Hyvinvointia luonnosta – metsien rooli ja mahdollisuudet hyvinvoinnin lähteenä ja matkailussa

16.12.2020

Urbaani ihminen hakee luonnosta hyvinvointia ja elämyksiä. Ihmisten suhde metsään vaihtelee suuresti. Yksi metsästää ja toinen suojelee eläimiä. Joku saa elantonsa myymällä tukkipuuta ja toinen haluaa suojella maiseman. Stressaantunut löytää metsästä rauhaa ja lepoa, ikääntyneillä metsäympäristö aktivoi muistitoimintoja sekä lisää fyysisiä ja psyykkisiä voimavaroja. Erilaiset tarpeet tuovat monia mahdollisuuksia hyvinvointi- ja luontomatkailuun.

SeAMKissa on keväällä 2020 alkanut kansainvälinen Leader -hanke, Hyvinvointia luonnosta. Hanke on suunnattu nykyisille ja uusille hyvinvointimatkailusta ja Green Care -palveluiden ja tuotteiden tarjoamisesta kiinnostuneille Etelä-Pohjanmaan alueen toimijoille erityisesti Kuudestaan ry:n, Liiverin ja Suupohjan Leader-alueilla.

Hankkeen aikana etsitään muun muassa uusia tapoja hyödyntää metsää ja muita luontoalueita matkailutoiminnassa sekä hyvinvoinnin tukena. SeAMKin lisäksi Suomen metsäkeskuksen Läntinen palvelualue on hankkeen osatoteuttaja. Hankkeen kansainväliset kumppanit toimivat Maltan Gozossa sekä Irlannin Donegalissa. Tässä kirjoituksessa tarkastellaan suomalaisten metsien vaikutusta hyvinvointiimme sekä mahdollisuuksia metsien hyödyntämiseen matkailussa.



Eteläpohjalaista metsää (Kuva: Taija Luoma).

Suomalaiset metsät

Suomi on maailman metsäisimpiä maita ja Euroopan metsäisin maa metsien osuuden ollessa 71,6 % Suomen maapinta-alasta. Pohjoismaista Suomessa on myös kaikkein eniten metsää asukasta kohden mitattuna eli 4,6 ha/asukas, kun Suomen metsien kokonaispinta-ala on 26,3 miljoonaa hehtaaria. Suomen metsät kuuluvat pohjoiseen havumetsävyöhykkeeseen, joka käsittää 40 % maailman metsistä. (Suomen metsät – Puuinfo)

Etelä-Pohjanmaalla metsätalousmaata on noin 990 000 ha eli 74 % maa-alasta (luke). Yksityiset tahot omistavat suurimman osan (85 %) alueen metsistä, kun valtion omistuksessa on noin 9 %. Muita metsänomistajia alueella ovat osakeyhtiöt, kunnat, seurakunnat, säätiöt ja osuuskunnat (Etelä- ja Keski-Pohjanmaan metsäohjelma 2021-2025).

Metsä hyvinvoinnin ja kulttuurin lähteenä

Hyvinvointivaikutusten saamiseksi metsässä ei tarvitse tehdä tai suorittaa mitään erityistä, vaan pelkkä oleskelukin riittää. Metsää pidetään turvallisena, rauhoittavana ja voimaannuttavana elementtinä, ja metsillä on suuri merkitys ihmisten aineettomaan hyvinvointiin. Erityisesti ikääntyneillä metsäympäristö aktivoi muistitoimintoja sekä lisää fyysisiä ja psyykkisiä voimavaroja. (Korhonen & Liski-Markkanen, 2013.)

Metsä tarjoaa laajoja ja monimuotoisia mahdollisuuksia luonnon hyödyntämiseen ja kokemiseen eri aistien avulla; katselemalla, kuuntelemalla, tunnustelemalla, haistelemalla ja maistelemalla. Tärkeimpiä metsien virkistyskäytön ja luontomatkailun motiiveja ovat kuitenkin esteettiset elämykset ja maisemien kauneus. (Korhonen & Liski-Markkanen, 2013.)

Metsä on myös kulttuurinen ympäristö ja metsäkulttuurin voidaan nähdä koskevan kaikkea metsään liittyvää toimintaa. Ihmisten suhde metsään vaihtelee suuresti ja metsän merkitys on erilainen eri ihmisille. Metsätyön ja -talouden lisäksi siihen sisältyvät metsien muu käyttö; metsästä saatavien materiaalien hyödyntäminen, metsään liittyvät harrastukset, metsästä saatavat elämykset sekä metsän merkitys arjessa. (Kansallinen metsäohjelma 2015; Korhonen & Liski-Markkanen, 2013.)

Metsänantimet olivat aiemmille sukupolville merkittäviä ravinnon- ja jopa tulonlähteitä. Nykyisin luonnontuotteiden keruu, kalastus ja metsästys ovat monien ihmisten harrastuksia.

Muun muassa erilaiset retriitit, luontokohteet, tapahtumat ja maisemat ovat metsäkulttuuria. Metsässä voidaankin järjestää monenlaisia kulttuuritapahtumia. Metsien mielenkiintoisia luonto ja kulttuurikohteita voidaan siis hyödyntää eri tavoin. (Kansallinen metsäohjelma 2015; Korhonen & Liski-Markkanen, 2013.)



Kuusikko (Kuva: Jussi Laurila).

Metsien käyttöön liittyviä näkökulmia

Jokamiehenoikeuksilla tarkoitetaan jokaisen oikeutta käyttää luontoa siitä riippumatta, kuka omistaa alueen tai on sen haltija. Jokamiehenoikeuksien sallimissa rajoissa luonnon käyttämiseen ei siis tarvita maanomistajan lupaa eikä oikeuksien käyttämisestä tarvitse maksaa mitään. Jokamiehenoikeudella saa muun muassa liikkua jalan, hiihtäen ja pyöräillen luonnossa, kuten metsissä. Alueilla, joilla liikkuminenkin on sallittua, voi oleskella ja yöpyä tilapäisesti sekä poimia luonnonmarjoja, sieniä ja rauhoittamattomia kasveja. Lisäksi voi esimerkiksi veneillä, uida ja kulkea jäällä. (www.luontoon.fi)

Jokamiehenoikeudella ei kuitenkaan saa muun muassa haitata maanomistajan maankäyttöä, kulkea pihamailla, istutuksilla tai viljelyksessä olevilla pelloilla tai kaataa tai vahingoittaa kasvavia puita. Myöskään avotulta ei saa tehdä toisen maalle tai häiritä kotirauhaa esimerkiksi leiriytymällä liian lähellä asumuksia tai meluamalla. Jokamiehenoikeudet eivät myöskään salli esimerkiksi ympäristön roskaamista, moottoriajoneuvolla ajamista maastossa tai eläinten häirintää. (www.luontoon.fi)

Metsänkäytöstä sopimiselle tulee tarve, jos sitä halutaan käyttää yritystoimintaan, joka toteutuu säännöllisenä/toistuvana tai ennakkoon suunniteltuna toisen omistamalla metsäalueella. Myös yksittäistapauksesta on sovittava, jos kyseessä on iso ryhmä. Sopimiselle on tarve myös silloin, jos

järjestetään tapahtuma toisen mailla tai käytetään yksityisteitä, parkkipaikkoja tai polkuja, ja jos yritystoimintaa järjestetään kotirauhan alueella, kuten lähellä asumusta ja pihapiiriä. (Matila, 2020.)

Myös maisema on tärkeä osa luontokokemusta. Sopimuksen kohteena voikin olla vaikka korvauksen sopiminen siitä, että tietyllä alueella ei suoriteta avohakkuuta tai muita maisemaa vahvasti muuttavia toimenpiteitä. Maisemahyvityksestä löytyy esimerkkejä mm. Kuusamosta (Metsäkeskus, 2020). Sopimus kannattaa tehdä kirjallisena, jolloin varmistetaan osapuolten yhteisymmärrys sekä alueen käytöstä että korvauksesta. (Matila, 2020.)

Metsät ja hyvinvointimatkailu

Työ- ja elinkeinoministeriö (TEM) on laatinut Suomen matkailun kasvun ja uudistumisen tiekartan 2025. Sen yhtenä ohjelmana on Visit Finlandin FINRELAX, jonka tuotesuosituksia ovat esimerkiksi luonnossa liikkuminen, hiljaisuus ja vesi hyvinvointielementtinä. Luonnossa liikkuminen voi sisältää muun muassa ympäristön, ohjelman opastuksineen ja omaa kehoa kuuntelevan liikkumisen. Etelä-Pohjanmaan alueellisen maaseudun kehittämissuunnitelman (2014-2020) mukaisia tavoitteita taas ovat metsävarojen monipuolinen hyödyntäminen, yrittäjyyden edistäminen maaseudulla ja alueellisen vetovoiman kasvattaminen.

Etelä- ja Keski-Pohjanmaan metsäohjelman 2021-2025 tavoitteena on saada enemmän matkailijoita alueelle ja lisätä tietoisuutta metsäluontoon perustuvista tuotteista ja palveluista. Lisäksi tavoitteena on kehittää luontomatkailun liiketoimintamalleja ja yhteistyöverkostoja. (Etelä- ja Keski-Pohjanmaan metsäohjelma 2021-2025). Kannisen (2010) mukaan metsien hyödyntäminen hyvinvointivaikutusten tuottajana luo mahdollisuuksia monenlaisille palvelu- ja tuoteinnovaatioille ja näihin pohjautuvalle yrittäjyydelle (Korhonen & Liski-Markkanen, 2013). Rytilä ja Antila (2009) ovat myös esittäneet, että metsiin perustuvan palvelutuotannon kehittämiselle ja monipuolistamiselle luo edellytyksiä kuluttajien tarpeiden ja kulutustrendien tunnistaminen. Yhteiskunnallisesti kiinnostavia ovat heidän mukaansa erityisesti hyvinvointia tuottavat palvelut, ja metsään liittyviä palveluita, kuten metsien terveysvaikutuksia, pitäisi jatkossa tuotteistaa tehokkaammin. (Korhonen & Liski-Markkanen, 2013.)

Etelä-Pohjanmaalla alueellisia vahvuuksia ovat muun muassa Geoparkit, kansallispuistot ja suometsät, Panda-trail, luontoreitit sekä elämysliikunta, eli metsäluonto on jo nyt mukana alueen palveluissa. Etelä-Pohjanmaalla toimivien matkailuyritysten ja Green Care –yritysten toimintaa olisi kuitenkin mahdollista laajentaa esim. metsäpalveluyritysten avulla. Metsäpalveluihin kuuluvat mm. taimien istutus ja raivaustyöt. Käytännön tekijöillä on vahva paikallisluonnon tuntemus sekä muutakin osaamista muun muassa kasveista, eläimistä, marja- ja sienipaikkojen tuntemusta. Tätä tietämystä voitaisiin hyödyntää myös matkailuun liittyvissä palveluissa. Näin yrittäjyys maaseudulla voisi saada vahvistusta ja alueellinen vetovoima kasvaisi palvelutuotannon monipuolistuessa ja laajetessa.

Eteläpohjalaisissa metsissä, saloilla ja soilla risteilee myös paljon valmiita merkittyjä reittejä ja luontopolkuja. Metsähallituksen ylläpitämät reitit löytyvät sivustolta luontoon.fi. Sivustolla on paljon muutakin tietoa retkeilyyn ja luonnonpuistoihin liittyen. Lisäksi on muita palveluja (esim. retkipaikka.fi), joiden tarjontaan voi neuvottelemalla lisätä reittejä ja niihin liittyviä palveluja. Näistä palveluista löytyy kuitenkin vain pieni osa koko tarjonnasta. Käytännössä palvelutarjontaa harkitsevan kannattaa selvittää lisäksi ainakin kunnilta ja Suomen

Ladun paikallisjärjestöiltä mitä kaikkea mahdolliselta toimialueelta löytyy. Samalla voi jo hieman kuulostella, millaisilla ehdoilla näitä kohteita voi yritystoiminnassa hyödyntää. Parasta pohjaa yhteistyölle luo neuvottelemalla asioista etukäteen.

Tanja Hautala
Lehtori
SeAMK Sosiaali- ja terveysala

Jussi Laurila
Rahoituksen ja tarkastuksen asiantuntija
Suomen metsäkeskus, läntinen palvelualue

Salla Kettunen
Asiantuntija, TKI
SeAMK Liiketoiminta ja kulttuuri

Muut lähteet:

Etelä- ja Keski-Pohjanmaan metsäohjelma 2021-2025.

Korhonen, A. & Liski-Markkanen, S. (2013). Metsä ikäihmisten hyvinvoinnin lähteenä. TTS.

Matila, A. (2020). Miten metsänkäytöstä sovitaan? PowerPoint-esitys