

Asiakkaiden ja vapaaehtoisten näkemyksiä Lahden ruoka-aputoiminnasta



Hannele Poutiainen

2023

Sisällysluettelo

JOHDANTO	1
1. Selvityksen taustaa	2
2. Selvityksen toteutus.....	3
2.1. Aineistot	3
2.1.1. Ruoka-avun asiakaskysely	3
2.1.2 Vapaaehtoisten aineisto	4
2.2. Aineistojen analyysit.....	4
2.3. Aineistojen tulokset.....	4
2.3.1 Asiakkaiden näkemyksiä ja kokemuksia Lahden ruoka-avusta	4
2.3.2. Vapaaehtoisten näkemyksiä ruoka-aputoiminnasta.....	10
2.4 Yhteenveto tuloksista	13
3. Johtopäätökset	14
LÄHTEET	17

JOHDANTO

Ruoka-aputoiminta on vakiintunut osaksi suomalaista hyvinvointivaltiota. Sen roolia voidaan kuvata osittain sosiaaliturvaa täydentävänä tekijänä. Ruoka-apua järjestävät muun muassa evankelisluterilaiset ja muut seurakunnat, eri uskonnolliset yhdistykset sekä järjestöt. Vapaaehtoistoiminnalla on keskeinen rooli ruoka-aputoiminnassa. Pienemmillä ruoka-aputoimijoilla toiminta voi toteutua täysin vapaaehtoisvoimin, kun taas suuremmilla toimijoilla henkilöstö muodostuu osaksi palkatuista työntekijöistä, vapaaehtoisista ja työllistetyistä, esimerkiksi kuntouttavaan työtoimintaan osallistuvista ja työkokeilijoista.

Suomessa jaetaan vuosittain lähes 20 miljoonaa kiloa ruoka-apua (Harrison ym. 2020). Ruoka-apua toteuttaa arvioiden mukaan yli tuhat eri toimijaa. Ruoka-apuun turvautuu arvioiden mukaan yli 200 000 asiakasta vuosittain (Laihiala & Nick 2020). Jaettava ruoka on enimmäkseen kauppojen, tukkujen ja tehtaiden lahjoittamaa hävikki- ja ylijäämäruokaa. Viime aikoina on yleistynyt myös kuntien ateriapalveluiden ylijäämäruuan hyödyntäminen osana ruoka-apua. Erilaiset jakelutapahtumat ja yhteisruokailut ovat yleisiä ruoka-avun muotoja. Nykyisin erityisesti suurissa kaupungeissa ruoka-aputoimintaan on liitetty erilaisia ohjeistoimintoja, kuten matalan kynnyksen palveluohjausta ja neuvontaa (esim. Karjalainen ym. 2021).

Nykyisin ruoka-avun asiakaskunta on hyvin laaja ja heterogeeninen joukko. Ruoka-avun asiakaskunta on monipuolistunut, ja sen piirissä asioi yhä enemmän nuoria, opiskelijoita, työssäkäyviä ja lapsiperheitä. (Passoja 2023) Yleisesti ruoka-avun asiakkaita yhdistäviä tekijöitä ovat taloudellisen toimeentulon niukkuus ja heikko työmarkkina-asema. Taloudellisen huono-osaisuuden ohella osa ruoka-avun hakijoista kärsii myös sosiaalisista ja terveydellisistä hyvinvoinnin vajeista. Lisäksi he kokevat usein yksinäisyyttä ja asuvat vuokralla ja yksin. (mm. Ohisalo & Saari 2014)

Useissa ruoka-apua koskevissa selvityksissä (mm. Ohisalo 2017, Alppivuori 2021, Passoja 2023) todetaan, että ruoka-apua säännöllisesti hakevien elämäntilanne on pysynyt heikkona jo pidempään. Vastaava havainto ilmeni myös Lahden Seurakuntayhtymä/Diakonia (2022) ruoka-apuselvityksessä: useimmat ruoka-avun asiakkaista olivat tarvinneet säännöllistä ruoka-apua jo vuosia, ja ruoka-apu sekä yhteiset edulliset tai ilmaiset ateriat olivat tärkeä osa selviytymistä. Myöskään eri palvelujärjestelmät eivät aina tavoita osaa asiakkaista tai palvelut ovat etäänntyneet liian kauas. Tällöin ruoka-apu voi olla alueella ainoa paikka, jossa voi saada kasvokkain palveluohjausta tai tukea esimerkiksi digipalveluihin tai lomakkeiden täyttöön.

Lahden alueella toimii monia eri ruoka-aputoimittajia, kuten seurakuntia, yhdistyksiä, yhteisöjä sekä kaupungin toimipisteitä. Operaatio Avoin Ovi ry toimii alueella keskitettynä logistiikkakeskuksena, joka varastoi lahjoittajilta saadun ruokahävikin sekä jakaa sen toimijaverkoston kautta edelleen ruoka-avun saajille. Ruuan jakelupisteissä on mukana lukuisia vapaaehtoisia.

Tämän selvityksen tarkoituksena on koota niin ruoka-avun asiakkaiden kuin vapaaehtoisten näkemyksiä ja kokemuksia Lahden alueen ruoka-aputoiminnasta. Tuloksia hyödynnetään alkavassa Työtä ja ravintoa ESR+ -hankkeessa, Lahden ruoka-aputoiminnan kehittämisessä. Selvityksen kustannuksiin osallistuivat Lahden Diakonialaitos, Lahden seurakuntayhtymä ja Lahden kaupunki.

1. Selvityksen taustaa

Suomalainen ruoka-apu täydentää sosiaaliturvaa, vähentää yksinäisyyttä sekä pienentää syntyvää hävikki- ja ylijäämäruuan määrää. Ruoka-avun merkitys korostuu yksilön ja yhteiskunnan kriiseissä. Pandemia-aika 2020-luvulla teki näkyväksi monien ihmisten toimeentulon haurauden. Tuomo Laihialan ja Reetta Nickin (2020) laatiman selvityksen mukaan ruoka-aputoimijoiden suurin haaste oli apua tarvitsevien ihmisten määrän huomattava kasvu. Ruoka-avun tarjoama mahdollisuus säästää ruokakustannuksissa vapauttaa varoja muihin välttämättömiin menoihin, esimerkiksi vuokran maksuun tai lääke- ja sairauskuluihin. (Ohisalo & Määttä 2014, Alppivuori 2021).

Eri tutkimusten ja selvitysten (mm. Laihiala 2018, Alppivuori 2021) mukaan pääsääntöisesti ruoka-avun hakijat ovat tyytyväisiä ruoka-avun järjestelyihin ja kokemukset siitä ovat positiivisia. Sosiaalinen kanssakäyminen ja muiden ihmisten tapaaminen koetaan usein tärkeäksi. Yhteisruokailut lisäävät yhteisöllisyyden tunnetta sekä lieventävät yksinäisyyttä (Kuisma 2022, ks. Poutiainen 2022). Ruoka-apatapahtuma tarjoaa päivälle ohjelmaa, tekemistä ja tarkoitusta sekä mahdollistaa ihmisten välisen vuorovaikutuksen (Siiki 2008). Toisaalta sosiaalinen kiintyminen ryhmään voi hidastaa asiakkuudesta poistumista, ja tällöin mielekäs vaihtoehto monelle oman tilanteen helpottua on siirtyä ruoka-avun vapaaehtoiseksi, jolloin samat rutiinit ja sosiaaliset kuviot säilyvät, ja muiden auttaminen lisää omaa hyvinvointia. (Ohisalo & Määttä 2014).

Salonen (2016) tarkasteli uskonnollisuuden näkökulmaa osana ruoka-aputoimintaa. Ruoka-avun saajat olivat tietoisia toimijoiden uskonnollisesta taustasta, mutta eivät kritisoineet sitä, vaan moni koki uskonnollisen ulottuvuuden tuovan lisäarvoa. Tuomo Laihialan tutkimuksessa (2018) ruokajonojen huono-osaisten häpeän kokemus osoittautui suhteelliseksi ilmiöksi, sillä suurin osa avunsaajista ei kokenut ruuan hakemista häpeällisenä. Naiset kokivat niin sanottua häpeää miehiä useammin, samoin korkeasti koulutetut häpesivät ruoka-apuun turvautumista muita ryhmiä useammin.

Vapaaehtoistoiminnalla on merkittävä kansantaloudellinen rooli yhteiskunnassamme (Laasanen 2011). Lisäksi vapaaehtoistoiminta tarjoaa yksilöille mielekästä tekemistä, vahvistaa osallisuutta ja sosiaalista yhteenkuuluvuutta. Käytännön tekeminen vapaaehtoistoiminnassa mahdollistaa myös monenlaisen tiedon ja erilaisten taitojen oppimisen. (Valtiovarainministeriö 2015) Vapaaehtoistoimintaan osallistumista ja sitoutumista on selitetty niin altruismi- kuin motiiviteorioiden avulla. Pessi ja Oravasaari (2010) jakavat auttamismotivaation kolmeen ryhmään: auttamisen palkitsevuuteen, periaatteelliseen auttamiseen ja itsekkäisiin syihin perustuvaan auttamiseen.

Ahstedtin ym. (2018) tutkimustuloksissa ilmeni, että vapaaehtoistoiminta toi uusia ystäviä ja sisältöä elämään. Toiminnassa mukana olon kautta vapaaehtoiset oppivat myös uusia asioita, joiden avulla he voivat ylläpitää jo olemassa olevia taitoja. Lisäksi suurin osa vapaaehtoisista oli erittäin sitoutunut toimintaan ja halusi olla mukana jatkossa. Toisaalta Marjovuon (2014) tutkimuksessa vapaaehtoisten käsitykset omasta pysyvyydestään vaihtelivat. Osa painotti valinnanvapautta, osa elämäntilanteen vaikutusta, osa oli valmiina olemaan mukana lähitulevaisuudessa ja osa jopa pitkäänkin. Vapaaehtoisten käsityksillä omista resursseista oli vaikutusta siihen, kuinka kauan he ajattelivat olla mukana toiminnassa. Samansuuntaisia tuloksia ilmeni myös Itkosen ja Röppäsen tutkimuksessa (2010) maahanmuuttajien kokemuksissa toimimisesta vapaaehtoisena: toiminta antoi heille mielihyvää, uusia tuttavuuksia, sosiaalista verkostoitumista ja hyväksyntää, mikä auttoi heitä myös kotoutumisessa.

Lehdon (2017) tutkimuksessa tarkasteltiin vapaaehtoistyötä ruoka-avun piirissä, ja siitä ilmeni, että vapaaehtoiset olivat hyvin sitoutuneita ja mielsivät vapaaehtoisuuden enemmän työksi kuin harrastukseksi. Keskeisimmät motivaatiotekijät olivat rytmin saaminen arkeen, sosiaaliset kontaktit, henkisen hyvinvoinnin vahvistuminen, auttamisen ilo ja ruoan saaminen itse. Kuormittaviksi tekijöiksi koettiin vapaaehtoistoiminnan fyysinen raskaus sekä ikävät asiakaskokemukset. Vapaaehtoiset suhtautuivat asiakkaisiin vertaisina. Alppivuoren (2021) Espoon ruoka-apuselvityksessä ilmeni, että keskeisin syy ruoka-aputyöhön tulolle oli halu auttaa tai tehdä jotain tärkeää, hyödyllistä ja mielekästä. Työ oli myös merkittävä tapa tehdä sosiaalityötä sekä edistää osallisuutta ja yhteisöllisyyttä. Lisäksi vapaaehtoiset kokivat olevansa avuksi ja tekevänsä työtä, jossa voivat käyttää hyödyksi omia taitojaan. Toisaalta toiminta tuntui ajoittain haasteelliselta ja stressaavalta.

Vapaaehtoisten työtehtävät koko ruoka-apuketjussa vaihtelevat jonkin verran toimipaikan ja tilanteen mukaan. Pääsääntöisesti vapaaehtoisten panos ajoittuu siihen, kun jaettava ruoka tulee jakelupaikkaan ja siihen kuuluu ruoan vastaanottaminen, purkaminen, käsittely ja esille laittaminen sekä ruokakassien pakkaaminen ja jakaminen tai asiakkaitten ohjaaminen ruoanjakotilaisuudessa. Tilaisuuden loppusiivous ja astioiden pesu kuuluu usein myös tehtäväkokonaisuuteen. Vapaaehtoisuutta tehdään yleensä muutama tunti kerralla, ja viikonpäivien lukumäärä vaihtelee tilanteen mukaan. (Varjonen 2023).

2. Selvityksen toteutus

Selvityksen tarkoitus on kartoittaa sekä lahtelaisten ruoka-avun asiakkaiden että ruoka-avussa toimivien vapaaehtoisten näkemyksiä ja kokemuksia Lahden ruoka-avusta. Aineistot kerättiin ruoka-avun asiakkaiden yhteisruokailutilaisuuksista keväällä ja syksyllä 2023. Tavoitteena on kerätä tietoa toiminnan kehittämiseksi. Selvitys käsittää kaksi eri aineistoa, jotka analysoitiin erikseen.

- Selvityksen ensimmäisenä tavoitteena on saada kuva ruoka-apuasiakkaiden näkemyksistä yhteisruokailusta, ruokakassin sisällöstä sekä asioista, joihin he toivovat tukea/tietoa tällä hetkellä ja tulevaisuudessa. Lisäksi heiltä kysyttiin taustatiedoissa syitä, jotka ovat johtaneet ruoka-avun tarpeeseen.
- Toisena tavoitteena on kartoittaa ruoka-avun piirissä toimivien vapaaehtoisten kokemuksia työn organisoinnista, palkitsevuudesta ja kehittämistarpeista.

2.1. Aineistot

2.1.1. Ruoka-avun asiakaskysely

Kyselyyn osallistui 124 ruoka-avun asiakasta. Kyselylomakkeet kerättiin tutkijan toimesta viidestä seurakuntien aamupala- tai lounastarjoilusta sekä Monitoimitalon Takataskun ruokailuasiakkaista. Asiakkaista kahdeksan kieltäytyi vastaamasta kyselyyn muun muassa kiireen tai kielivaikeuksien takia.

Selvityksessä kysyttiin taustatietoja: sukupuoli, ikä sekä se, kenen kanssa asuu, mistä sai tietää ruoka-avusta, kuinka kauan ja kuinka usein on käynyt ruoka-avun piirissä. Lisäksi kartoitettiin syitä, miksi henkilö on turvautunut ruoka-apuun. Viime mainitussa vastaajat saivat valita useamman vaihtoehdon.

Asiakkailta kysyttiin myös väittämien muodossa: täysin samaa mieltä... täysin eri mieltä, *millaisena he kokevat*: ruoka-avun, tavan saada ruoka-apua, ruoka-avun sisällön sekä kohtelun ruoka-avussa. Lisäksi

kartoitettiin *tuen/tiedon tarvetta* liittyen asumiseen, hyvinvointiin, yksinäisyyden vähentämiseen, taloudelliseen tilanteeseen, viranomaisasioihin, sairauksiin sekä perheen kriiseihin ja ongelmiin.

Lisäksi kysyttiin: *tulevaisuuden näkymien tärkeyttä*, kuten terveydentila, tulevaisuuden näkymien vahvistuminen, mielekkään tekemisen löytyminen, työhön/työkokeiluun/ -koulutukseen pääseminen, eläkkeelle jääminen, osallistuminen vapaaehtoistyöhön tai harrastustoimintaan.

Asiakkailta kysyttiin myös väittämien muodossa *ruoka-aputilanteeseen liittyvien asioiden tärkeyttä*, kuten mahdollisuuksista yhdessä oloon, tavata muita ihmisiä, osallistua yhteiseen tapahtumaan/ ruokailuun, hengelliseen toimintaan tai saada tietoa esim. Kelan palveluista. Kahdessa avoimessa kysymyksessä asiakkaat pohtivat *muutosedotuksia tai sitä, mitä haluavat kertoa* Lahden ruoka-avusta.

2.1.2 Vapaaehtoisten aineisto

Aineisto kerättiin keväällä 2023. Kyselyyn osallistui 36 eri seurakuntien ja Operaatio Avoin ovi ry:n vapaaehtoistoimijaa. Kyselylomakkeita jaettiin 40 ja palautettiin 36. Neljä henkilöä kieltäytyi kyselystä kielivaikeuksien takia. Ryhmien koot vaihtelivat 2–8 henkilöön.

Taustatietojen (sukupuoli, ikä, toimialue, työskenteleekö useassa paikassa ja kuinka usein) ohella kartoitettiin väittämien muodossa: täysin samaa mieltä... täysin eri mieltä: *Vapaaehtoistoiminnan merkitystä jokapäiväiseen elämään* arvioitiin kysymyksillä: mitkä asiat he kokevat tärkeinä vapaaehtoistyössä sekä millaisena he kokevat työnsä vapaaehtoisena. *Vapaaehtoistoiminnan tärkeyttä* mitattiin osioilla: mahdollisuus vaikuttaa, olla hyödyksi, arvostus, hyvä ryhmähenki, uudet ystävät ja erilaisten ihmisten kohtaaminen.

Kokemusta vapaaehtoistoiminnasta mitattiin osioilla: perehdytys, tuki, mielekkyys, fyysinen ja henkinen kuormittavuus, turvattomuus, uusien asioiden oppiminen, työn arvostus, onnistumisen kokemus. Lopuksi vapaaehtoiset pohtivat ryhmässä *toiminnan kehittämisedotuksia* ja sitä, miten saataisiin enemmän *nuoria mukaan vapaaehtoistoimintaan*.

2.2. Aineistojen analyysit

Molempien kyselyjen lomakkeet tallennettiin Webropol- järjestelmään ja analysoitiin lukumäärinä ja prosentteina. Osa muuttujista muodostettiin kaksiluokkaiseksi, jolloin yhdistettiin täysin samaa mieltä ja osittain samaa mieltä olevat vastaukset. Analyysiin otettiin mukaan kaikki asiakaskyselyn lomakkeet, vaikka osa vastaajista vastasi vain taustatietoihin ja näkemyksiin ruoka-aputilanteeseen liittyvistä tärkeistä asioista. Analyysijä täydennettiin avovastauksilla. Vapaaehtoisten ryhmäkeskustelut nauhoitettiin ja analysoitiin teemoittain.

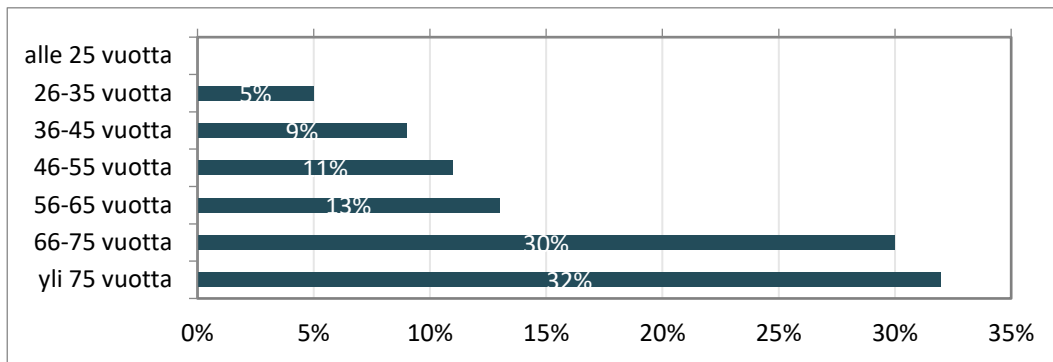
2.3. Aineistojen tulokset

2.3.1 Asiakkaiden näkemyksiä ja kokemuksia Lahden ruoka-avusta

Taustatietoja

Ruoka-avun asiakaskyselyyn vastanneita oli 124. Vastanneista naisia oli 62 %, (n=77) ja miehiä 36 % (n=45) ja vajaa 2 % (n=2) ei halunnut kertoa sukupuoltaan.

Valtaosa ruoka-avun asiakkaista oli eläkeikäisiä ja heistä kolmannes oli yli 75-vuotiaita. Työikäisiä asiakkaista oli kolmannes. (Kuvio 1)



Kuvio 1. Kyselyyn vastanneiden ikäjakauma (%).

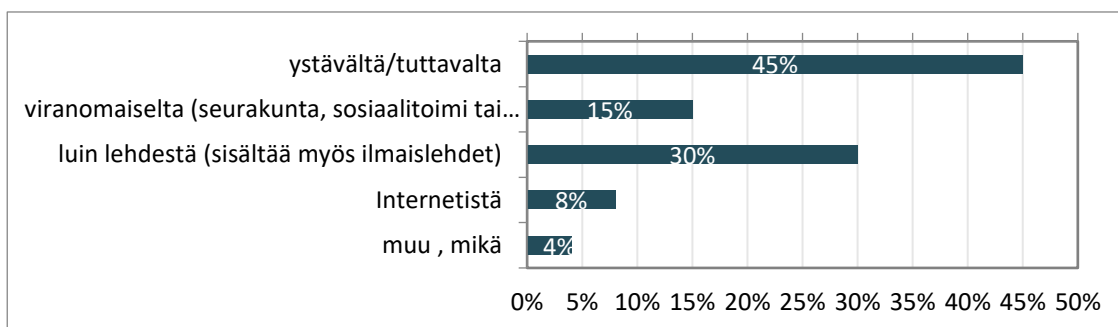
Suurin osa vastaajista asui yksin ja neljännes asui avio- tai avopuolisonsa kanssa. Perheitä, joissa oli lapsia, oli viisi prosenttia asiakkaista ja saman verran asui lasten kanssa. (Taulukko 1)

Taulukko 1. Asiakkaiden asumismuoto (%).

Asumismuoto	N	%
Yksin	77	64
Kaksin avio- tai avopuolison kanssa	31	26
Avio- tai avopuolison sekä lasten kanssa	6	5
Lasten kanssa	5	4
Muiden henkilöiden kanssa	3	2

Tiedon saanti ruoka-avusta

Vajaa puolet oli saanut tiedon ruokajakelusta/yhteisruokailuista ystäviltä ja tuttavilta. Kolmannes oli lukenut siitä lehdistä ja ilmaislehdistä. Internetistä tiedon saantiin oli käyttänyt vajaa kymmenen prosenttia asiakkaista. (Kuvio 2)



Kuvio 2. Ruoka-avun tiedonlähteitä (%.)

Ruoka-avun hakemisen kesto

Valtaosa asiakkaista oli käynyt ruoka-avun piirissä 1–3 vuotta. Puoli vuotta ja alle vuoden käyneitä oli lähes saman verran. Ruoka-avun asiakkaista yli neljä vuotta käyneitä oli 17 %. Puolet vastaajista kävi ruoka-avussa joka viikko ja kerran kuukaudessa tai harvemmin kävijöitä oli noin kymmenen prosenttia. (Taulukko 2)

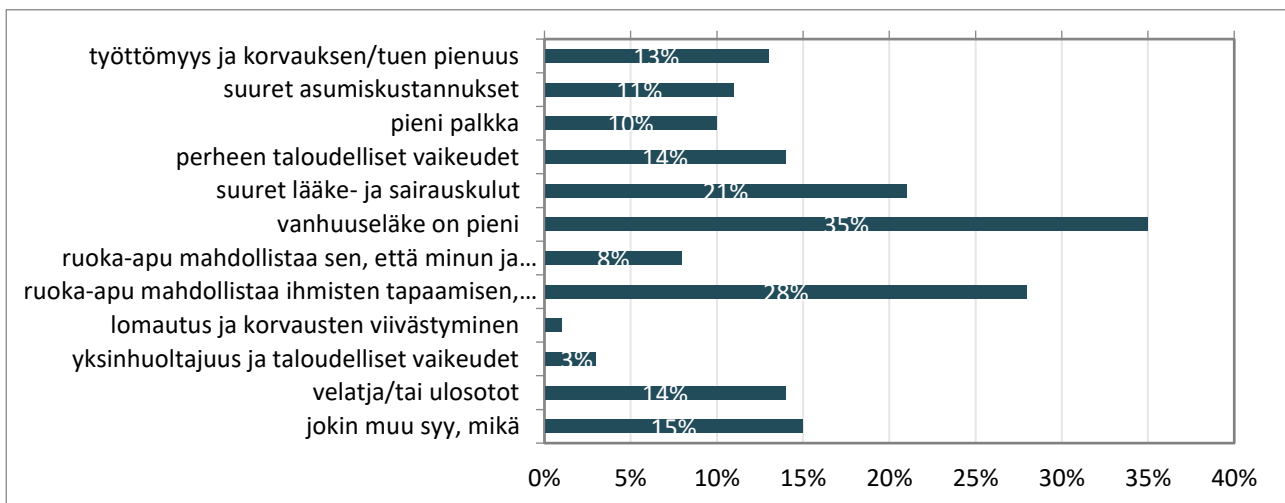
Taulukko 2. Asiakkaana ruoka-avussa (%).

Asiakkuus ruoka-avussa	N	%
Puoli vuotta tai vähemmän	21	23
Alle vuoden	17	19
1–3 vuotta	38	42
3–4 vuotta	5	6
yli 4 vuotta	9	10

Ruoka-avun turvautumisen taustasyyt:

Yleisimmät taustasyyt ruoka-apuun turvautumiseen olivat taloudelliset syyt, ja toisaalta ruoka-aputilanne mahdollisti toisten ihmisten tapaamisen. Taloudellisissa syissä korostui pieni vanhuuseläke tai palkka sekä perheen taloudelliset vaikeudet. Muina syinä mainittiin: ”*vuokranmaksu, rahat loppu, opiskelu, vähän rahaa, tuet viipyvät*”.

Suuret lääke- ja sairauskulut olivat ruoka-avun tarpeen taustasyynä vajaalla neljänneksellä vastaajista. Vajaa kolmannes totesi, että yhteisruokailut mahdollistivat myös toisten ihmisten tapaamisen ja yhdessä olon. Yhdeksi syyksi mainittiin myös valmis, hyvä ruoka. (Kuvio 3)



Kuvio 3. Vastaajien ilmoittamia syitä ruoka-apuun turvautumisesta (mahdollisuus valita useampi vaihtoehto) (%).

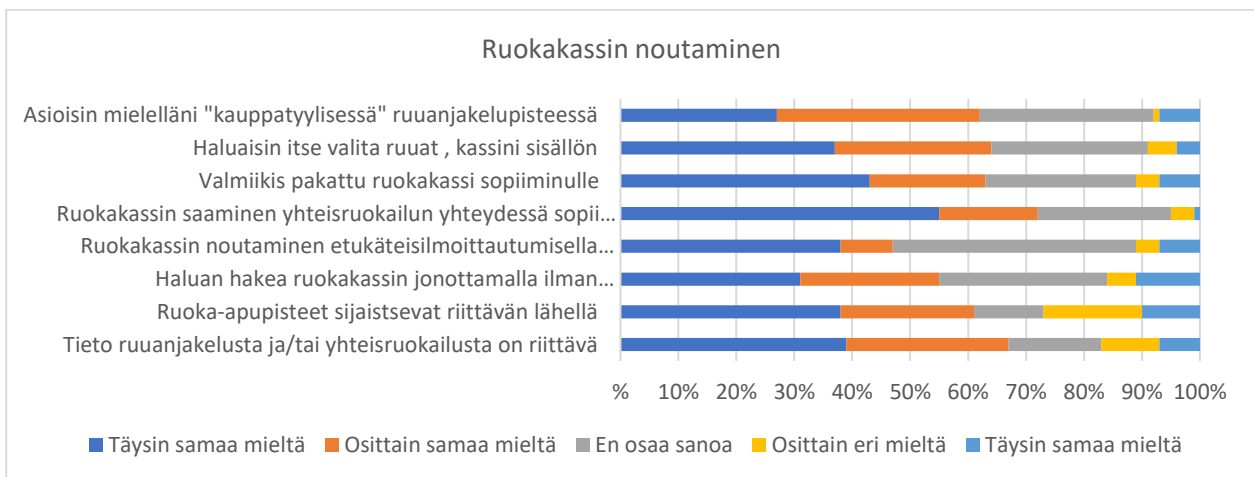
Kokemus ja näkemys ruoka-avun tärkeydestä

Suurimmalle osalle vastaajista kokemus ruoka-avussa käymisestä näytti olevan positiivinen. Heidän oli helppo puhua työntekijöille ja heitä kuunneltiin. Valtaosa ei pitänyt ruoka-avussa asiointia nöyryyttävänä. Tosin vajaa neljännes oli täysin tai lähes samaa mieltä siitä, että ruuan hakeminen oli nöyryyttävää, mutta saman verran vastaajista ei osannut sanoa asiasta mielipidettään. Yli puolet vastaajista koki ruoka-avun pärjäämisen kannalta tällä hetkellä ja tulevaisuudessa välttämättömänä. (Taulukko 3)

Taulukko 3. Näkemys ruoka-avusta ja sen tärkeydestä (%).

Kokemus ruoka-avusta	Täysin samaa mieltä	Lähes samaa mieltä	En osaa sanoa	Lähes eri mieltä	Täysin eri mieltä
Ruoka-apu on tällä hetkellä pärjäämiseni kannalta välttämätöntä	36	23	20	11	10
Ruoka-apu on tulevaisuudessakin välttämätöntä	31	24	26	7	12
Ruoka-avun työntekijöille on helppo puhua	47	23	25	1	12
Minua kuunnellaan ruoka-avussa	45	20	28	5	2
Minua kohdellaan oikeudenmukaisesti	55	22	16	3	4
Ruuan hakeminen on minulle nöyryyttävää	9	11	24	12	44

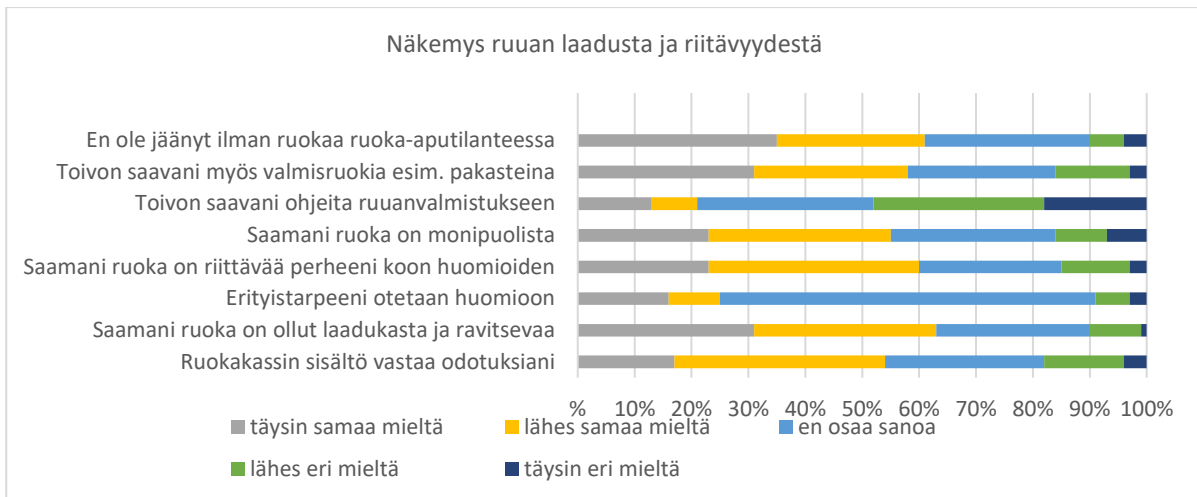
Valtaosa vastaajista koki parhaimpana tapana saada ruokakassi yhteisruokailun yhteydessä ja ns. valmiiksi pakattuna. Yli puolet vastaajista haluaisi itse valita ruokakassin sisällön. Ruokakassin haun ns. jonottamalla hyväksi koki puolet vastaajista, etukäteisilmoituksella kassin noutoa hyvänä piti vajaa puolet ja neljänneksellä ei ollut asiasta näkemystä. Yli puolet asioisi ”kauppamyymälässä” ruuanjakelupisteessä, mutta kolmannes ei osannut sanoa mielipidettään. (Kuvio 4)



Kuvio 4. Ruokakassin noutaminen (%).

Odotukset ruuan laadusta ja riittävydestä

Suurin osa vastaajista koki ruuan laadukkaaksi ja monipuoliseksi ja sitä oli riittävästi. Valmisruokia, esimerkiksi pakasteita, ruokakasseihin mukaan toivoi puolet vastaajista, sen sijaan ruuan valmistusohjeita toivoi vain vajaa neljännes. Neljännes vastaajista oli samaa mieltä siitä, että asiakkaiden erityistarpeet otetaan huomioon ruoka-avussa, mutta yli puolet ei osannut sanoa asiasta mielipidettään. Yli puolet oli sitä mieltä, että ruokakassin sisältö vastasi heidän odotuksiaan (Kuvio 5)



Kuvio 5 Näkemys ruuan laadusta ja riittävydestä (%).

Poimintoja vastaajien avovastauksista liittyen ruuan laatuun ja riittävyteen

- liian usein kaurajugurtteja, sais olla oikeita maitojugurtteja
- toivoisin myös mukaan lihaa, broileria, siis ruokaa, jota voisin lämmittää, eihän se mies oikein osaa itte mitään tehdä
- ruokakassi voisi olla isompi, mutta aamiainen on ihan luxusta!!
- kaikille tasa-arvoiset kassit, ensimmäiset vievät parhaat päältä
- Valmis lämmin ruoka päivän kohokohta!

Tiedon/ tuen tarve ruoka-aputilanteeseen liittyvistä oheistoiminnoista

Suurin osa (59 %) vastaajista toivoi tietoa tai tukea hyvinvoinnin lisäämiseen sekä yksinäisyyden vähenemiseen. Vajaa puolet vastaajista toivoi tietoa terveellisen ruuan valmistukseen. Tuen tarvetta ilmeni myös taloudellisten asioiden, kuten toimeentulotukiasioiden ja raha-asioiden, hoitoon liittyen. Tukea ja tietoa toivottiin myös sairauksien hoitoon, erityisesti fyysisten sairauksien hoitoon. (Taulukko 4)

Taulukko 4. Tiedon ja tuen tarve ruoka-aputilanteeseen liittyvistä oheistoiminnoista (%).

	Ei tuen/tiedon tarvetta	Jonkin verran tuen/ tiedon tarvetta	Paljon tuen/ tiedon tarvetta	En osa sanoa
Asumiseen liittyviin asioihin	59	20	9	12
Hyvinvoinnin lisääntymiseen	32	49	10	9
Yksinäisyyden vähenemiseen	42	35	17	6
Toimeentuloasioihin	45	28	15	12
Raha-asioiden hoitoon	60	18	8	14
Velkatilanteen selvittämiseen	66	10	10	14
Viranomaisasioihin, esim. lomakkeet	54	19	15	12
Terveellisen ruuan valmistukseen	52	31	10	7
Mielenterveysongelmiin	66	12	9	13
Päihdeongelmiin	77	6	5	12
Perheen kriiseihin (sairaus, ero, kuolema)	60	20	7	13
Sairauksien hoitoon, fyysinen sairaus	50	26	13	11

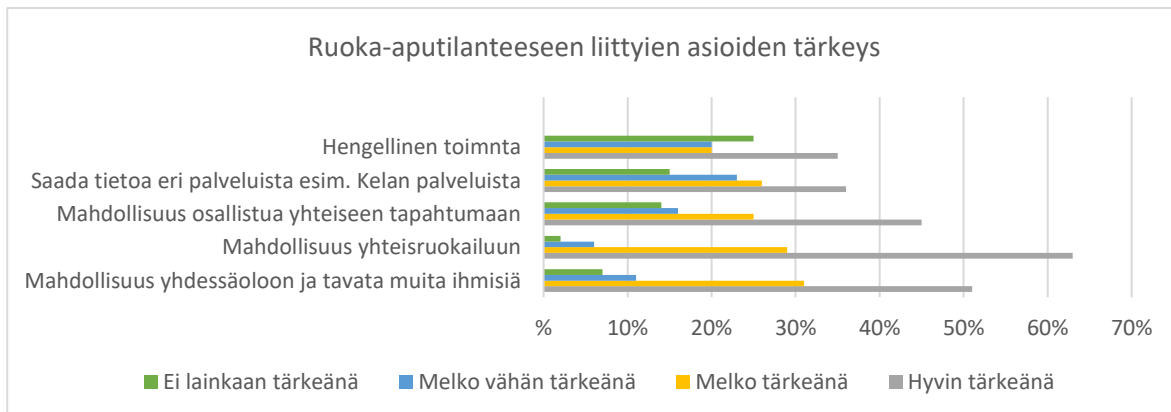
Tärkeiksi koettuja asioita tulevaisuudessa

Lähes jokainen vastaaja koki tulevaisuudessa tärkeänä terveydentilan parantumisen ja tulevaisuuden näkymien vahvistumisen. Myös arjessa selviytymistä pidettiin tärkeänä asiana sekä mielekkään tekemisen löytymistä tulevaisuudessa. Puolet vastaajista piti harrastustoimintaan osallistumista tärkeänä. Sen sijaan työkokeiluun, työhön, koulutukseen ja eläkkeelle pääsemistä noin kolmannes koki tärkeänä. Vapaaehtoistoimintaan osallistumista piti tärkeänä vajaa puolet vastaajista. (Taulukko 5)

Taulukko 5. Tulevaisuudessa tärkeäksi koettu asiat (%).

	Hyvin tärkeänä	Melko tärkeänä	Melko vähän tärkeä	Ei lainkaan tärkeä
Terveydentilan parantuminen	66	29	0	5
Tulevaisuudennäkymien vahvistuminen	56	37	0	7
Arjessa selviytyminen	40	37	12	11
Mielekkään tekemisen löytyminen	44	25	13	18
Työkokeiluun tai kuntouttavaan työhön pääseminen	24	18	8	50
Työhön pääseminen	23	19	10	48
Vapaaehtoistyöhön osallistuminen	18	22	23	37
Koulutukseen pääseminen	13	21	15	51
Eläkkeelle pääseminen	17	11	14	58
Osallistuminen harrastustoimintaan	24	31	15	30

Lähes kaikki (92 %) vastaajat kokivat tärkeäksi yhteisruokailun mahdollisuuden, samoin merkittävänä koettiin mahdollisuus yhdessä oloon ja tavata muita ihmisiä. Tärkeänä nähtiin myös osallistuminen yhteiseen tapahtumaan. Puolet vastaajista koki hengellisen toiminnan tärkeänä liittyen ruoka-aputilanteeseen. (Kuvio 6)



Kuvio 6. Ruoka-aputilaisuuteen liittyvien asioiden tärkeys (%)

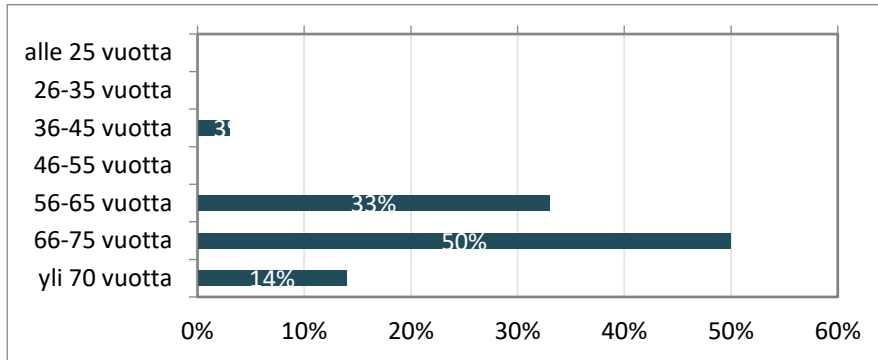
Poimintoja vastaajien avovastauksista liittyen ruoka-aputilaisuuden tärkeyteen:

- *ei saa lopettaa kesäksi, todella hyvä ruoka, mihin me sitten menemme, tää on henkireikä*
- *Lisää pisteitä Okeroinen-Kasakkamäki ei ole mitään, pitkät välimatkat*
- *kaupan lahjakortteja tulisi saada, voisi hakea, kun tarvis*
- *kielivaikeuksia kommunikoida*
- *Ruoka-apu on erittäin tärkeä myös tulevaisuudessa, rahaa vähän kaikki maksaa yksinhuoltajaperheessä*

2.3.2. Vapaaehtoisten näkemyksiä ruoka-aputoiminnasta

Taustatietoja

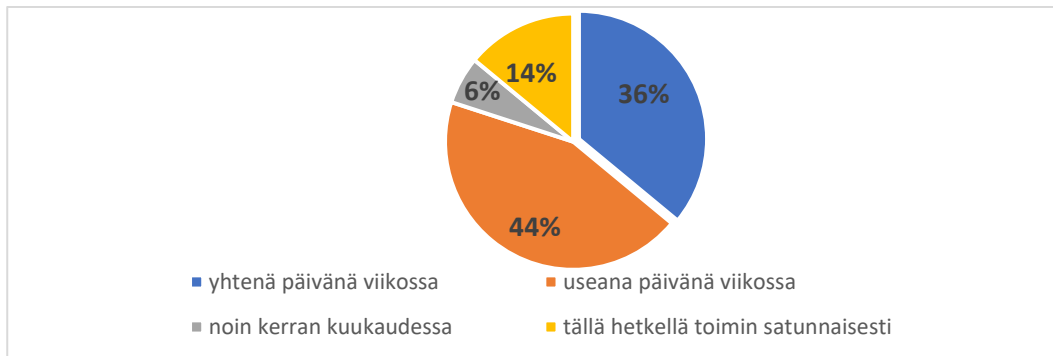
Vastaajista naisia oli 61 % (n=22) ja miehiä 39 % (n=14). Kaikkiaan vastanneita oli 36. Yli puolet vastaajista oli eläkeikäisiä, joista 50 % oli 66–70-vuotiaita ja 14 % yli 70-vuotiaita. Työikäisiä vastaajista oli kolmannes (36 %). (Kuvio 7)



Kuvio 7. Vapaaehtoisten ikäjakauma (%).

Valtaosa vastaajista toimi eri seurakuntien vapaaehtoisina ja vajaa kolmannes toimi järjestöjen/yhdistysten vapaaehtoistoiminnassa. Lisäksi muutama vastaaja työskenteli, esimerkiksi Latukahvilassa tai Missiokaupassa.

Vajaa puolet vastaajista toimi vapaaehtoisena useana päivänä viikossa ja kolmannes oli vapaaehtoistoiminnassa vain kerran viikossa. Satunnaisesti vapaaehtoisena toimi vajaa neljännes (kuvio 8). Suurin osa vastaajista toimi vapaaehtoisena vain yhdessä paikassa ja vajaa puolet heistä toimi 2–3 paikassa.



Kuvio 8. Toimiminen vapaaehtoisena (%).

Motivointitekijöitä vapaaehtoistoimintaan

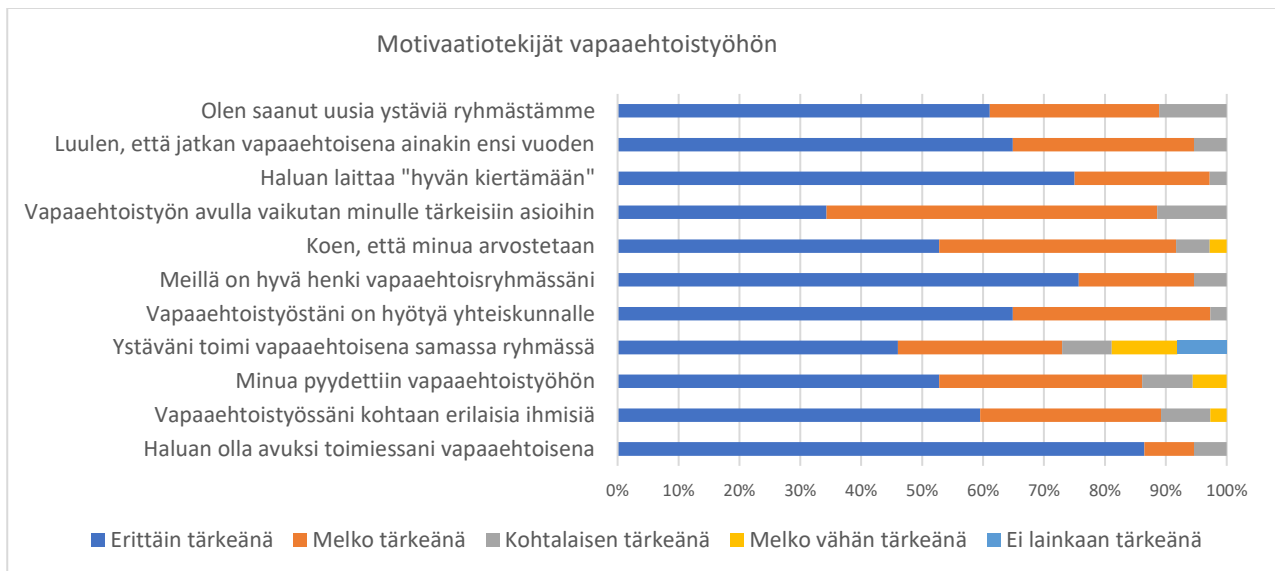
Lähes kaikki (95 %) halusivat olla avuksi toimiessaan vapaaehtoisena. Suurin osa koki, että he haluavat laittaa niin sanotusti ”hyvän kiertämään”. Vapaaehtoistoiminta koettiin myös erittäin hyödyllisenä yhteiskunnalle, ja suurin osa vastaajista koki, että vapaaehtoistoiminnan avulla he pystyvät vaikuttamaan mielestään tärkeisiin asioihin.

Valtaosa vastaajista koki tärkeänä tekijänä sen, että heitä oli pyydetty vapaaehtoistoimintaan, tosin muutaman (6 %) mielestä asialla ei ollut juurikaan merkitystä. Lähes kaikki vastaajat kokivat, että heitä

arvostetaan työssään vapaaehtoisena. Erilaisten ihmisten kohtaaminen koettiin myös erittäin tärkeänä. Yli kolme neljännestä vastaajista koki, että olivat saaneet uusia ystäviä, ja lähes saman verran piti tärkeänä sitä, että oma ystävä toimii samassa vapaaehtoisryhmässä. Toisaalta yli 10 % näki, ettei ystävänsä mukana ololla ollut merkitystä. Erittäin tärkeänä koettiin myös se, että ryhmässä on hyvä henki, ja lähes kaikki vastaajat ajattelivat, että jatkavat vapaaehtoisina ainakin ensi vuoden. (Kuvio 9)

”Arvopohja sama, välitön tunnelma, hyvä henki”

”tiimi tukee toisiaan ...aina oppii jotain... asiakkaat motivoivat”



Kuvio 9. Vapaaehtoistoiminnan motivointitekijöitä (%).

Kokemus vapaaehtoisena toimimisesta

Perehdytys vapaaehtoisena toimimiseen koettiin pääsääntöisesti riittävänä. Lähes kaikki vastaajat kokivat saavansa tukea tarvittaessa työssään. Ryhmäkeskusteluissa ilmeni, että useimmat voivat mennä puhumaan mieltä painavista asioista diakonin kanssa, ja myös palautekeskustelut päivän päätteeksi ryhmässä koettiin hyvänä. Kysymykseen työhajauksen tarpeesta, useimmat vapaaehtoisista vastasivat, ettei sille ole tällä hetkellä tarvetta

”on niin vaikeita asioita, jää joskus miettimään, mut diakoniatyöntekijän puheille voi aina mennä,”

”työnohjaus, ehkä jos tilanteet hankaloituvat”

”on niin hankalia asioita, hyvä jutella lopuksi kahvin ääressä, ei jää kotiin vietäväksi”

Yleisesti koettiin, että ruuanjako on hyvin organisoitu ja sujuu jouhevasti. Parannusehdotuksia mainittiin muun muassa toimitilojen käytännöllisyydestä, esimerkiksi säilytys- ja ns. laskutilat ovat epäkäytännölliset, toisaalta ymmärrettiin, että kirkon tilat eivät ole aikoinaan suunniteltu ruuan jakeluun tässä laajuudessa. Lisäksi toivottiin myös enemmän aikaa keskustella ihmisten kanssa.

”Toimitilat oltava riittävät, laskutilaa, kylmätilat nyt joutuu soveltamaan järjestäessä tarjoiluja ”

”eihän nää tilat ihan ole ...parasta .. joutuu paljon miettiä, mut nää on kirkontiloja ei jakelupisteitä”

Vastauksissa ilmeni paikkakohtaisia eroja muun muassa vapaaehtoisten riittävyydessä, yhdessä toiminnan kehittämisessä diakoniatyöntekijöiden kanssa sekä johtamisessa. Muutamissa paikoissa toivottiin

johtamiselta jäämäkkyttä. Toisaalta koettiin myös, että kaikki toimii ja vapaaehtoiset voivat helpommin valita osallistumispäivänsä, ja vapaaehtoisten välillä toimi WhatsApp-ryhmä, jossa he viestittivät toisilleen esimerkiksi poissaoloista ja äkillisistä esteistä. Vapaaehtoisten huomioiminen ja kiittäminen työstä koettiin merkittävänä.

Poimintoja avovastauksista työn organisoinnista.

- *Hyvä organisointi ja ryhmähenki, motivoitunut porukka, vapaaehtoisia muistetaan kiittää sanallisesti ja konkreettisesti*
- *Pohditaan yhdessä diakonien kanssa, miten voisi toimintaa juuri meillä kehittää,*
- *Johtajuuteen enemmän jäämäkkyttä, välillä aamulla tuntuu, että kaikki on hukassa, miten päivä sujuu, olis tärkeää, että olisi yks palkallinen, joka olisi edes osan aikaa, silloin tällöin mukana olleena ei aina pysy perässä, mitä tehdä*
- *Vapaaehtoisia ei saa pitää itsestänselvyytenä, aina ei saa tunnutusta, ei edes kiitosta*

Yli kolme neljänestä (78 %) koki, että oli oppinut uusia taitoja toimiessaan vapaaehtoisena, esimerkiksi käyttämään laitostiskikoneita tai opastamaan ukrainalaisia työssään. Valtaosa vastaajista koki, että he ovat voineet hyödyntää osaamistaan tai kehittää sitä edelleen vapaaehtoistoiminnassa, tosin vajaa neljännes (17 %) oli vain osittain samaa mieltä. Onnistumisen kokemuksia vapaaehtoisuudessa kokivat lähes kaikki vastaajat. Suurin osa vastaajista oli sitä mieltä, että vapaaehtoistoiminta on antanut heille mielekästä tekemistä arjessa, sisältöä elämään sekä vähentänyt yksinäisyyttä. (Taulukko 6)

Taulukko 6. Kokemus vapaaehtoisena toimimisesta (%).

	Täysin samaa mieltä	Lähes samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Lähes eri mieltä	Täysin eri mieltä
Olen voinut hyödyntää tai kehittää osaamistani vapaaehtoistyössä	50	33	17	0	0
Vapaaehtoistyötäni arvostetaan	73	19	8	0	0
Olen saanut riittävän perehdytyksen vapaaehtoistehtävääni	70	19	11	0	0
Koen, että vapaaehtoistoiminta kuormittaa minua henkisesti	0	3	17	30	50
Koen ajoittain turvattomuutta toimiessani vapaaehtoisena ruoka-aputilanteessa	3	3	0	24	70
Olen saanut onnistumisen kokemuksia	64	25	8	3	0
Vapaaehtoisena toimiminen on antanut sisältöä elämäni	65	30	5	0	0
Olen oppinut uusia taitoja toimiessani vapaaehtoisena	43	35	19	3	0
Työni vapaaehtoisena tarjoaa minulle mielekästä tekemistä arjessa	68	27	5	0	0
Työni vapaaehtoisena on ajoittain fyysisesti kuormittavaa	3	31	33	14	19
Vapaaehtoistyöni on vähentänyt yksinäisyyttäni	40	28	25	7	0
Saan tarvitsemaani tukea toimiessani vapaaehtoisena	51	46	3	0	0

Vajaa neljännes koki, että ajoittain vapaaehtoistoiminta kuormittaa heitä henkisesti. Huolta ilmeni esimerkiksi ruuan riittävydestä asiakkaille. Fyysistä kuormittavuutta työssään koki kolmannes vastaajista ja kolmannes (33 %) oli asiasta osittain samaa mieltä. Tosin kolmannes vastaajista oli eri mieltä työn fyysisestä kuormittavuudesta. (Taulukko 6)

Näkemyksiä vapaaehtoistoiminnan merkityksestä

- *löytynyt elämälle sisältöä, viikkorytmi arjessa, on tekemistä ei niin yksinäistä*
- *On hyvä, kun tietää milloin on mitäkin, ja on aina tieto, mitä minäkin päivänä on ohjelmassa*
- *Hyvä ryhmähenki, käytännön tekemistä, yhteistyö sujuu.*

- *mut voi olla poisikin, jos on muuta menoa eikä tarvitse tuntea huonoa omaatuntoa, mutta harvoinhan me täältä pois ollaan, siitäkin viesti kulkee... on niin hyvä ryhmähenki*

Vapaaehtoistoiminnan taloudellinen merkitys korostui erityisesti ryhmäkeskusteluissa. Vuosittaiset yhteiset virkistyshetket koettiin hyvinä joko ruokailut tai kahvihetket toisessa ympäristössä.

Vapaaehtoiset nostivat esille myös henkilökohtaisesti taloudellisen merkityksen toimiessa ruoka-avun piirissä, vaikka se ei ole ainut syy työn tekemiseen.

- *ilmainen ruoka-apu tai päivän aterian on suuri apu, merkittävänä lisänä, ...on niin pieni eläke*
- *ruokapalkallahan me ollaan, mutta ihan ok, kaikki on niin kallistunut”*
- *Eryteisesti saatava ruoka, ja elintarvikkeet ovat hyvä lisä, ei vain rahat taho riittää*
- *Saa syödä jakelupäivinä sekä ottaa hävikkiruusta jotain mukaan auttaa myös, koska on pieni eläke*

Nuoret mukaan vapaaehtoistoimintaan

Vapaaehtoiset pohtivat ryhmässä, miten saataisiin enemmän nuoria mukaan vapaaehtoistoimintaan.

Yleisesti huomioitiin, että ruoka-aputoiminta tapahtuu pääsääntöisesti päiväsaikaan, jolloin nuoret ovat koulussa tai työelämässä. Tiedon lisäämistä ruoka-aputoiminnasta nuorten keskuudessa pidettiin tärkeänä ja toiminnasta voitaisiin informoida kouluissa, ja vapaaehtoiset voisivat käydä myös puhumassa työstään nuorille esimerkiksi yhteiskuntaopintunnilla.

Työtä pitää markkinoida nuorille myös heidän omissa kanavissaan, esimerkiksi somessa ja Facebookissa. Toisaalta pohdittiin, että ruoka-aputoiminta tapahtuu usein kirkon tiloissa, ja nuorille sana kirkko saattaa merkitä vain messua, joten olisi hyvä saada nuorille tietoa enemmän seurakunnan monista tehtävistä ja ryhmistä. Yhteistyötä tulisi myös lisätä koulujen kanssa, esimerkiksi TeT-päivinä, tai tutustumiskäynteinä ruoka-apupisteisiin. Kutsut tulisi lähettää somessa, jolloin tavoitettaisiin suurempi joukko.

- *saavat hyvän perehdytyksen ja siitä onnistumisen iloa ja tunnetta myös tulevaan elämään, työhön, kertoo, kuinka tämä antaa elämän sisältöä ja hyvää mieltä.*
- *suurempia porukoita mukaan kerralla, kaverin lähtemisellä mukaan on merkitystä, myös työelämän ulkopuolella olevia nuoria tulisi saada mukaan toimintaan.*
- *nuoria pitää kuunnella ja kunnioittaa ja kannustaa, heidän omalla tyylillensä, saivat onnistumisen kokemuksia ja iloa ja aineksia tulevaan elämään*
- *onhan nuoria kotonakin. Ne pitäisi saada mukaan, pois sieltä tietokoneiden ääreltä, kai se on yhteistyökysymys*

2.4. Yhteenveto tuloksista

Valtaosa asiakaskyselyyn vastaajista oli eläkeikäisiä ja kolmannes heistä oli yli 75-vuotiaita. Naisia vastanneista oli yli puolet. Ikäjakauma on ymmärrettävä, koska asiakaskyselyn otanta tapahtui yhteisruokailuissa joko aamupala- tai lounastarjoiluissa. Suurin osa asiakkaista oli yksinasuvia, kolmannes oli

parisuhteessa ja lapsiperheitä oli vain muutama. Useimmat vastaajat olivat käyneet ruoka-avussa yhdestä kolmeen vuoteen.

Keskeisimmiksi syiksi ruoka-avussa käynnissä nousivat taloudelliset asiat ja yksinäisyys, sillä toisten ihmisten tapaaminen, yhdessäolo ja mahdollisuus yhteisruokailuun koettiin erittäin merkittäväksi. Keskeisin tietolähde ruoka-aputoiminnasta, olivat ystävät ja tuttavat sekä lehdet, myös ilmaislehdet. Viranomaisilta ja internetistä tiedon oli saanut vain muutama asiakas.

Pääsääntöisesti asiakkaat olivat tyytyväisiä ruokailuun, hyvä, lämmin ruoka koettiin erittäin positiivisena asiana. Ruokaa pidettiin myös laadukkaana ja monipuolisena, toisaalta toivottiin myös valmisruokia mukaan, erityisesti ruokakasseihin. Ruokailun jälkeen mahdollisten ruokakassien jakoon toivottiin tasapuolisuutta. Puolet asiakkaista asioisivat mielellään myös niin sanotussa ”kauppatyylisessä” ruoka-apupisteessä.

Tukea ja tietoa toivottiin hyvinvoinnin lisäämiseen, sairauksien hoitoon, yksinäisyyden vähenemiseen sekä taloudellisten asioiden hoitoon. Tulevaisuudessa merkittäviksi asioiksi nousivat terveydentilan paraneminen, arjessa selviytyminen sekä mielekkään tekemisen löytyminen. Myös vapaaehtoistoiminta nousi yhdeksi mahdollisuudeksi.

Vapaaehtoisten kyselyyn ja haastatteluihin osallistuneista naisia oli yli puolet. Kaikista vastanneista eläkeläisiä oli yli puolet ja kolmannes oli työikäisiä. Valtaosa heistä toimi seurakuntien vapaaehtoisina, mikä on ymmärrettävää, koska otanta tapahtui pääsääntöisesti seurakuntien ruoka-apupisteissä.

Keskeisiksi asioiksi, jotka motivoivat vapaaehtoisia työssään, nousivat seuraavat asiat: toiminta koetaan hyödylliseksi ja he pystyvät vaikuttamaan heille tärkeisiin asioihin ja haluavat laittaa niin sanotusti hyvän kiertämään. Tärkeä näkökohta oli myös, että heitä oli pyydetty vapaaehtoistoimintaan. Sen sijaan sillä, että ystävä toimi samassa ryhmässä ei ollut kaikille vastaajille merkitystä. Hyvä ryhmähenki ja se, että tapaa erilaisia ihmisiä, olivat myös tärkeitä asioita, joiden vuoksi useimmat halusivat jatkaa vapaaehtoisena. Vapaaehtoiset kokivat merkittävänä lisänä myös taloudellisen näkökulman työssään, ilmaisen aterian ja sen, että he saivat ottaa mukaansa ylimääräiselintarvikkeita.

Pääsääntöisesti vapaaehtoiset kokivat työn organisoinnin hyvänä. Ajoittain työ tuntui raskaalta niin henkisesti kuin fyysisesti, etenkin jos vapaaehtoisia oli liian vähän tai johtamiseen toivottiin enemmän jämäkkyyttä. Kuitenkin päivien haastavien tilanteiden purkaminen onnistui joko keskustellessa diakoniatyöntekijän kanssa tai ryhmässä yhteisen kahvihetken parissa. Tällä hetkellä vapaaehtoiset eivät kokeneet tarvetta varsinaiselle työnohjaukselle. Nuoria toivottiin enemmän mukaan vapaaehtoistoimintaan.

Tämän selvityksen tulokset ovat suuntaa antavia asiakkaiden ja vapaaehtoisten näkemyksistä Lahden alueen ruoka-aputoiminnasta. Syvällisempää tietoa asiasta saataisiin laadullisella tutkimuksella, esimerkiksi haastatteleamalla asiakkaita ja analysoimalla tuloksia erilaisilla monimuuttujamenetelmillä.

3. Johtopäätökset

Epävarma yhteiskunnallinen tilanne, Ukrainan sodan vaikutukset ja elin- ja energiakustannusten nousu näkyvät niin valtakunnallisesti kuin Lahden ruoka-avun toiminnassa. Ruoka-avun asiakaskunta on moninainen, ja asiakasmäärät ovat kasvaneet. Tämänkin selvityksen mukaan taloudelliset vaikeudet nousivat yhdeksi tärkeämmistä syistä turvautua ruoka-apuun. Toisena merkittävänä syynä ilmeni yksinäisyys. Yhteiset ateriat mahdollistivat muiden ihmisten tapaamisen ja yhdessäolon, mikä koettiin erittäin tärkeänä. Selvitykseen osallistui paljon yksinasuvia, joten toisten ihmisten tapaaminen ruokailun

yhteydessä luo myös sosiaalisen tapahtuman, mikä lisää osallisuutta ja yhteisöllisyyttä. Huoli ilmeni mahdollisuudessa tavata muita ihmisiä, esimerkiksi yhteisruokailujen kesätauon aikana.

Selvityksen mukaan tärkeimmäksi tietolähteeksi ruoka-aputapahtumista nousivat ystävät tai tuttavat ja lehdet, sisältäen myös ilmaislehdet. Internetistä tietoa oli etsinyt vain murto-osa vastaajista. Toisaalta tulos tiedonlähteistä ei hämmästyttä, koska selvityksen otantana olivat eläkeikäiset ja useimmat heistä yli 75-vuotiaita, eli kaikille internetin käyttö ei ole itsestäänselvyys. Tiedon puute ruoka-aputoiminnasta nousi esille jo vuonna 2013 Sosiaalialan osaamiskeskus Verson tekemässä Lahden ruoka-apuselvityksessä (Kuusinen-James & Saastamoinen 2013) sekä Poutiaisen (2022) selvityksessä Ruoka-aputoiminta Lahdessa.

Tänä vuonna Lahden Diakonialaitos on päivittänyt nettisivustoa Lahden ruoka-aputoimijoista sekä heidän tapahtumistaan, ja tarkoitus on jatkossa siirtyä edelleen sähköiseen tietojärjestelmään, esimerkiksi valtakunnalliseen Ruoka-apu.fi-sivustoon. Toisaalta paikallisilla, esimerkiksi ilmaislehtien ilmoituksilla näyttäisi olevan vielä paikkansa muiden tietokanavien rinnalla, ainakin Lahden keskustan ulkopuolella.

Valtaosa ruoka-avun asiakkaista oli tyytyväisiä ruoka-aputarjontaan, ja tulos tukee Alppivuoren (2021) selvityksen tulosta ruoka-apuasiakkaiden tyytyväisyydestä. Erityisesti aamupalatarjoilut koettiin erittäin myönteisinä ja positiivisina. Pientä kritiikkiä ilmeni ruokakassien jaosta, ja niiden sisällön tasapuolisuudesta. Tähän asiaan monet seurakunnat ovat jo reagoineet, vaihtamalla kassien jakojärjestystä, esimerkiksi pöytäkunnittain.

Asiakkaiden kohtelu ruoka-aputilanteissa koettiin myönteisenä ja oikeudenmukaisena. Puolet vastaajista koki hengellisen toiminnan, esimerkiksi lyhyen hartaushetken, merkittäväksi, kun se liittyi ruoka-aputilanteeseen. Myöskään Salosen (2016) tutkimuksessa asiakkaat eivät kokeneet esteenä sitä, että ruoka-apua tarjottiin kirkon tiloissa, ja tilaisuuteen saattoi liittyä uskonnollisävytteistä ohjelmaa.

Ruoka-avussa asiointia ei juurikaan pidetty nöyryyttävänä. Laihialan (2018) tutkimuksen mukaan lähinnä naiset ja korkeasti koulutetut henkilöt tunsivat eniten häpeää siitä, että turvautuivat ruoka-apuun. Toisaalta useat avunsaajista olivat ehtineet sopeutua tilanteeseen, eivätkä kokeneet avun saannin leimaavan itseään.

Selvitykseen osallistuneet vapaaehtoiset olivat hyvin motivoituneita ja sitoutuneita työhönsä, (vrt. Lehto 2017, Ahstedt ym. 2018). Pääsääntöisesti perehdytys, työn organisointi ja diakoniatyöntekijöiden ja muiden vapaaehtoisten tuki auttoivat vaikeiden asioiden selviteltyssä. Varsinaiselle työnohjaukselle ei koettu tarvetta tällä hetkellä. Työnohjauksen mahdollisuus ja vapaaehtoisten huomioiminen arjen kiireessä tulee pitää mielessä vastaisuudessa, sillä vapaaehtoiset ja heidän jaksamisensa ovat monille ruoka-aputoimijoille todellinen voimavara toiminnan toteutuksessa.

Ajoittain vapaaehtoiset kokivat työnsä myös fyysisesti raskaana, ja toivoivat nuoria enemmän ruoka-avun piiriin. Vapaaehtoisten työ ruoka-aputoiminnassa on hyvin hetkistä, eivätkä tilat aina parhaiten sovellu ruuan massajakeluun. Tietoa ruoka-aputoiminnasta ja yhteistyömahdollisuuksista tulisi jakaa oppilaitoksille ja kaupungin TE-toimistoon. Ruoka-aputoiminta voi tarjota erilaisia työllisyys- ja koulutusmahdollisuuksia esimerkiksi niin sanotussa kauppatyylisessä ruoka-apupisteessä, sekä toisaalta auttaa esimerkiksi vierasmaalaisten työllistymistä sekä kotoutumista. (vrt. Itkonen-Röppänen 2010)

Asiakkaat toivoivat tietoa tai tukea niin tällä hetkellä kuin tulevaisuudessakin hyvinvointiin, arjessa selviytymiseen, terveyden- ja sairaanhoitoon kuin myös yksinäisyyden vähentämiseen sekä taloudellisten asioiden hoitoon. Rakentavalla yhteistyöllä ja palveluohjauksella eri toimijoiden niin hyvinvointialueen terveyden kuin sosiaalipuolen kanssa, unohtamatta esimerkiksi Kelan edustusta, voidaan vastata pitkälti näihin asioihin. Pääkaupunkiseudulla niin Helsingissä kuin Vantaalla yhteistyöllä sosiaalipalveluiden ja Kelan

edustajien kanssa on saatu merkittäviä tuloksia ruoka-avun asiakkaiden hyvinvoinnissa, sillä osalla asiakkaista on sekä sosiaalisia että terveydellisiä ongelmia. (mm. Poutiainen 2022) Tällä hetkellä Päijät-Hämeen alueella toimii useita tahoja, jotka työskentelevät ruoka-avun piirissä, joten yhteistyö ja eri näkökulmien huomioon ottaminen heidän kanssaan ovat merkittäviä, kun kehitetään Lahden ruoka-aputoimintaa.

LÄHTEET

- Ahlstedt, A-M, Korhonen M, Liukkonen M, Koistinen-Karhu T. 2018. Vapaaehtoistoiminnan merkitys tekijälleen ” Jos ihmiset tietäis, miten hauskaa tämä on, meitä ois paljon enemmän” Lahden Ammattikorkeakoulu. Sosiaalipedagoginen aikuistyö ja perhetyö.
- Alppivuori, K. 2021. Mitä kertovat ruoka-apua hakevat ihmiset. Espoolainen ruoka-apu, avun tarve ja palvelukokemukset ruoka-avun hakijoiden näkökulmasta. Espoo: Espoon kaupunki. [https://www.espoo.fi/Fi-FI/Espoon_kaupunki/Tietoa_Espoosta/Julkaisut_\(Viitattu_4.9.2023\)](https://www.espoo.fi/Fi-FI/Espoon_kaupunki/Tietoa_Espoosta/Julkaisut_(Viitattu_4.9.2023))
- Harrison, Eric & Kaustell, Kim & Silvennoinen Kirsi 2020 Ruoan uudelleenjakelu ja ruokahävikin vähentäminen. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus 31/2020: Helsinki: Luonnonvarakeskus.
- Itkonen, O., Röppänen, A. 2010. Maahanmuuttajien kokemuksia vapaaehtoisena toimimisesta ja sen vaikutuksista heidän kotouttamiseensa. Opinnäytetyö. Fysioterapian koulutusohjelma, Toimintaterapian koulutusohjelma. Kuopio: Savonia Ammattikorkeakoulu.
- Karjalainen J, Hossain-Karhu R, Marjamäki P, Sinkkonen A. 2021. Ruoka luo yhteyden, ruoka-apu hyvinvointivaltiossa. Socca, Pääkaupungin sosiaalialan osaamiskeskus.
- Kuusinen-James, K. & Saastamoinen, A-R. 2013. Leipäjonoja vai kynsiä. Tutkimus Lahden leipäjonoissa. Lahti: Sosiaalialan osaamiskeskus Verso.
- Lahden seurakuntayhtymä/Diakonia 2022.
- Laasanen, J. 2011. Vapaaehtoistyön kansantaloudelliset vaikutukset. Mannerheimin Lastensuojeluliitto, Suomen 4H-liitto, Suomen Pelastusalan Keskusjärjestö, Suomen Punainen Risti. Raportteja 70. Helsingin yliopisto. Ruralia-instituutti [https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/225281/Raportteja70.pdf?sequence=1_\(Viitattu_6.9.2023\)](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/225281/Raportteja70.pdf?sequence=1_(Viitattu_6.9.2023))
- Laihiala, T. 2018. Kokemuksia ja käsityksiä leipäjonoista. Huono-osaisuus, häpeä ja ansaitsevuus. Publications of the University of Eastern Finland. Dissertations in Social Sciences and Business Studies, 163. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto.
- Laihiala, T. & Nick, R. 2020. Koronakriisin vaikutukset ruoka-apuun keväällä 2020. Ruoka-apu.fi [https://ruoka-apu.fi/wp-content/uploads/2021/12/Koronakiirsin-vaikutukset-ruoka-apuun_Laihiala-ja-Nick-2020pdf_\(Viitattu_6.9.2023\)](https://ruoka-apu.fi/wp-content/uploads/2021/12/Koronakiirsin-vaikutukset-ruoka-apuun_Laihiala-ja-Nick-2020pdf_(Viitattu_6.9.2023))
- Lehto L. 2017. Samanarvoisia tiskin molemmin puolin. Etnografinen tutkimus ruoka-avun vapaaehtoistyöstä, Pro Gradu -tutkielma Yhteiskuntapolitiikka Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos Jyväskylän yliopisto.
- Marjovuori A. 2014. Vapaaehtoistyön ytimessä järjestömuotoinen vapaaehtoistyö sosiaalisten representaatioiden näkökulmasta. Helsingin yliopisto valtiotieteellinen tiedekunta.
- Mykkänen-Hänninen, R. 2007. Vapaaehtoistyön rajapinnoilla. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia julkaisuja. Sarja B: Oppimateriaalit 6. Helsinki: Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia.
- Ohisalo, Maria 2017. Murusia hyvinvointivaltion pohjalla. Leipäjonot, koettu hyvinvointi ja huono-osaisuus. Publications of the University of Eastern Finland. Dissertations in Social Sciences and Business Studies, 148. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto.
- Ohisalo, M & Määttä A. 2014. Viimeisen luukun jälkeen – ruoka-avussa käyvien paikka julkisessa palvelu- ja tulonsiirtoverkossa. Teoksessa Ohisalo, M. & Saari J.(toim.) Kuka seisoo leipäjonossa? Ruoka-apu 2010-luvun Suomessa. Kunnallissalan kehittämissäätiön Tutkimusjulkaisusarja, julkaisu 83. Vammalan Kirjapaino Oy ss 42–58.
- Ohisalo, M & Saari, J. 2014. Johtopäätökset. Teoksessa Ohisalo, M. & Saari (toim.) Kuka seisoo leipäjonossa? Ruoka-apu 2010- luvun Suomessa. Kunnallissalan kehittämissäätiö, Tutkimusjulkaisu, julkaisu 83. Vammalan kirjapaino Oy. ss 109–114.
- Passoja, J. 2023. Ruoka-avun tilannekatsaus kevät 2023. <https://ruoka-apu.fi/wpcontent/uploads/2023/05/Ruoka-avun-tilannekatsaus-2023.pdf>. (viitattu 2.10.2023)

Pessi, A. B. & Oravasaari, T. 2011. Suomalaisen altruismin tyypit. Auttamisen kolme muotokuvaa. Teoksessa Pessi A.B. & Saari, J. (toim.) Hyvien ihmisten maa: Auttaminen kilpailukyky-yhteiskunnassa. Diakonia-ammattikorkeakoulu Tutkimuksia 31. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu. ss.71–90.

Poutiainen, H. 2022. Lahden ruoka aputoiminta. https://dila.fi/.../uploads/2023/01/final_ruoka_apu_selvitys_... · PDF tiedosto

Salonen, Anna-Sofia 2016. Food for the Soul or Soul for the Food. Users' perspectives on Religiously Affiliated Food Charity in Finnish City. Väitöskirja. Helsingin Yliopisto, Teologinen tiedekunta.

Siiki, A. 2008. Myllypuron ruokajono – esimerkki hyvinvointiköyhyydestä. Teoksessa Hänninen, S., Karjalainen, J., Lehtelä, K-M, Silvasti T. (toim.) Toisten pankki. Ruoka-apu hyvinvointivaltiossa. Stakes. Jyväskylä. ss 127–161.

Valtiovarainministeriö. 2015. Vapaaehtoistyö, talkootyö, naapuriapu - kaikki käy. Vapaaehtoistoiminnan koordinaatiota ja toimintaedellytysten kehittämistä selvittävän työryhmän loppuraportti. Valtiovarainministeriö.

Valtiovarainministeriön julkaisuja 39/2015. <https://vm.fi/-/vapaaehtoistyö-talkootyö-naapuriapu-kaikki-kay> (viitattu 2.10.2023)

Haastattelu:

Hanne-Kaisa Varjonen 14.3.2023

vs. diakoniatyöntekijä

Nastolan ev.lut.srk.

hanna-kaisa.varjonen@evl.fi