työpaja yhdistää teatteria, musiikkia ja liikkeellistä ilmaisua. Työskentely vahvistaa yhteisöllisyyttä, ilmaisurohkeutta ja onnistumisen kokemuksia.

OSALLISTUJAT

Järjestäjä

Järvilakeuden kansalaisopisto

Toteuttaja

- Teatteri-ilmaisun ohjaaja (AMK)
- Musiikkipedagogi (AMK)

Kohderyhmä

Kehitysvammaiset ja muut erityistä tukea tarvitsevat, toimintakeskuksen asiakkaat

Toimintaan osallistuvien roolit

- Osallistuja
- Opettajat (työpari)
- Toimintakeskuksen työntekijät
- Henkilökohtaiset avustajat

PERUSTIEDOT

Taiteenlajit

Draamamenetelmät, kehollinen ilmaisu, musiikki, sirkustaide, teatteritaide, puvustus, äänitaide

Sisältö

Valmistetaan pieni teatteria ja musiikkia yhdistävä esitys toimintakeskuksen muille asiakkaille. Työskentelyn aikana tutustutaan teatteri- ja musiikki-improvisointiin, lauluun sekä keholliseen rytmikkaan.

Määrä ja kesto

Joka toinen viikko, 60 minuuttia kerrallaan, 10 kertaa / lukuvuosi

Osallistujamäärä

7–20 osallistujaa

Toteutuspaikka

Hyvinvointialueen vammaispalvelujen toimintakeskukset (3 kpl)

Ilmoittautuminen

- Asiakas ilmoittautuu itsenäisesti.
- Tarvittaessa toimintakeskuksessa avustetaan ilmoittautumisessa.

Rahoitus/hinta

- Kansalaisopiston perustoimintaa
- Osallistumismaksuja alennettu (OPH)

Saavutettavuus

- Yhteisöllisyyttä vahvistetaan asettamalla kaikille sopivia yhteisiä tavoitteita.
- Toiminnassa huomioidaan osallistujien mahdollisuudet, tarpeet ja mahdolliset rajoitteet.
- Osallistuja voi itse päättää osallistumisestaan palveluun ja sitoutumisensa tasosta.
- Osallistumista tuetaan luomalla toiminnalle toistuva ja ennakoitava rakenne sekä antamalla selkeät ja lyhyet ohjeet.
- Toiminta on kohtuuhintaista.

Palaute

- Kerätään jokaisella kerralla.

HYVINVOINTIIN JA TERVEYTEEN LIITTYVÄT TAVOITTEET

- Itseilmaisun vahvistaminen
- Mielialan kohentuminen
- Fyysisen aktiivisuuden lisääminen ja keuhonhallinnan vahvistaminen
- Yksinäisyyden kokemuksen vähentäminen
- Toimijuuden ja osallisuuden vahvistaminen

TOIMINNAN SISÄLLÖT

Taiteen tekemiseen ja kokemiseen liittyvät sisällöt

- Taiteen tekeminen ja kokeminen itse ja ryhmässä
- Yhteinen kokeileminen ja oppiminen
- Taiteesta keskusteleminen

Terapeuttiset menetelmät ja muut sisällöt

- Psyykkiset, fyysiset ja taideterapeuttiset menetelmät
- Mindfulness

HYVINVOINTIVAIKUTUKSIA TUKEVIA TEKIJÖITÄ

Aktiivisuuden tukeminen

- Taiteellisten teosten tekeminen
- Tunteiden käsitteleminen ja ilmaisu
- Leikillisuus ja ilo

Toiminnan ohjaaminen

- Taidealan korkeakoulutus
- Pedagoginen osaaminen
- Pitkä kokemus kohderyhmän parissa työskentelystä
- Työparityöskentely
- Moniammatillinen yhteistyö: toimintakeskuksen ohjaajat läsnä

Vuorovaikutuksen vahvistaminen

- Vuorovaikutuksen merkitys toiminnassa on keskeinen
- Tarinallisuuden hyödyntäminen
- Toisen asemaan asettuminen



Toimintamalli 4: Asumispalveluyksikön bändi

Asumisyksikön oma bänditoiminta kokoaa asukkaat yhteisen musiikin äärelle: soittamaan, laulamaan ja kuuntelemaan. Yhteismusisointi vahvistaa kuulumisen tunnetta, vuorovaikutusta ja mielen hyvinvointia.

OSALLISTUJAT

Järjestäjä

Järvilakeuden kansalaisopisto

Toteuttaja

- Musiikkipedagogi (AMK)

Kohderyhmä

Kehitysvammaiset ja muut erityistä tukea tarvitsevat, asumispalveluyksikön asukkaat

Toimintaan osallistuvien roolit

- Osallistuja
- Opettaja
- Asumisyksikön työntekijät

PERUSTIEDOT

Taiteenlajit

Musiikki, kehollinen tai liikeilmaisuus, sanataide

Sisältö

Musisoidaan yhdessä soittaen ja laulaen, kuunnellaan musiikkia ja keskustellaan musiikista. Työskentely sisältää myös musiikillisia harjoituksia ja yhteisiä hetkiä erilaisten musiikillisten ilmaisu-tapojen parissa.

Määrä ja kesto

Viikoittain, 45 minuuttia kerrallaan, 22 kertaa / lukuvuosi

Osallistujamäärä

7–15 osallistujaa

Toteutuspaikka

Hyvinvointialueen vammaispalvelun asumisyksikkö

Ilmoittautuminen

- Asiakas ilmoittautuu itsenäisesti.
- Tarvittaessa asumisyksikössä avustetaan ilmoittautumisessa.

Rahoitus/hinta

- Kansalaisopiston perustoimintaa
- Osallistumismaksuja alennettu (OPH)

Saavutettavuus

- Huomioidaan osallistujien mahdollisuudet, tarpeet ja rajoitteet.
- Tavoitteet mahdollistavat yksilölliset osallistumistavat.
- Osallistuja voi itse päättää osallistumisestaan ja sitoutumisensa tasosta.
- Toiminta on kohtuuhintaista.

Palaute

- Kerätään jokaisella kerralla.

HYVINVOINTIIN JA TERVEYTEEN LIITTYVÄT TAVOITTEET

- Kuulumisen, yhteisöllisyyden ja merkityksellisyyden tunteen vahvistaminen
- Läsnäolotaitojen, pysähtymisen ja rauhoittumisen tukeminen
- Arjen aktiivisuuden lisääminen
- Itseilmaisukyvyn ja -rohkeuden vahvistaminen

TOIMINNAN SISÄLLÖT

Taiteen tekemiseen ja kokemiseen liittyvät sisällöt

- Musiikin tekeminen ja kokeminen itse ja ryhmässä

Terapeuttiset menetelmät ja muut sisällöt

- Taideterapeuttiset menetelmät

HYVINVOINTIVAIKUTUKSIA TUKEVIA TEKIJÖITÄ

Aktiivisuuden tukeminen

- Kulttuuriin ja taiteeseen osallistumisen ja osallisuuden kokemusten mahdollistaminen
- Tunteiden käsitteleminen ja ilmaisu
- Kehon käyttäminen
- Mahdollisuus tehdä valintoja

Toiminnan ohjaaminen

- Taidealan korkeakoulutus
- Pedagoginen osaaminen
- Pitkä kokemus kohderyhmän parissa työskentelystä
- Tunnelma vastaa tavoitteita (kiireetön, kuunteleva, läsnä oleva)

Vuorovaikutuksen vahvistaminen

- Vuorovaikutuksen merkitys toiminnassa on keskeinen
- Tarinallisuuden hyödyntäminen
- Palautteen antaminen ja vastaanottaminen



Toimintamalli 5: Kuvataidetta ja kädentaitoja ikääntyneille

Hoivaympäristöön vietävä taide-
tuokio tuo kuvataiteen ja käsityöt
lähelle arkea, yksilön voimavarat
huomioiden. Tuttu tila, rauhal-
linen ohjaus ja selkeä rakenne
tukevat mielialaa, toimintakykyä ja
osallisuutta.

OSALLISTUJAT

Järjestäjä

Järvilakeuden ja Seinäjoen
kansalaisopistot

Tilaaja

Ikäihmisten palvelut, Etelä-
Pohjanmaan hyvinvointialue

Toteuttaja

- Taiteen kandidaatti,
kädentaito-ohjaaja
- Kuvataiteen
suunnittelijaopettaja

Kohderyhmä

Ikääntyneet, palveluasumisen
asiakkaat

Toimintaan osallistuvien roolit

- Osallistuja
- Opettaja
- Palveluasumisen työntekijät

PERUSTIEDOT

Taiteenlajit

Kuvataide ja
kädentaidot

Sisältö

Ohjatut taidetuokiot,
joissa tehdään kuva-
taidetta ja käsitöitä
tutuista, helposti lähes-
tyttävistä teemoista.
Sisällöt muokkautuvat
ryhmän ja yksilöiden
tarpeiden, toiveiden ja
toimintakyvyn mukaan.

Määrä ja kesto

Joka toinen viikko,
lukuvuoden ajan.

Osallistujamäärä

7–20 osallistujaa

Toteutuspaikka

Ikääntyneiden asumis-
yksiköt Seinäjoella ja
Kauhavalla.

Rahoitus/hinta

- Kansalaisopisto
laskuttaa
asumisyksiköltä
osallistumismaksut
- Osallistujalle
maksuton

Saavutettavuus

- Toiminta tapahtuu
tutussa ympäristössä.
- Ohjaus on
rauhallista, selkeää
ja yksilöllisesti
mukautuvaa
- Osallistuminen ei
edellytä aiempaa
osaamista.

Palaute

- Kerätään jokaisella
kerralla suullisesti,
osallistujan
toimintakyky
huomioiden.

HYVINVOINTIIN JA TERVEYTEEN LIITTYVÄT TAVOITTEET

- Mielialan ja elämän merkityksellisyyden vahvistaminen
- Osallisuuden, toimijuuden ja nähdyksi tulemisen vahvistaminen
- Toimintakyvyn ja hienomotoriikan ylläpito
- Yksinäisyyden ja sosiaalisen eristäytymisen vähentäminen

TOIMINNAN SISÄLLÖT

Taiteen tekemiseen ja kokemiseen liittyvät sisällöt

- Maalaaminen, piirtäminen, käsityöt, värien ja materiaalien kokeilu, valmiiden töiden katselu

Terapeuttiset menetelmät ja muut sisällöt

- Taidelähtöinen työskentely, luonnonmateriaalien käyttö, kiireettömyys ja turvallinen ilmapiiri

HYVINVOINTIVAIKUTUKSIA TUKEVIA TEKIJÖITÄ

Aktiivisuuden tukeminen

- Osallistuminen omien voimavarojen mukaan
- Mahdollisuus tekemiseen, seuraamiseen ja läsnäoloon

Toiminnan ohjaaminen

- Toistuva ja ennakoitava rakenne
- Tuttu ohjaaja ja yksilöllinen huomio
- Prosessiin ja läsnäolon laatuun keskittyvä ohjaus
- Taiteen ammattilainen

Vuorovaikutuksen vahvistaminen

- Katsekontakti ja eleet
- Keskustelu, yhdessä tekeminen
- Rauhallinen ja kiireetön kohtaaminen



Toimintamalli 6: Ikääntyneiden musiikkituokiot

Yhteislaulu ja osallistava musiikkituokio aktivoivat muistia ja vahvistavat yhteisöllisyyttä ikääntyneiden asumispalveluissa. Sisällöt pohjautuvat asukkaille tuttuihin lauluihin, joita sovitetaan ryhmän toiminta ja vireystasoon.

OSALLISTUJAT

Järjestäjä

Seinäjoen kansalaisopisto

Tilaaja

Ikäihmisten palvelut, Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue

Toteuttaja

Muusikko, tuntiopettaja

Kohderyhmä

Ikääntyneet, ympärivuorokautisen palveluasumisen asiakkaat

Toimintaan osallistuvien roolit

- Osallistuja
- Muusikko
- Asumisyksikön työntekijät

PERUSTIEDOT

Taiteenlajit

Musiikki

Sisältö

Ohjattua yhteislaulua ja osallistavaa musiikillista toimintaa, joka perustuu asukkaille tuttuihin lauluihin.

Rahoitus/hinta

- Kansalaisopisto laskuttaa asumisyksiköltä osallistumismaksut
- Osallistujalle maksuton

Määrä ja kesto

Pääsääntöisesti joka toinen viikko, 4–12 krt / vuosi, 45 min kerrallaan

Osallistujamäärä

7–50 osallistujaa

Toteutuspaikka

Seinäjoella sijaitsevia asumispalveluyksiköitä

Ilmoittautuminen

- Toiminnasta sovitaan vuosittain kansalaisopiston ja asumisyksikön välillä
- Henkilöstö varmistaa asukkaiden osallistumishalukkuuden

Saavutettavuus

- Toiminta tapahtuu tutussa ympäristössä.
- Ohjaus on rauhallista, selkeää ja yksilöllisesti mukautuvaa
- Osallistuminen ei edellytä aiempaa osaamista.
- Henkilökunta avustaa osallistumisessa

HYVINVOINTIIN JA TERVEYTEEN LIITTYVÄT TAVOITTEET

- Merkityksellisyyden ja kuulumisen kokemuksen vahvistaminen
- Osallisuuden ja yhteisöllisyyden vahvistaminen
- Mielialan kohentaminen ja levottomuuden vähentäminen
- Muistitoimintojen aktivointi
- Kulttuuristen ja sivistyksellisten oikeuksien toteutuminen

TOIMINNAN SISÄLLÖT

Taiteen tekemiseen ja kokemiseen liittyvät sisällöt

- Yhdessä laulaminen
- Sanojen lukeminen
- Musiikin kuunteleminen
- Keskustelu musiikista
- Esiintyjävierailut

HYVINVOINTIVAIKUTUKSIA TUKEVIA TEKIJÖITÄ

Aktiivisuuden tukeminen

- Kulttuuriin ja taiteeseen osallistumisen ja osallisuuden kokemusten mahdollistaminen
- Osallistumisen tukeminen yksilöllisten voimavarojen mukaisesti
- Sisällön seuraamisen ja mukana olemisen mahdollistaminen
- Kognitiivinen aktivointi muistelun ja tuttujen laulujen kautta
- Mahdollisuus tehdä valintoja

Toiminnan ohjaaminen

- Ohjattu, ammattivetoinen toiminta
- Ilmapiiri tukee osallistujien vaikuttamismahdollisuuksia ja autonomisuutta
- Yhteisten toimintatapojen tutuksi tekemiseen varataan riittävästi aikaa
- Asumisyksikön henkilöstö tukee asukkaiden osallistumista toimintaan

Vuorovaikutuksen vahvistaminen

- Vuorovaikutuksen vahvistaminen tukemalla kontaktia, ilmaisua ja yhteyttä myös silloin, kun kielellinen vuorovaikutus on heikentynyt



Toimintamalli 7: Tanssi-liiketyöpaja työllistymistä edistävien palveluiden tukena

Lempeät liike- ja kehotietoisuus-harjoitukset auttavat osallistujia löytämään kehon kautta rauhoittumista, vireyden säätelyä ja itseilmaisua. Työpaja on helposti saavutettava ensikokemus taidelähtöisistä menetelmistä.

OSALLISTUJAT

Järjestäjä

Seinäjoen kansalaisopisto

Tilaaja

Etelä-Pohjanmaan
hyvinvointialue

Toteuttaja

Tanssija, tanssinopettaja, tanssi-
liiketerapian ohjaaja

Kohderyhmä

Hyvinvointialueen
valmennuskeskuksen työikäiset
asiakkaat

Toimintaan osallistuvien roolit

- Osallistuja
- Tanssin ohjaaja
- Valmennuskeskuksen ohjaaja

PERUSTIEDOT

Taiteenlajit

Kehollinen ja liike-
ilmaisua, piirtäminen

Sisältö

Toiminnassa
tutustutaan kehon
liikkeeseen ja rentou-
tumiseen erilaisten
tanssi- ja kehon-
huoltoharjoitusten
avulla. Työpajassa
tehdään lempeitä liike-
harjoituksia, kuten
qigongia.

Määrä ja kesto

Kertaluonteinen,
120 minuuttia

Osallistujamäärä

3–12 osallistujaa

Toteutuspaikka

Kansalaisopiston
musiikki- ja teatterisali

Ilmoittautuminen

Valmennuskeskus
ilmoittaa osallistuvan
ryhmän.

Rahoitus/hinta

- Kansalaisopiston
myyntipalvelua
- Maksuton kokeilu
osana Taiken
projektia

Saavutettavuus

- Huomioidaan
osallistujien
mahdollisuudet,
tarpeet ja rajoitteet.
- Tavoitteet
mahdollistavat
yksilölliset
osallistumistavat.
- Osallistuja voi
itse päättää
osallistumisensa
tasosta.
- Toiminta on
maksutonta.

Palaute

Kerätään paikan
päällä osallistujilta;
jälkikäteen tilaajalta.

HYVINVOINTIIN JA TERVEYTEEN LIITTYVÄT TAVOITTEET

- Merkityksellisyysden kokemuksen vahvistuminen
- Läsnäolotaitojen, pysähtymisen ja rauhoittumisen tukeminen
- Itseluottamuksen ja myönteisen minäkuvan vahvistaminen
- Ilmaisukeinojen monipuolistaminen

TOIMINNAN SISÄLLÖT

Taiteen tekemiseen ja kokemiseen liittyvät sisällöt

- Taiteen tekeminen yksin ja ryhmässä
- Yhteinen kokeileminen

Terapeuttiset menetelmät ja muut sisällöt

- Tanssi-
liiketerapeuttiset
menetelmät
- Qigong

HYVINVOINTIVAIKUTUKSIA TUKEVIA TEKIJÖITÄ

Aktiivisuuden tukeminen

- Aistien aktivointi
- Havainnointi ja havaintojen käsittely
- Liikkeellisyys ja fyysinen aktiivisuus
- Tunteiden käsitteleminen ja ilmaisu

Toiminnan ohjaaminen

- Tanssitaiteen sekä -pedagogian korkeakoulutus
- Tanssi-liiketerapian osaaminen
- Toimintaa tukeva ilmapiiri (kiireetön, kuunteleva, läsnä oleva)

Vuorovaikutuksen vahvistaminen

- Katseiden vaihto, ilmeet ja eleet, kehollinen vuorovaikutus ja kosketus
- Keskustelu
- Vuorottelu ja vuorojen ottaminen



Toimintamalli 8: Kulttuurihyvinvointia sote-ammattilaisille

Koulutuskokonaisuus tarjoaa sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille tapoja hyödyntää taidelähtöisiä menetelmiä asiakastyössä sekä vahvistaa omaa työhyvinvointia. Sisältö yhdistää tietopohjan, käytännön harjoitteet ja vertaisoppimisen.

OSALLISTUJAT

Järjestäjä

Järvilakeuden kansalaisopisto

Tilaaja

Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue (aiemmin Kuntayhtymä Kaksineuvoinen)

Toteuttaja

Taidealojen opettajat sekä vierailevat luennoitsijat

Kohderyhmä

Vammais- ja sosiaalipalveluissa sekä ikääntyneiden parissa työskentelevät

Toimintaan osallistuvien roolit

- Osallistuja
- Opettaja
- Luennoitsija (taide- ja kulttuuriala)

PERUSTIEDOT

Taiteenlajit

Mm. kuvataide, kädentaidot, musiikki, teatteri, tanssi

Sisältö

Tietoa sekä käytännönläheistä opetusta kulttuurihyvinvoinnista ja taidelähtöisistä menetelmistä.

Määrä ja kesto

3–5 kertaa / lukuvuosi, 120 minuuttia kerralla
Toteutettu vuosina 2017–2023

Osallistujamäärä

10–20 osallistujaa

Toteutuspaikka

Yhdistyksen ylläpitämän palvelukeskuksen kokoustila Kauhavalla

Ilmoittautuminen

Verkkoilmoittautuminen

Rahoitus/hinta

- Maksuton osallistujalle
- Kansalaisopiston myyntipalvelua
- Kuntayhtymä maksoi työntekijöilleen palkkaa osallistumisen ajalta

Palaute

- Kerättiin jokaisella kerralla ja toiminnan lopussa.
- Tietoa hyödynnettiin toiminnan kehittämisessä.

HYVINVOINTIIN JA TERVEYTEEN LIITTYVÄT TAVOITTEET

- Työhyvinvoinnin tukeminen
- Itseilmaisukyvyyn ja -rohkeuden vahvistaminen
- Omien vahvuuksien, kykyjen ja kiinnostusten tunnistaminen

TOIMINNAN SISÄLLÖT

Taiteen tekemiseen ja kokemiseen liittyvät sisällöt

- Taiteen tekeminen ja kokeminen sekä yksin että ryhmässä
- Yhteinen kokeileminen
- Keskustelut taiteesta

Muut sisällöt

- Luennot ja tietopohjan vahvistaminen

HYVINVOINTIVAIKUTUKSIA TUKEVIA TEKIJÖITÄ

Aktiivisuuden tukeminen

- Kulttuuriin ja taiteeseen osallistumisen ja osallisuuden kokemusten mahdollistaminen
- Uusien taitojen oppiminen
- Taiteellisten teoksen tekeminen

Toiminnan ohjaaminen

- Toimintaa ohjaavat eri alojen ammattilaiset eri kerroilla

Vuorovaikutuksen vahvistaminen

- Vertaisoppiminen
- Leikillisuus
- Kehollinen vuorovaikutus



Taiteilijat ja opettajat toimintamallien takana

Toimintamallien toteuttamiseen ja/tai kuvaamiseen ovat osallistuneet seuraavat taiteilijat ja opettajat:

Ville Hautaluoma, kuvataiteilija, Seinäjoen kansalaisopisto

Ulla Hautamäki, kuvataiteilija, kasvatustieteiden maisteri, Järvilakeuden kansalaisopisto

Linda Huhtaluhta, teatteri-ilmaisun ohjaaja (AMK), Järvilakeuden kansalaisopisto

Maria Kallioniemi, TaM, kuvataiteen ja kädentaitojen suunnittelijaopettaja, Seinäjoen kansalaisopisto

Riina Kalmi, tanssija, tanssinopettaja, tanssi-liiketerapian ohjaaja, Seinäjoen kansalaisopisto

Satu Lumiaho, musiikkipedagogi (AMK), Järvilakeuden kansalaisopisto

Pasi Ojajärvi, kuvataideopettaja, Seinäjoen kansalaisopisto

Mika Peltoniemi, muusikko, tuntiopettaja, Seinäjoen kansalaisopisto

Leena Rissa, TaK, kädentaito-ohjaaja, Järvilakeuden kansalaisopisto

Anni Viitasaari, agrologi, kuvataiteilija, Järvilakeuden kansalaisopisto



Lähteet

- Koivula-Talkkari, M. (2023).** *Kokemuksia, elämyksiä ja ideoita – kulttuurihyvinvointia kuntouttavaan työtoimintaan kansalaisopistosta (YAMK-opinnäytetyö, Turun ammattikorkeakoulu).* Theseus. Haettu 24.2.2026 osoitteesta <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2023051912177>
- Kuitu, P., & Korhonen, H. (2025a).** *Kulttuurihyvinvointipalveluiden laatukriteeristö* [Luonnos 20.2.2025]. Pirkanmaan hyvinvointialue. Haettu 20.2.2026 osoitteesta https://www.innokyla.fi/sites/default/files/2025-02/LUONNOS%2020.2.2025%2C%20Kulttuurihyvinvointipalveluiden%20laatukriteerist%C3%B6_Kuitu%20ja%20Korhonen_2025.pdf
- Kuitu, P., & Korhonen, H. (2025b).** *Kulttuurihyvinvoinnin laatukriteeristön elementit.* Pirkanmaan hyvinvointialue. Haettu 5.3.2026 osoitteesta https://www.pirha.fi/documents/4134903/31040513/Kulttuurihyvinvointipalveluiden_laadun_elementit.pdf/df222c8f-7fa0-7b63-aad8-1879f8f08267?t=1772530078739&doAsUserId=7WJXJiOHDfAB8AW7FfzUOw%3D%3D%2Ftoimipisteet%2Ftoimipistehakemisto%2Ftuki-ja-liikuntaelinkeskuksen-osasto-tays-keskussairaala%2Ftoimipisteet%2Ftoimipistehakemisto%2Fsydanp-olikklinikka-tays-valkeakoski
- Kulttuurikollektiivi Silta (2024).** *Taiteilijaresidenssit M-talossa.* Haettu 20.2.2026 osoitteesta <https://kulttuurikollektiivisilta.fi/taiteilijaresidenssit-m-talossa/>
- Leppisaari, K. (toim.). (2025).** *Elämä vaatii taidetta! Kirja kulttuurihyvinvoinnista.* Taiteen edistämiskeskus. Haettu 20.2.2026 osoitteesta <https://www.taike.fi/fi/julkaisut/elama-vaatii-taidetta-kirja-kulttuurihyvinvoinnista>
- Opetushallitus. (2026a).** *Muu erityisavustus vapaan sivistystyön opintoseteliavustukset 2026.* Haettu 20.2.2026 osoitteesta <https://www.oph.fi/fi/funding/muu-erityisavustus-vapaan-sivistystyon-opintoseteliavustukset-2026>
- Opetushallitus. (2026b).** *Hankeavustus: Vapaan sivistystyön laatu- ja kehittämisavustukset 2026 kansalaisopistoille.* Haettu 20.2.2026 osoitteesta <https://www.oph.fi/fi/funding/hankeavustus-vapaan-sivistystyon-laatu-ja-kehittamisavustukset-2026-kansalaisopistoille>
- Taiteen edistämiskeskus (2025).** *Kansalaisopisto kulttuurihyvinvoinnin välittäjänä.* Haettu 20.2.2026 osoitteesta <https://www.taike.fi/fi/projektit/kansalaisopisto-kulttuurihyvinvoinnin-valittajana>



Taide- ja kulttuurivirasto
Konst- och kulturmyndigheten
Finnish Arts and Culture Agency

Taide- ja kulttuurivirasto (Kuvi) on 1.1.2026 toimintansa aloittanut virasto, joka jatkaa Kansallisen audiovisuaalisen instituutin ja Taiteen edistämiskeskuksen tehtäviä.