

Hevosharrastus:




WANGUNOJAN
RATSUTILA

Monien mahdollisuuksien hevonen

- Ammattilaiset ohjaavat toimintaa -> turvallisuus
- Erityisryhmätyön monipuolistaja
- Ennaltaehkäisevää ja ihmisten hyvinvointia lisäävää toimintaa
- Elinikäisen oppimisen ympäristö
- Hevoset merkittävä liikuttaja
- Harrastuksesta työhön
- Harrastuksen merkityksen tunnistaminen - rahoitus



Matkalla hevosharrastukseen

- 
- Tilaa ja rauhaa
 - Avoimuutta
 - Luonnonläheisyyttä
 - Uusia teitä ja mahdollisuuksia

Toimintaa, liikuntaa



- Toimintaa omin ehdoin, omista lähtökohdista
- Mahdollisuus olla oma itsensä
- Matala kynnyks osallistua toimintaa

Vuorovaikutusta, sosiaalisuutta

- Seuraa, sosiaalisia suhteita - ystäviä
- Vuorovaikutusta
 - ▣ Kuulla ja tulla kuulluksi
- Yhdessä tekemistä
- Kunnioittamista
- Hyväksyntää omasta itsenään
- Omat rajat



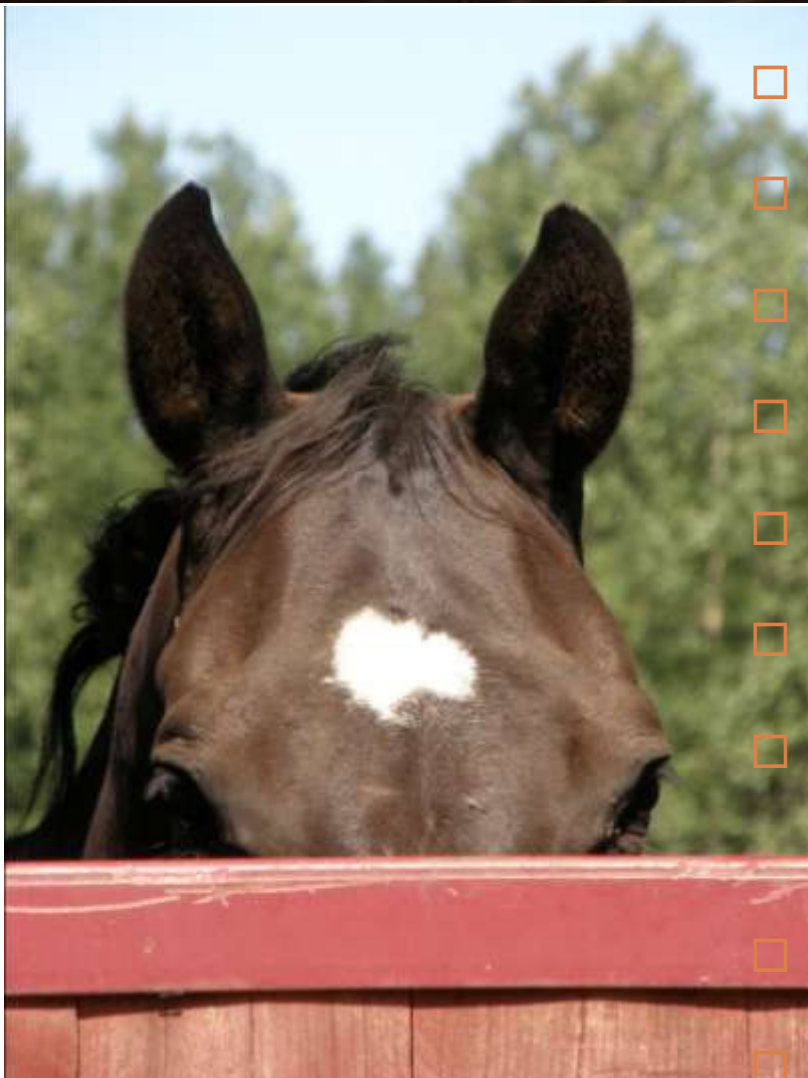
Hoivaa ja huolenpitoa

- Mahdollisuus hoitaa ja tulla hoidetuksi
- Läsnaoloa
- Rauhoittumista, rentoutumista
- Välittämistä

- Luottamusta



Tekemistä, onnistumisia



- Uteliaisuutta
- Kurkistuksia
- Innostusta
- Reippautta
- Rohkeutta
- Halua tehdä
- Halua oppia
uutta
- Osaamista
- Turvallisuu



Kuva: Sonja Holma

Kokonaisvaltaista hyvinvointia

- **Fyysinen**
 - Kunto paranee
 - Innostaa liikkumaan
 - Ylläpitää työkykyä
- **Psyykinen**
 - Jaksaminen –irti arjesta
 - Terapeutin tukena virkistystoimintana
 - Oman elämän hallinta, omat rajat
 - Onnistumisia -> myönteisiä kokemuksia

Kokonaisvaltaista hyvinvointia

Flow-kokemuksia



Kiitos!

