

## Liite 1:

### Oulun YTE hanke vuodelle 2016 oli

#### "Tuukko nää mukkaan"- mukana pitävän yhteisön ryhmätoiminnan kehittäminen

Hankkeen tarkoituksena oli kehittää matalan kynnyksen systemaattista ryhmätoimintaa opiskelijoille, jotka eivät ryhmäydy ja jäävät yksin. Tapahtumat ovat kaikille opiskelijoille avoimia, myös ulkomaalaisten opiskelijoiden yhteisöön integroitumista tukevaa yhteisöllistä toimintaa vapaan seurustelun ja teemailtojen merkeissä. Tarkoituksena oli kehittää uusi konsepti "Tuukko nää mukkaan?", jossa kokeillaan laajempiakin yhteisöllisiä toimintamuotoja yhdessä sidosryhmien ja yhteistyökumppaneiden kanssa sekä samalla kartoitetaan jo olemassa olevaa tarjontaa ja sen mahdollisuuksia opiskelijoille. Pitkän aikavälin tavoitteena on syrjäytymisvaarassa olevien ja yksinäisyydestä kärsivien opiskelijoiden tukeminen.

Hankkeen aikana YTHS:n Oulun yksikön terveystöryhmässä kartoitettiin yhdessä sidosryhmien kanssa opiskelijoille olemassa oleva tarjonta ja suunniteltiin hankkeen mukainen ryhmätoiminta syyslukukaudelle 2016 ja alustavasti aiheet myös kevätlukukaudelle 2017.

Syksyn 2016 osalta kokoontumiskerrat ovat toteutuneet liitteen 1. mukaisesti (ks Liite 1.). Hanke on onnistunut hyvin ja osallistujia syksyn tapahtumissa on ollut 20 - 220 henkilöä. Välitön suullinen palaute on ollut positiivista. Hanke jatkuu keväällä uusilla teemoilla ja vuoden 2017 terveyden edistämisteemaa PUHU NIIN KUUNTELEN tukien. Kevään 2017 aiheiksi on suunniteltu mindfulness-teemaa, kahta hengailuiltaa, perheellisten opiskelijoiden tapahtumaa sekä frisbeegolf-tapahtumaa. Hankkeen toiminta pyritään saamaan pysyväksi toimintamuodoksi.

Haettua hankerahaa käytettiin syksyllä hankkeesta tiedottamiseen painatuskulojen muodossa, tarjoilun järjestämiseen sekä hankittiin kevättä varten teemoihin liittyvää kirjallisuutta, mitä käytetään myös YTHS:n ammattilaisten kesken.

<b>"Tuukko nää mukkaan" -hankkeen kulut 2016</b>	
	Eur
Juliste ja flyerit/ Suomen yliopistopaino	97,30
Tarjoilut/OYY	44,07
Tarjoilut 9.12.16/Uniresta Medisiina	198,00
Tarjoilut 8.12.16/Fazer Central Cafe	390,00
Mindfulness kirjallisuutta	80,00
Kaamostilaisuuden tarjoilu/Arina	15,92
<b>Yhteensä</b>	<b>825,29</b>

# Tuukko nää mukkaan?

***Tuukko nää mukkaan -tapahtumat ovat kaikille opiskelijoille avoimia, päihteettömiä ja rentoja tilaisuuksia, joihin ei tarvitse ilmoittautua etukäteen. Tuo mukkaan yksin, kaverin kanssa tai isommallakin porukalla.***

**ti 20.9.2016 Hengailuilta: pelejä ja pannareita**

OYY:n toimiston Olkkarissa Linnanmaan kampuksella pelaillaan lautapelejä ja syödään pannaria klo 16 alkaen. Mukana myös Oulun yliopiston roolipelikerho CRYO ry.

**ti 11.10.2016 Hengailuilta: metsäretki luontoon**

Syksyn toisessa hengailuillassa ulkoillaan metsässä. Retkellä pysähdytään myös paistamaan makkaraa ja vaahtokarkkeja. Lähtö humanistipalloilta klo 16.

**to 10.11.2016 Haastava kaamos -info- ja keskustelutilaisuus**

YTHS:n asiantuntija antaa selviytymisvinkkejä syksyn pimeyteen teemalla kaamos, valo ja liikunta. Tule kuuntelemaan ja keskustelemaan Tellus Stagelle klo 16.

**to 8.12.2016 ja pe 9.12. Perinteiset joululaulut yliopistolla**

Tule laulamaan ja kuuntelemaan joululauluja Linnanmaalla Central Caféhen 8.12. klo 12.30–14 ja lääkiksen aulaan Kontinkankaalla (Aapistie 5) 9.12. klo 12.30–14. Tarjolla glögiä ja joulutorttua! Laulattajana kirkkomuusikko Taina Voutilainen ja isäntänä yliopistopastori Ari Savuoja.