

KUTSU 9.9.2011 klo 18.00  
VILLA KEISARINHARJUUN

VILLA KEISARINHARJU  
sijaitsee Kaivannon sairaalan alueella, Längelmäveden rannassa



# SANCTUARIUM NATURA

TURVAPAIKKA LUONNOS A



TAIDENÄYTTELY JA TAPAAMINEN

## MIKSI TÄMÄ TAPAHTUMA?

**SANCTUARIUM NATURA** - turvapaikka luonnossa - on avoimen taidekilpailun kautta koottu mentaali taidenäyttely, jossa taiteilijat kuvaavat teoksillaan luonnon ja mielen yhteyttä. Tutkimusten mukaan luonnon katselu ja siellä oleilu rentouttaa jo alle kymmenessä minuutissa. Liikkuminen luonnonympäristössä vähentää stressiä ja edistää mielenterveyttä. Mikroelpymishetket luonnonmaisemassa auttavat jaksamaan hektisessä työelämässä.

---

Tervetuloa 9.9.2011 klo 18.00  
Villa Keisarinharjuun  
Sanctuarium Natura taidenäyttelyn avajaisiin

AVAUSSANAT  
Opetusministeri Jukka Gustafsson

PUHE LUONNON MERKITYKSESTÄ MIELENTERVEYTEEN  
Professori Marja-Liisa Manka

TERVETULOSANAT  
Yliääkäri Olli-Pekka Mehtonen

TAITEILIJOIDEN ESITTELY  
Timo-Olavi Jalkanen

MUSIIKKIA, TAPAAMISIA, BUFFET,  
RYPÄLEISIÄ JA MALTAISIA JUOMIA.

Kutsuja: Valkeakosken aluesairaalan johtokunta

**Keisarinharju**, Längelmävesi ja Roine ovat Kaivannon sairaalaa ympäröivä luonto, sekä samalla useimmille potilaillemme henkinen turvapaikka, joka eheyttää, tasapainottaa ja auttaa heitä palautumaan normaalielämään. Luonto metsineen ja rantoineen lievittää ahdistusta ja rauhattomuutta. Se toimii kuin lääke, ja korvaakin sitä. Siksi luonnossa liikkuminen kuuluu jokaisen potilaamme päiväohjelmaan.

**Taide** voi toimia samankaltaisesti kuin luonto. Kun ihminen ei kykene kohtaamaan tai tulkitsemaan itseään sanoin, taide auttaa löytämään vanhat muistijäljet mielenrauhaan ja tasapainoon. Psykkisten sairauksien hoito ei ole "kovaa tekniikkaa" eikä vain tutkimuksia. Se on vuorovaikutusta, ymmärtämistä ja yhdessätekemistä. Lääkehoidon kaltaisia tuloksia saavutetaan myös toiminnallisella kuntoutuksella. Sen vaikutukset kantavat pitkälle tulevaisuuteen, vaimentaen menneisyyden tuskia. Kaivannon sairaala puitteineen ja toimintaperiaatteineen toimii edellämainituilla elementeillä.

**Suomalaisista** työkäisistä on eläkkeellä mielenterveysyiden vuoksi 120 000 henkeä. Masennuslääkkeiden käyttö on viisinkertaistunut 15 vuodessa. Joka arkipäivä työkyvyttömyyseläkkeelle siirretään kymmenen alle 30-vuotiaasta, heistä kolme neljäsosaa mielenterveysongelmien vuoksi. Jotakin huolestuttavaa on tapahtunut yhteiskunnassamme. Pohjaten kokemuksiini, suurin työelämän mielenterveysongelmien laukaisija on epäoikeudenmukaiseksi ja epävarmaksi koettu työympäristö. Pyrkimys sosiaalisesti kypsään ja oikeudenmukaiseen työyhteisöön on mielestäni nopein lääke kasvaviin työssä jaksamisen ongelmiin. Aito kanssakäyminen lisää keskinäistä luottamusta. Osallistuminen ja tarpeellisuuden kokemukset rakentavat yhteisöllisyyttä.

**Kenen tahansa** meistä mielenterveys voi järkkyyä, jos henkistä painolastia kertyy liikaa. Sitä asiaa emme saa unohtaa.

*Olli-Pekka Mehtonen*

---

**ILMOITTAUTUMISET** tilaisuuteen ja/tai kuljetukseen  
puh. 03 31167345 tai outi.wasstrom@pshp.fi

**KULJETUS** Tampereen Keskustorilta Vanhan Kirkon edestä klo 17.30.  
Paluukuljetus takaisin Villa Keisarinharjusta lähtee klo 21.00.  
Myös Paunun bussin 70 vuoroja kulkee sairaalan pihaan.

Kaivannon sairaala, Lahdentie 1671, Kangasala (viisi kilometriä Kangasalta Lahden suuntaan. Sairaalan pihassa viitoitus villaan)  
Katso kartta ja aikataulut osoitteesta: [www.databooks.com/villa2011](http://www.databooks.com/villa2011)

