

# Utsjoella rakennettiin yhteisöllisyyttä ja voimaannuttiin

Yhteinen voimaantumispäivä 13.9.2017 keräsi Utsjoen seurakuntatalolle yli kaksikymmentä henkilöä pohtimaan siasua sekä avun pyytämistä ja saamista. Yhdessä rakennettiin yhteisöllisyyttä ja voimaannuttiin porinapajoissa.

Voimaantumispäivän teema oli jakaa ajatuksia selviytymiskykyisyydestä eli resilienssistä. Selviytymiskykyisyys on ryhmän tai yksilön ominaisuus, jota voi kehittää. Se rakentuu voimavarojen tunnistamisesta ja niiden käyttöön ottamisesta. Resilienssi auttaa kokemaan elämän merkityksellisyuden ja omat vaikutusmahdollisuudet myös hankaluuksien keskellä.

–Vastoinkäymisissä on tärkeää huomata, mitä voin itse tehdä tässä tilanteessa. Suomalainen sisu on usein sellaista, jossa koetetaan yksin selviytyä kaikenlaisten asioiden keskellä ja avun pyytäminen on vierasta. Resilienssi eroaa tästä sikäli, että avun pyytäminen ja vastaanottaminen on luonnollista tai

ainakin suositeltavaa, pohtii hanketyöntekijä **Kitti Kumpulainen** Diakista.

Samoja teemoja tuodaan esiin Yhdessä toimien -hankkeessa, jossa Kumpulainen työskentelee. Maantiieteellisesti laajassa hankkeessa punaisena lankana on yhteisöllisyyden rakentaminen ja osallisuuden parantaminen saamelaisalueilla. Hanke toimii Inarin, Enontekiön, Sodankylän ja Utsjoen alueilla.

## Porinaryhmissä oman elämän sankareiksi

Voimaantumispäivän suunnitteluun, järjestämiseen ja toteuttamiseen osallistuvat Utsjoen seurakunta, Samisoster, Utsjoen kunta ja Yhdessä toimien -hanke. Lämmintunnelmaisessa tapahtumassa vapaaehtoinen **Maarit**-emäntä tuli keittämään lounaan ja pyöräytti tuoreet kahvipullat.

Voimaantumispäivässä järjestettiin porinaryhmiä, joissa mietittiin esimerkiksi sitä, tarvitsevatko osallistujat suunnan muuttamista omas-



*Kirsi Puuronen (opisk.) ja Jonna Kilkki esittelevät Metäterapiasta kertovaa kirjaa.*

sa elämässään. Missä asiasa voisin olla rohkeampi? Entä missä tilanteessa voisin ottaa pontevammin ohjat omiin käsiini? Milloin minun olisi hyvä pyytää apua toisilta? Miten voisin olla avuksi läheisilleni tai yhteisölleni?

Voimaantumisen teemoista puhuivat **Jonna Kilkki** (Samisoster), **Kirsi Puuronen** (opisk.), **Satu Näätänen** (Utsjoen srk), **Jouko Ortju** (Utsjoen kunta) ja **Kitti Kumpulainen** (Yhdessä toi-

mien -hanke, Diak).

Euroopan sosiaalirahaston tukema Yhdessä toimien -hanke jatkuu vuoden 2019 kesään asti ja Voimaantumispäiville on suunniteltu jatkoa.

–Seuraavan kerran voimaannutaan pikkujouluissa tunnelmissa, ja tapahtuman ilmoittelua voi seurata vaikkapa Facebook-sivuillamme, Kumpulainen vinkkaa.

*Teksti Kitti Kumpulainen  
Kuvat Niina Mäenpää*



*Porinaryhmä vauhdissa.*



*Hanketyöntekijä Kitti Kumpulainen valmisti Voimaantumispäivän lounasta. Ensi kerralla toivotaan avuksi vapaaehtoisia vaikkapa perunoita kuorimaan.*