

# Esteettömän ja monimuotoisen luontovirkistys alueen toteuttamien Kainuussa

## Esimerkkimerkkikohteena Syntiniemi, Sotkamo

Kainuun matkailuyrittäjät  
ja kyläyhdistykset

Ma 13.4.2026 12.30 – 14.30

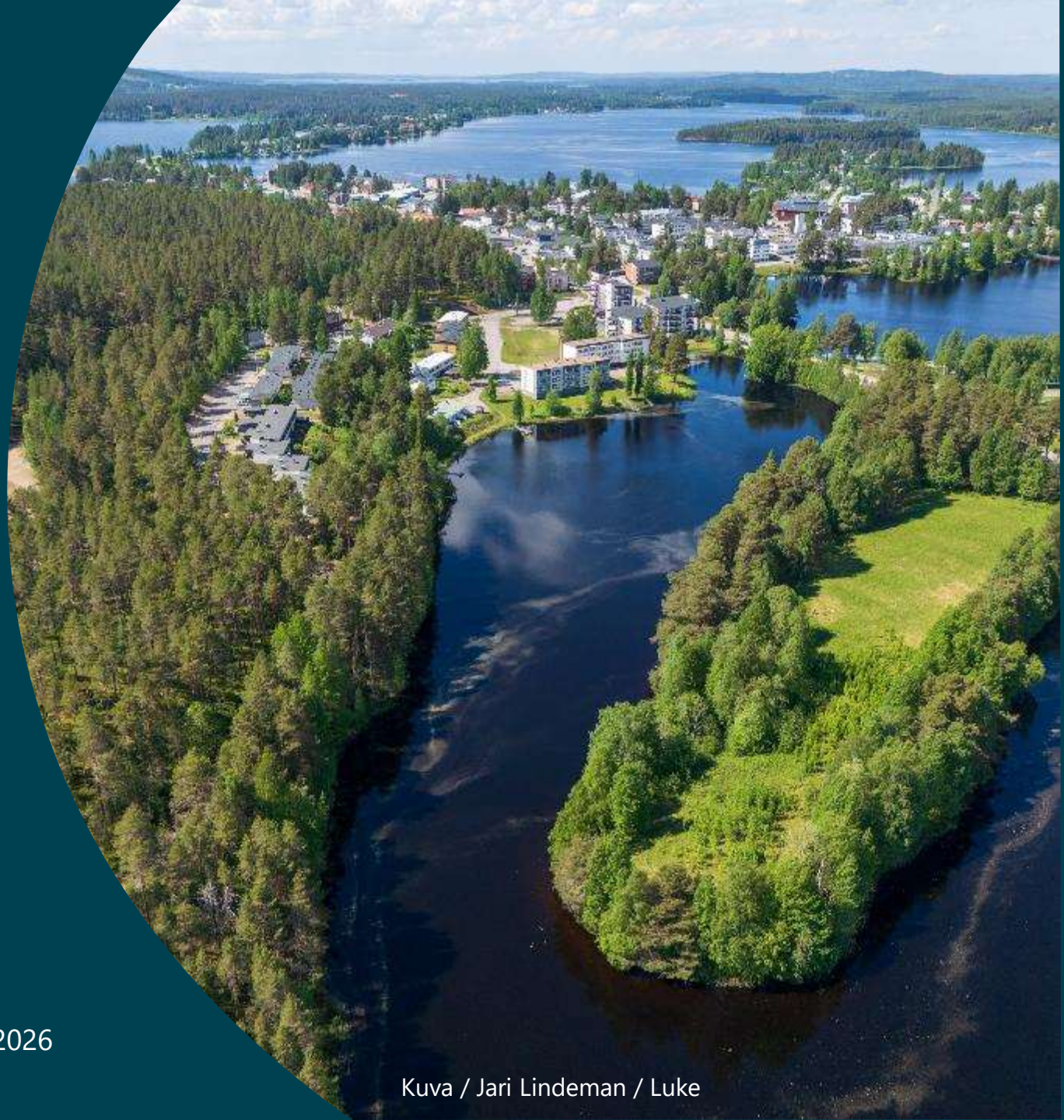


Plate Luonto – hanke  
Katja Keränen ja Anu Rätty Luonnonvarakeskus 13.4.2026

Kuva / Jari Lindeman / Luke

# Planetaarinen Terveys – hankkeet

1.4.2024 – 31.12.2026



SOTKAMON SEURAKUNTA 



Euroopan unionin  
osarahoittama

# Planetaarinen Terveys – hankkeet

1.4.2024 – 31.12.2026

## 1. PLATE Syntiniemi (Sotkamon kunta)

Pilottokohte: Esteetön ja monimuotoinen luontovirkistysalue syntiniemeen, jota hyödynnetään toimimalleissa  
Maaseuturahaston Yleishyödyllinen ympäristö- ilmasto hanke  
luonnon monimuotoisuuden kehittämiseksi

## 2. PLATE Luonto (Luonnonvarakeskus)

Luonnon hyvinvoinnin ja monimuotoisuuden hoitaminen  
Virkistysalueen suunnittelu ja toteutustyö yhteistyössä  
Sotkamon kunnan, seurakunnan ja yrittäjien kanssa - toimintamalli  
Syntiniemen maisema – ja yleissuunnitelma  
Maaseuturahasto / Tiedonvälitys - hanke

## 3. PLATE Ihminen (Kajaanin ammattikorkeakoulu, Luonnonvarakeskus) Osallisuuden ja yhteisöllisyyden lisääminen

Ihmisen hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen liittyvän osaamisen kehittäminen luomalla luontoon perustuvia palvelumalleja hyte ammattilaisille  
ESR+ / Kehittäminen ja koulutus - hanke



Jatkoa Terveysmetsämallit työ- ja toimintakyvyn edistämässä - hankkeelle

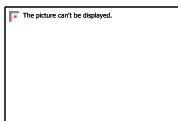


Kuva / Jari Lindeman / Luke

# Planetaarinen terveys luontoympäristön hyvinvoinnissa Plate Luonto - hanke

TAVOITTEET 1.4.2024 – 31.12.2026

- nostaa Planetaarinen Terveys eli ihmisen ja luonnon välinen terveysyhteys lähtökohdaksi luontoaluesuunnitteluun, -toteutukseen ja hoitoon
- Edistää samanaikaisesti ihmisen hyvinvointia ja luonnon kestävyystavoitteita
- asukkaiden, yritysten, suunnittelijoiden ja viranomaisten välisen yhteistyön lisääminen
- tiedon lisääminen luontoympäristön tilasta ja – hoidosta
- Suunnittelijoiden, osallistujien ja käyttäjien osallistaminen alueen luonnonsuojeluun



**Euroopan maaseuturahaston**  
Tiedonvälityshanke Kainuussa  
155 000 € - > EU 43 % / Valtio 52 % / Luke 5 %



## KOHDERYHMÄ

luontovirkistysaluetta suunnittelevat, rakentavat ja ylläpitävät **maanomistajat tai vuokraajat; kunnat, seurakunnat, järjestöt ja yrittäjät.**

**Kuntatason toimialat:** kaavoitus yleis- ja asemakaavataso, rakentaminen, ympäristö, virkistys ja liikunta, viher- ja vesialueiden hoito.

# Planetaarinen Terveys on uusi terveyden ja hyvinvoinnin lähestymistapa

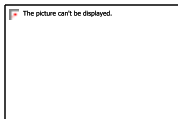
## Luonto

- v *ylläpitää elämää* - vesi, happi ja ravinto
- v *suojaa* tulvilta, myrskyiltä ja muilta sään ääri-ilmiöiltä
- v *vahvistaa* ihmiskehon mikrobistoa ja *suojaa* sairauksilta
- v *virvistää*

## Ympäristön heikentävä tila uhkaa terveyttä ja hyvinvointia - > Tarvitaan paikallista kehittämistyötä!

- ❖ Tarvitaan uusia ratkaisuja terveyden edistämiseksi
- ❖ Tarvitaan kestävää paikallista päätöksentekoa alueiden suunnittelussa

## Kohti kokonaisvaltaista kestävää yhteiskuntaa



Olemme osa luontoa ja tiiviisti kytköksissä luontoympäristöön. Luonto edistää tutkitusti ihmisen hyvinvointia ja terveyttä. Ihmisen ja muun luonnon välillä on hyvinvointi yhteys.

Ilmastonmuutos, luontokato ja ympäristön saastuminen heikentävät ihmisten terveyttä.

Monimuotoinen luonto voi tarjota mahdollisuuden positiivisiin terveys- ja hyvinvointivaikutuksiin.

Vastavuoroisesti meidän tulee pitää huolta luontoympäristön hyvinvoinnista, jotta voisimme hyvin.

# Planetaarinen Terveys

Luonto edistää tutkitusti ihmisen hyvinvointia ja terveyttä. Ihmisen ja muun luonnon välillä on hyvinvointi yhteys. **Olemme osa luontoa ja tiiviisti kytköksissä luontoympäristöön.** Jos luonto voi huonosti niin voimme mekin.

Vastavuoroisesti **meidän tulee pitää huolta luontoympäristön hyvinvoinnista,** jotta voisimme hyvin. Tutkitusti mielipaikka luonnossa kasvattaa halua suojella luontoa.

Ihmisten pahoinvointi on lisääntynyt - **tarvitsemme uusia keinoja lisätä hyvinvointia ja terveyttämme** - luontoperustaisia toimintamalleja ammattilaisille ja ihmisille.

Tutkitusti lähiluontoalueet ovat ihmisille tärkeimpiä - **tarvitsemme lisää monimuotoisia ja saavutettavia lähiluontoalueita taajamien yhteyteen.**



# Syntiniemen yleiskuvaus

Syntiniemi on maisemallisesti kaunis ja kaikille saavutettavissa oleva **monimuotoinen** luontokohde, jossa yhdistyvät vesistön läheisyys, metsän siimekset ja paikallisesti arvokas perinnebiotooppiinitty Sotkamon taajaman yhteydessä.

*Sotkamon kunta* on vuokrannut alueen *Sotkamon seurakunnalta* kuntalaisten ja matkailijoiden virkistysalueeksi 40 vuodeksi.

Syntiniemi tarjoaa yhteyden paikalliseen luontoon, maisemahistoriaan ja luonnon monimuotoisuuden vaalimiseen – kaikille avoimena ja arvokkaana paikkana.



# Millaisia vahvuuksia Syntiniemi alueella on?

## Yleisökuuleminen 22.4.2024

*“Kylän sydän”*

*“Keskustan hiomaton timantti”*

*“Luontohelmi taajaman sylissä”*

*“Makoinen hedelmä”*

- **HISTORIA**  
Monipuolinen historia nimeä myöten > historia esille!  
Kulttuuri - ja perinnemaisema
- **SIJAINTI**  
Lähellä keskustaa ja saavutettavissa, silti sopivan syrjässä, kytkeytyy hyvin muihin lähistön reitteihin, hautausmaa vastapäätä ja hieno mäntymetsärinne > rauhallisuuden tyyssija, ääni hukkuu kun menee niemen nokkaan
- **KAUNEUS**  
Kaunis luonto, hienot ikimännyt ja jyhkeät maisemapuut ja vesistönäkymät
- **PIENEN ALUEEN MONIPUOLISUUS**  
monta luonnon elementtiä (niittyä, vanhoja puita, vettä, rantaa, perinnekasveja), linnusto, pajukoissa viihtyvät hyönteiset
- **KOSKEMATTOMUUS JA LUONNONVARAISUUS**  
Säilynyt alkuperäisessä muodossa > hyvin suunniteltuna ”makoinen hedelmä”, luonnon kukat, valmis niitty
- **MAASTOELEMENTIT**  
Hieno muoto, Tasainen > sopii esteettömyyteen, maaston vaihtelevuus, vesistö ympäröi, sopivan tilava (sopii lampaat ja vaikka nuotiopaikka niemen päätyyn)
- **MAHDOLLISUUDET**
  - Hyvä onkipaikka
  - Mahdollisuus luontosuhteen luomiseen lähellä ja saavutettavasti
  - Muuhun ulkoiluverkostoon liittäminen (jäätie, lauttayhteys)
  - Parkkialue kirkon pihassa
  - Sopiva paikka ympäristötaiteelle

# Syntiniemi – paikallisesti arvokas perinnebiotooppi

Avoin tai puustoisia luontotyyppi, jonka omaleimainen rakenne ja lajisto ovat muovautunut perinteisen karjatalouskäytön myötä

Laidunnus ja niitto ovat luoneet ihanteelliset olosuhteet valosta, lämmöstä ja avoimuudesta hyötyville kasveille ja hyönteisille

Lähtökohtaisesti monimuotoinen

Kaikkein uhanalaisimpia luontotyyppejä Suomessa, suurin osa jopa äärimmäisen uhanalaisia

Huomattava osa Suomen uhanalaisista kasvi- ja hyönteislajeista elää perinnebiotoopeilla.



SOTKAMON SEURAKUNTA 



Euroopan unionin osarahoittama



Kuva / Katja Keränen / Luke

# Syntiniemi – paikallisesti arvokas perinnebiotooppi

Syntiniemen luonnon monimuotoisuus oli taantumassa hoidon puutteen vuoksi

## Hoidon päätavoitteet

1. Maiseman, maisemapuiden ja lahopuiden säilyttäminen
2. Korkean rehevän ruohokasvuston ja vesakkojen vähentäminen raivaamalla ja laiduntamalla
3. Vieraslaji kurturuusun poistaminen
4. Ranta annetaan olla koskemattomana

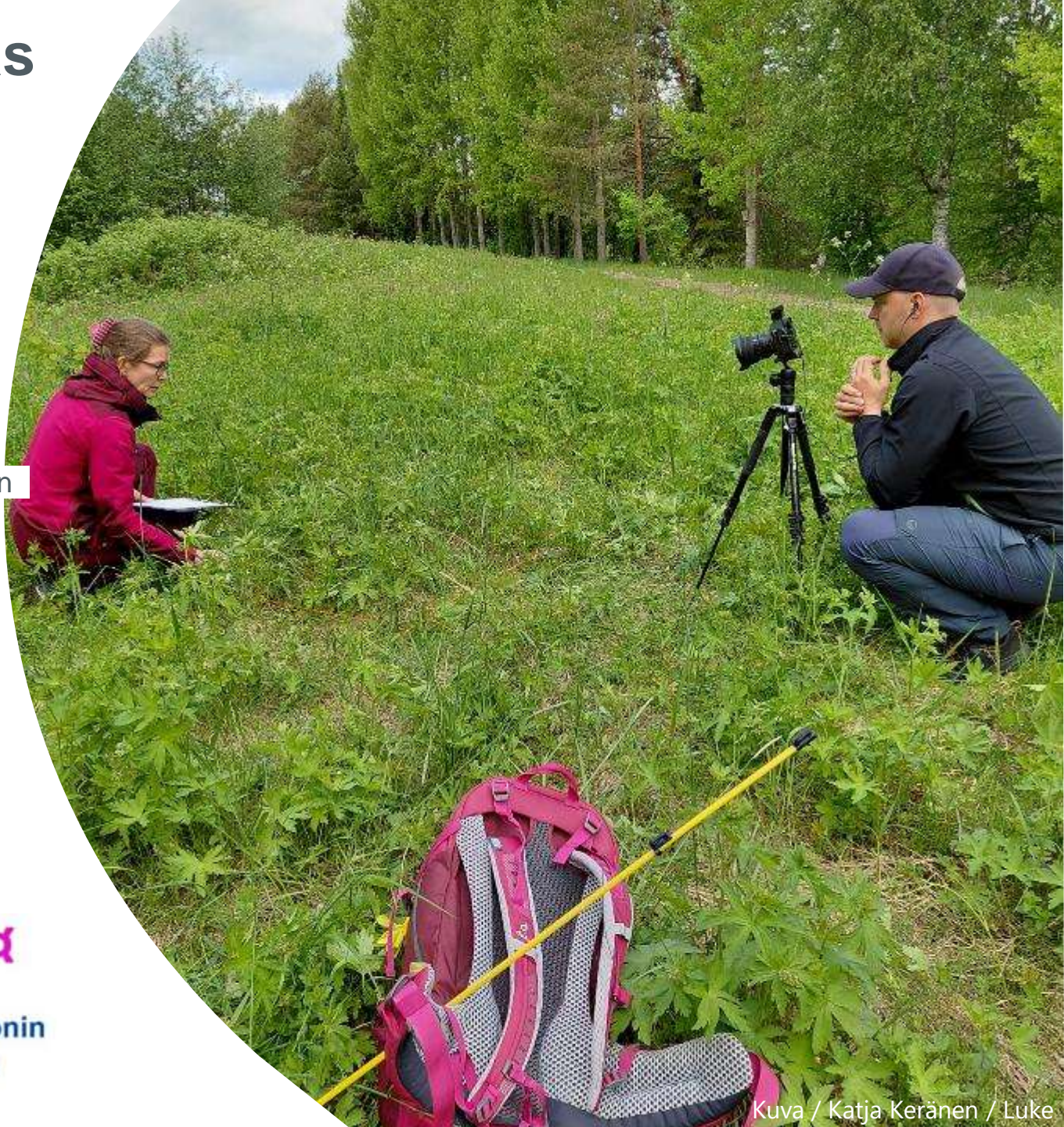
Syntiniemen monimuotoisuutta seurataan **Luonnonvarakeskuksen** kasvilaji- ja mikrobitutkimuksin.



SOTKAMON SEURAKUNTA 



Euroopan unionin osarahoittama



# Syntiniemen luonto

Syntiniemi on pohjavesialuetta.  
Jyrkkien rantojen kasvillisuus on hyvässä kunnossa.  
Niemen keskellä on niitty ja sen reunoilla sekametsää.

## Niitty

Niittylajeja; *nurmitädyke, särmäkuisma, kissankello, ahopukinjuuri, päivänkakkara, nurmihärkki, tuoksusimake, hiirenvirna ja ahomansikka*

Muita lajeja olivat mm. *metsäkurjenpolvi, puna-ailakki, niittysuolaheinä, niittyleinikki ja paimenmatara*

*Mesiangervo, koiranputki, haavan – ja lepät taimet sekä vadelma* ovat vallanneet tilaa niittykasveilta

Hoidon myötä *koiranputki ja mesiangervo ja vesakot* vähenevät, jolloin niittykasvit saavat enemmän valoa ja elintilaa.



SOTKAMON SEURAKUNTA 



Euroopan unionin  
osarahoittama

# Syntiniemen luonto

## Tuore kangas - sekametsä

Upeita, erittäin suuria ja vanhoja *mäntyjä*  
Muutamia valtavia *koivuja*  
*Kuusia, haapoja, leppiä, tuomia ja pihlajia*

**Runsaasti lahoppuuta;** maa- sekä pystypuuna  
- lahoppuissa kasvaa mm. *taulakääpää*

Kenttäkerroksen valtalajeina ovat *mustikka, oravanmarja ja metsälauha*

*Ahomansikka* esiintyy paikoittain runsaana

*Näsiä* löytyi useita versoja

Muita lajeja ovat mm. *tuppisara, metsäimarre, puolukka, metsätähti, kielo ja nuokkotalvikki*

**Kapea rantavyöhyke** on suursara rantaniittyä, jossa kasvaa *viiltosaraa, luhtasaraa, järvikortetta ja keltakurjenmiekkää*



SOTKAMON SEURAKUNTA 



Euroopan unionin  
osarahoittama



# Syntiniemi – paikallisesti arvokas perinnebiotooppi

## Sotkamon kunnan ja seurakunnan yhteistyö yrittäjän kanssa

*Heinämäen luomutilan yrittäjät* vuokrasivat alueen Sotkamon kunnalta ja seurakunnalta 5 vuodeksi Maatalousluonnon ja maiseman hoitosopimukseen.



Luomutilan 20 lammasta söivät rehevää kasvustoa alas syksyllä 2025, jolloin alla olevat niittykasvit saivat lisää valoa ja elintilaa.

Seuraavina vuosina noin 10 lammasta hoitaa Syntiniemeä laiduntamalla koko kesäkauden.



SOTKAMON SEURAKUNTA



Euroopan unionin osarahoittama



# Lampaiden koti

Huolehdiathan, että lammasaitauksen portit pysyvät suljettuina.

Lampailla on omat eväät – ethän ruoki niitä.

Lampaat kaipaavat kotiinsa rauhallisuutta. Huomioithan sen liikkeessasi välttämällä juoksemista sekä kovaa ääntä.

## Heinämäen luomutilan lampaat

Lampaita kuvataan, voit seurata niiden touhuja [sotkamo.fi](http://sotkamo.fi) sivulla.

Syntiniemen perinnebiotooppia ja maisemaa ovat hoitamassa Heinämäen luomutilan lampaat

Yhteyshenkilö Pasi Heikkinen p. 040 507 8257.



(Kuva: Jari Lindeman / Luke)



# Syntiniemi– paikallisesti arvokas perinnebiotooppi

## Hoito

**Sotkamoon kirkonkylän kyläyhdistys ry** toteutti alueen alkuraivauksen ja torjui vieraslaji *kurturuusua* yhteistyössä **Sotkamon kunnan, Luonnonvarakeskuksen, aliurakoitsija Vumos Greenin** kanssa työmaan alussa

**Heinämäen luomutilan** 20 lammasta aloitti laidunnuksen työmaan aikana

**Pääurakoitsija M.J. Moilanen** teki Maapesintäisille pölyttäjille petopenkka maisematasanteelle

**Mikko Kyllönen** teki 28 linnunpönttöä eri lintulajeille: sinitäinen talitiainen, kirjosieppo, telkkä, helmipöllö, kottarainen, käenpiika, leppälintu harmaasieppo. Myös orava saa mahdollisuuden pesiä pöntöissä

Keväällä Lupa- ja valvontaviraston valtakunnallinen vieraslajikoordinaattori **Reima Leinonen** EVK asentaa pölyttäjähönteisille keinopesiä aurinkoisille paikoille rakenteiden seiniin

Sotkamon kirkonkylän  
KYLÄYHDISTYS RY

SOTKAMON SEURAKUNTA



Euroopan unionin  
osarahoittama



# Moin- muotoisuuden ehdoilla

Heinämäen luomutilan lampaat hoitavat kesällä Syntiniemen luontoreitin monimuotoisuutta.

## Maaria Haikola

Esteettömällä luontoreitillä Sotkamon Syntiniemessä panostetaan jokaisessa rakennusvaiheessa luonnon monimuotoisuuteen. Luontoreitti valmistuu kirkon ja seurakuntakeskuksen läheisyyteen syyskuun loppuun mennessä.

Syntiniemen kiertävä noin puolen kilometrin rengasreitti kulkee pääosin alueen entisiä polkuja pitkin, ja raivattavat alueet sekä niiltä siirrettävät vieraslajit on tarkistettu yhdessä Luonnonvarakeskuksen biologi Anu Rädyn kanssa.

Tarkoituksena on, ettei paikallisesti arvokasta luontoa turmella tarpeettomasti. Rannasta kaadettujen koivujen rungot jätetään lahoppuiksi reitin varrelle, ja Sotkamon kunnan nimikopuu raidat on säästetty kasvaamaan.

Alueelle asennetaan myös keinopesiä pölyttäjille sekä tehdään näköalatasanteelle petopenkka niille pölyttäjähönteisille, jotka pesivät maassa.

**Syntiniemen perinnebiotoopin** hoito-ohjeisiin kuuluu, että sen monimuotoisuutta hoidetaan raivaamalla ja laiduntamalla.



Sotkamon Syntiniemeen rakentuu uusi luontopolku, jonka monimuotoisuutta hoidetaan raivaamalla ja laiduntamalla. Raivaustöissä Sotkamon kirkonkylän kyläyhdistyksestä Kalevi Valtanen.

Heinämäen luomutilalta tuodaan toistakymmentä lammasta laiduntamaan Syntiniemeen elokuun puoliväliin mennessä. Niiden tehtävänä on palauttaa ennalleen rehevöitynyttä niittyä,

Luontoreitti kulkee osittain lammaslaitumen sisällä.

– Lampaat ovat ihmisystävällisiä sekä parhaita maisemanhoitajia, Tikkanen sanoo.

**Syntiniemi sijaitsee** keskeisellä

ohella Kaapo on löytänyt Syntiniemestä hyviä leikkipaikkoja sekä tutkinut hönteisiä.

Reeta Korhosen mukaan heillä tulee varmasti käytyä Syntiniemen luontoreitillä usein.

keskittyä planetaariseen terveyteen, eli luonnon hyvinvointi on suoraan yhteydessä meidän hyvinvointiimme, hän sanoo.

Luontoreitin puurakenteet mahdollistavat, että kaikki liik-

## Syntiniemen esteetön luontoreitti

► Esteetön luontoreitti valmistuu tänä kesänä Sotkamon Syntiniemeen lähelle kirkkoa ja seurakuntakeskusta.

► Seurakunta on vuokrannut alueen kunnalle virkistyskäyttöön 40 vuodeksi. Rakennusvaiheen jälkeen monimuotoisuustyötä hoitaa kunta.

► Esteetön reitti on monen eri toimijan yhteishanke. Sotkamon kunta on tehnyt suunnitteluyhteistyötä seurakunnan, asukkaiden, Kainuun ely-keskuksen ympäristöviranomaisten, Luonnonvarakeskuksen, Kajaanin ammattikorkeakoulun ja Heinämäen luomutilan kanssa.

► Hanketta rahoittivat Maa-seurarahasto, Sotkamon kunta, Sotkamon seurakunta, Sotkamon kirkonkylän kyläyhdistys sekä yksityisrahoittaja Lähtipöytä Kainuu-Koillismaa.

► Hanke on osa Planetaarisen terveyden hankekokonaisuutta, jonka tavoitteena on lisätä kestävästi ihmisten ja luonnon hyvinvointia. Samalla kehitetään luontoperustaisia palveluita Kainuuseen.

► Alueen rakenne-, yleis- ja maisemasuunnittelusta on vastannut Ramboll Finland. Alueen pääurakoitsija on MJ Moilanen Oy, ja Vumos Green toteuttaa puurakenteiden rakentamisen.

riasta kertova infopiste, jonka voi myös varata esimerkiksi kokouskäyttöön.

Projektipäällikkö **Paula Purtilainen** Kajaanin ammattikorkeakoululta toivoo, että Synti-



# Syntiniemen luonnon monimuotoisuuden hoito - osallistaminen

Syntiniemeä hyödynnettiin lähiluontona Plate Ihminen hankkeen luontoperustaisessa palveluiden kehittämisessä.

*Kainuun hyvinvointialueen aikuisten kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan Nostetta ryhmäläiset osallistettiin Syntiniemen monimuotoisuuden hoitotöihin, he pääsivät asentamaan nimikkolinnunpönttönsä alueelle.*

Myöhemmin he saavat raportin, mitä lintulajeja pöntöissä on pesinyt. Oma linnunpöntön seuraaminen kannustaa heitä lähtemään luontoon, luo omaa luontosuhdetta, joka tutkitusti kannustaa luonnon suojelulle.



# Planetaarinen Terveys-hanke kokonaisuus

## Plate Syntiniemi -hanke

**Sotkamon kunta** ([@sotkamo.fi](https://www.sotkamo.fi))

tekninen Johtaja / *Harri Helenius* p. 044 750 2491

hyvinvointikoordinaattori / *Kukka-Maria Pyykönen* p. 040 680 6711

puisto- ja liikunta-alueiden päällikkö / *Jukka Malinen* p. 040 5150586

**Sotkamon seurakunta** ([@evl.fi](https://www.evl.fi))

talouspäällikkö *Erkki Tuovinen* p. 050 068 1443

## Plate Ihminen -hanke

**Kajaanin ammattikorkeakoulu** ([@kamk.fi](https://www.kamk.fi))

projektipäällikkö *Paula Pursiainen*, p. 040 558 6846

**Luonnonvarakeskus** ([@luke.fi](https://www.luke.fi))

tutkijat *Maija Lipponen* p. 029 532 2024 ja *Anu Rätty* 029 5326 501

asiantuntija, aluehankkeet *Katja Keränen*

erityisasiantuntija, mediatuotanto *Jari Lindeman* p. 040 447 5557

## Plate Luonto -hanke

**Luonnonvarakeskus** ([@luke.fi](https://www.luke.fi))

asiantuntija, aluehankkeet /

projektipäällikkö / *Katja Keränen*, puh. 040 510 3445

tutkija, *Anu Rätty*

erityisasiantuntija, mediatuotanto *Jari Lindeman*



PLANETAARISEN TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN  
EDISTÄMISEN HANKEKOKONAISUUS



European unionin  
osarahoitana



Luke

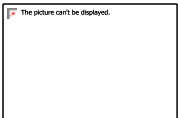


Ohjelma, toimen ja  
yhteistyönä



SOTKAMON SEURAKUNTA

# Yhteystietoja





**PLANETAARISEN TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN  
EDISTÄMISEN HANKEKOKONAISUUS**



SOTKAMON SEURAKUNTA





# Planetaarinen terveys *Syntiniemen esteettömän luontovirkistysalueen investoinnissa* (PLATE Syntiniemi)

## SUUNNITTELUTYÖ

Syntiniemen suunnittelusta ja rakentamisesta vastasi ympäristö ja tekninen toimiala; kunnallistekniikan suunnittelu ja rakentaminen, tiesuunnittelu, puistotoimi, kaavoitustoimiala-, mittaus ja paikkatietopalvelut.

Ja suunnittelemassa mukana ovat olleet hallintotoimialan maatalous- ja työllisyyspalvelut ja sivistyspalvelut. Suunnitteluun ovat osallistuneet myös vanhus- ja vammaisneuvoston ja kunnan hyvinvointijaoston jäsenet.

### Sotkamon asukkaat, nuoret ja lapset

\*

**Sotkamon kunta:** hyvinvointikoordinaattori Kukka- Maaria Pyykönen, Tekninen johtaja Harri Helenius ja Maaseutupäällikkö Jari Korhonen, Kaavoittaja Juha Kaaresvirta, Tieinsinööri Mika Kemppainen, puisto- ja liikuntapäällikkö *Hannu Järvinen ja Jukka Malinen*, sivistysjohtaja *Merja Ojalampi*, työllisyysasiantuntija *Marjo Leinonen*

Tiedotetaan Ylisotkamon Osakaskuntaa matkan varrella tarvittaessa

\*

**Sotkamon seurakunta:** Talouspäällikkö Erkki Tuovinen

\*

**Luonnonvarakeskus;** asiantuntija, alue hankkeet / projektipäällikkö Katja Keränen ja tutkijat Maija Lipponen ja Anu Rätty

\*

**Kainuun ammattikorkeakoulu;** projektipäällikkö Paula Pursiainen

\*

**Heinämäen luomutila,** Pasi ja Kristiina Heikkinen

\*

**Ramboll Finland,** maisema-arkkitehti Laura Virtanen ja suunnittelija Saara Tuhkanen



Kuva / Katja Keränen / Luke





# Työmaa alkaa – kahvitauolla Vumos Green

# Koontumispaikan puurakentamisesta Vumos Green





# Puisen rakenteen paalutusta





**Pääurakoitsija M.J.  
Moilanen  
Kivituhkareitin  
tasoitusta**

# Salmelan saunan – Syntiniemen tuvan paikka





# Petäjien riskioksien poistoa

# Lanimakatoksen nosto paikoilleen Nosto ja Kuljetus J. Rusanen



# Työmaakatselmus – lammasporttien toteutus



# Syntiniemen esteettömyys

Esteettämysasiantuntija *Jarmo Jokinen*  
Jarmon pisteet reitille - 10

- 1) *Ramboll Finland* rakennepiirustuksien katselmus – korjauksia piirustuksiin
- 2) Esteettämyskartoitus - korjauksia rakenteisiin
- 3) Esteettömyys kuvaus Sotkamon kunnan Syntiniemi -, Luontoon.fi - ja Outdooractive.com sivustoille

Yhteistyö / Sotkamon kunta – pääurakakoitsija - esteettömyysasiantuntija ja Luonnonvarakeskus



SOTKAMON SEURAKUNTA



Euroopan unionin  
osarahoittama

# Syntiniemen esteetön luontovirkistysalue

Syntiniemi on maisemallisesti kaunis ja kaikille saavutettavissa oleva monimuotoinen luontokohde, jossa yhdistyvät vesistön läheisyys, metsän siinekset ja paikallisesti arvokas perinnebiotooppiiniitty. Sotkamon kunta on vuokrannut alueen Sotkamon seurakunnalta kuntalaisten ja matkailijoiden virkistysalueeksi. Syntiniemi tarjoaa yhteyden paikalliseen luontoon, maisemahistoriaan ja luonnon monimuotoisuuden vaalimiseen – kaikille avoimena ja arvokkaana paikkana. Tervetuloa!

## Rengasreitti

1. **Puinen polku** (300 m)
2. **Kivituikkapolku** (210 m) lampaiden laitumella
3. **Levähdyspisteet** (9 kpl), joissa kolmitasopenkit
4. **Näköalatasanne** ja keinu
5. **Niemen taukopaikka**, jossa on pöytäpenkki-ryhmiä, katos ja puucee

## Planetaarinen terveys ja monimuotoisuus

Planetaarinen terveys tarkoittaa luonnon ja ihmisen terveyden yhteyttä. Retkeilemällä vastuullisesti suojelemme sekä omaa hyvinvointiamme että maapallon tulevaisuutta.

Syntiniemen luonnon monimuotoisuutta hoidetaan monin eri tavoin.

## Voimavaraharjoitus

Aistiharjoitukset tarjoavat meille hengähdyshetken ja johdattavat elpymään arjen kuormituksesta. Luonto rauhoittaa, virkistää ja auttaa lataamaan voimavarojamme.

## Luontotaiderehken ohjeet

Luonnon taikaa ja yhteistä aikaa – lasten ja aikuisten yhteinen osallistava luontotaiderehki on suunnattu 3–8-vuotiaille lapsille ja heidän mukanaan tuleville aikuisille. Retki edistää hyvinvointia yhteisen tekemisen, taiteen, luonnon ja liikunnan keinoin.



## Syntiniemen retkiohjeet

Suojelemme yhdessä alueen monimuotoisuutta: älä poimi kasveja, katko oksia tai vahingoita puita. Tarkkaillaan eläimiä ja lintuja kunnioittavasti riittävän etäältä – erityisesti pesintäaikaan ne kalpaavat rauhaa. Pidäthän lemmikit kytkettyinä – myös ne nauttivat retkestä, kun kaikki kulkijat saavat olla turvassa. Pysymällä merkityllä polulla edistät luonnon hyvinvointia.

## Tulen käyttö ja siisteys

- Avotulen tekeminen, risukeittimet ja kertakäyttögrillit ovat kiellettyä.
- Retkiketintä saa käyttää niemenkärjen kokoonnutumispakassa.
- Pidetään yhdessä huolta siisteydestä: suosituksena on ottaa omat roskat mukaan ja lajitella ne myöhemmin asianmukaisesti.

## Rauha kaikille

- Tämä on rauhoittumisen paikka – päihteet, alkoholi ja nikotiinituotteet eivät kuulu tänne.
- Leiriytyminen ei ole sallittua.
- Alueella vallitsee hiljaisuus klo 22–6. Annetaan tilaa muillekin – luonnossa kuljetaan toisillemme ja ympäristöä kunnioittaen.

## Turvallisuus

Avun hälyttäminen: Yleinen hätänumero on **112**  
Syntiniemen osoite: Kainuuntie 37, 88600 Sotkamo  
Alueella on tallentava kameravalvonta.

## Kunnossapito

Alueen ylläpitäjä on Sotkamon kunta  
Vaihde p. +358 8 6155811 /  
kirjaamo@sotkamo.fi



Yhteistyössä:





# Syntiniemi avautuu – lehdistötilaisuus Syntiniemen Tuvalla 3.11.2026



# Lasten luontotaidepolku

# Sotkamon kunnan tarve esteettömälle luontovirkistysalueelle

Sotkamon kunnan asukkaille vuonna 2022 toteutetussa hyvinvointikyselyssä luonto sai kolmanneksi eniten mainintoja elämänlaatuun positiivisesti vaikuttavana asiana, joten **luonnon vaikutusta sotkamolaisten elämänlaadulle voidaan kuvata merkittäväksi.**

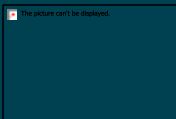
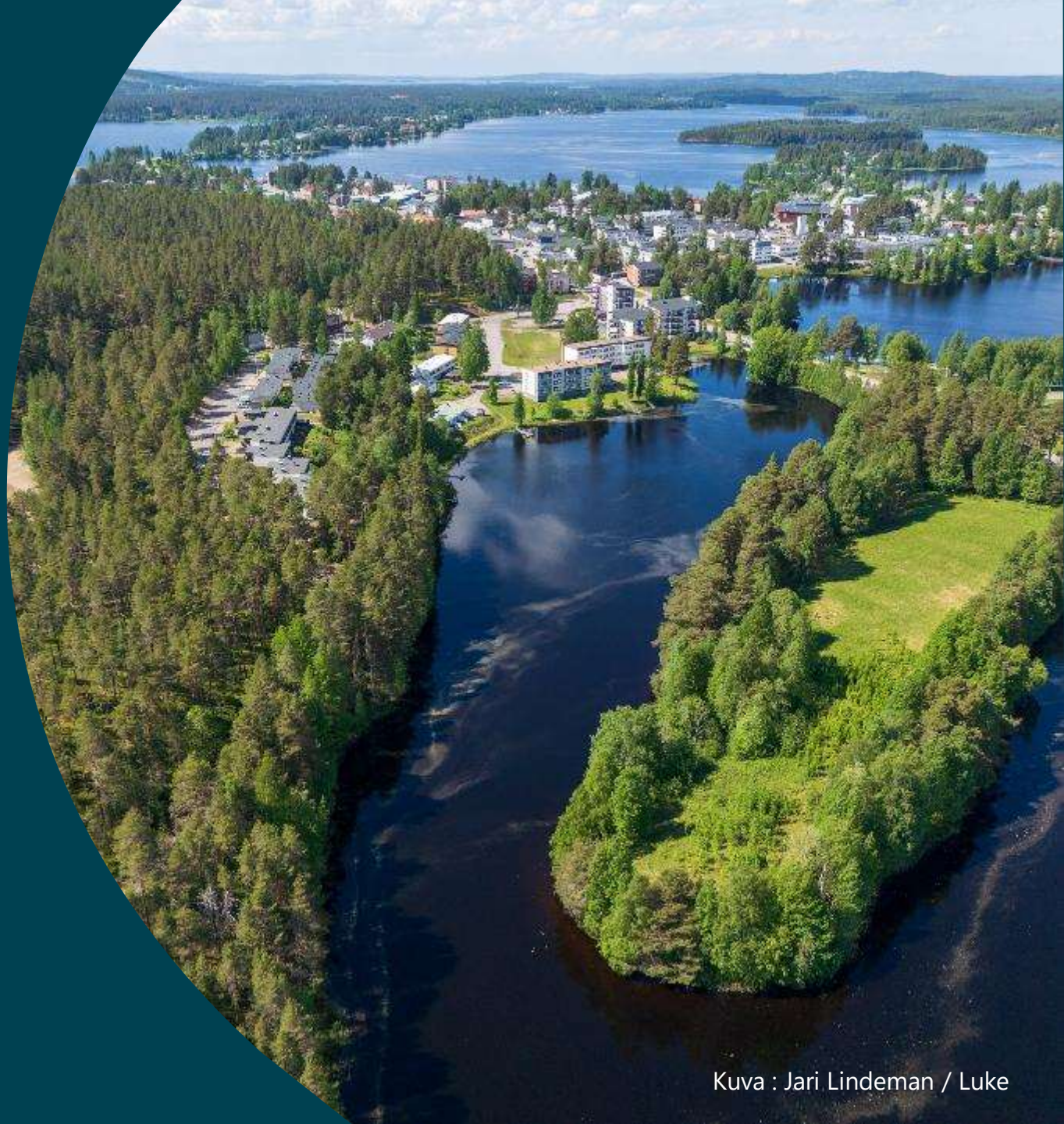
Sotkamon keskustaaajamassa on ulkoilureittejä luonnon äärellä, kuten Hiukassa, **mutta reitit eivät ole esteettömiä.**

Kirkonkylällä asuu runsaasti **ikäihmisiä sekä apuvälineiden avulla liikkuvia** ja heille esteetön luontovirkistysalue mahdollistaisi nykyistä paremmat mahdollisuudet nauttia luonnon hyvinvointivaikutuksista.

Keskusteluissa Kainuun kuntien hyte-koordinaattoreiden kanssa **on noussut esille tarve saada luontoympäristöt tavoitteellisemmin käyttöön ihmisten hyvinvoinnin, yhteisöllisyyden ja osallisuuden edistämisessä.**

Syntiniemellä on erityisen **korkea arvo ympäristökasvatuksen kannalta kouluille, mutta myös aikuisille ja ikääntyvälle väestölle.**

Syntiniemi on hyvä esimerkkikohde ihmistoiminnan ympäristövaikutuksista, luonnon ja ihmisen vuorovaikutuksesta ja luonnon monimuotoisuudesta.



# Planetaarinen terveys osallisuuden ja yhteisöllisyyden lisäämisessä (PLATE Ihminen) -hanke 1.4.2024 – 31.12.2026



KAMK • University  
of Applied Sciences

**PÄÄTAVOITE** on vahvistaa kuntien ja muiden toimijoiden osaamista planetaarisen terveyden edistämisen keinoista, jotka lisäävät ihmisten toimintakykyä, yhteisöllisyyttä ja osallisuutta

**KOHDERYHMÄ** syrjäytymisvaarassa ja haastavassa työmarkkinatilanteessa olevien kanssa työskentelevät ammattilaiset hyvinvointi-, sosiaali-, terveys-, kuntoutus- ja työllisyyspalveluissa ja kolmannella sektorilla sekä itse asiakkaat

**UUTUUSARVO** kehittää ja vie luontomenetelmiä **sosiaalialan** osaamiseen ja koulutukseen, laajentaa **vaikuttavuusalueen** Kainuun kuntiin ja luo uudenlaisia yhteistyöverkostoja, sekä laajentaa näkökulman **planetaarisen terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen**

**TOTEUTTAJAT** KAMK & LUKE

**RAHOITTAJA** ESR+/ Toimintalinja 4 Työllistävä, osaava ja osallistava Suomi/  
Erityistavoite 4.3 Yhdenvertaiseen osallisuuteen



SOTKAMON SEURAKUNTA



Euroopan unionin  
osarahoittama

Kuva / Jari Lindeman / Luke

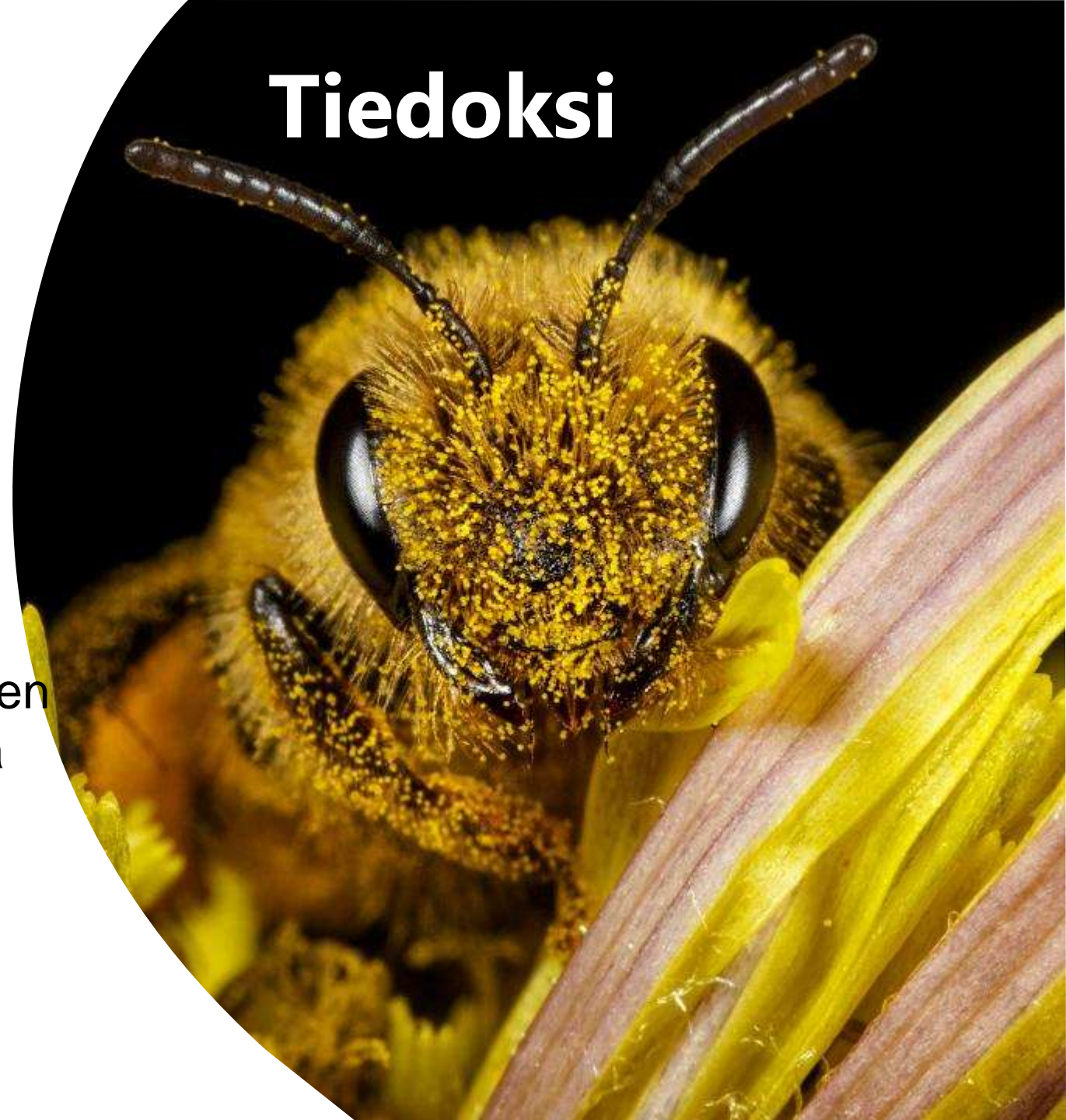
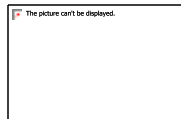


# Tulossa tietoiskuja Syntiniemi mallista

- 1) Kainuun kunnille ja seurakunnille  
to 16.4. klo 9.30 - 11.30
- 2) Järjestöille, kyläyhdistyksille ja  
matkailuyrityksille  
ma 13.4. klo 12.20 - 14.30

## Ohjelma

Syntiniemen esteettömän virkistysalueen suunnittelun, ja toteutuksen esittelyä ja rahoitusmahdollisuuksia tulevaisuuden investointeihin



Pyydämme teitä selvittämään oman kuntanne kiinnostuksen ja **lähialue ehdotuksen pe 24.4. mennessä** sähköpostitse [katja.keranen@luke.fi](mailto:katja.keranen@luke.fi).

Kerrothan viestissä

- missä lähialue sijaitsee kartalla
- kuvaile lyhyesti aluetta ja sen luontoa
  
- tavoitteena on tuoda Svntiniemen mallia Kainuun kuntiin *kartoitamme neljän kunnan monimuotoista lähiluontoaluetta, luontoperustaisia palveluja ja virkistyskäyttöä varten*
- Toimenpide sisältää **alueen kartoituksen ja kirjallisen raportin alueen mahdollisuuksista ja luonnon monimuotoisuudesta.**
- Kunta voi hyödyntää raporttia taustatietona aluesuunnittelussa ja mahdollisessa tulevassa virkistysalueen investoinnissa.
- kartoitettava alue voi olla jo olemassa oleva virkistysalue, jota haluatte kehittää tai ihan uusi koskematon lähiluonto alue, joka on kaikille saavutettavissa.
- **Kartoitus on maksutonta kunnalle ja neljä kuntaa valitaan luontoarvojen perusteella.**



☺ Lisätietoa Katja Keränen p. 040 510 3445



## OHJE ALOITUS- JA LOPETUSTIETOJEN KIRJAAMISEEN

1. Mene osoitteeseen <https://eura2021.fi/osallistuja> tai QR-koodin kautta:



2. Kirjautu sisään palveluun Suomi.fi-tunnistuspalvelun kautta joko mobiilivarmenteella tai henkilökohtaisilla verkkopankkitunnuksilla
3. **Syötä hankekoodi: S30781** (Planetaarinen terveys osallisuuden ja yhteisöllisyyden lisäämisessä)
4. **Kirjaa tietosi** sivuston ohjeiden mukaisesti

Lisätietoa: <https://kamk.fi/tietoa-kamkista/kamkin-tietopankki/tietosuoja/>

# Esteettömän ja monimuotoisen luontovirkistys alueen toteuttamien Kainuussa esimerkkimerkkikohteena Syntiniemi, Sotkamo

## Ohjelma

12.30–12.55

Uudistuva matkailu ja hyvinvointivaikutukset ihmisille, yhteisöille ja luonnolle  
**Luonnonvarakeskus** / väitöskirjatutkija *Maija Lipponen* / Regenerative nature tourism – hanke

12.55–13.15

Syntiniemen esteettömän luontovirkistysalueen esittely  
Luontovirkistysalueen suunnittelu, rahoitus ja toteuttaminen  
**Sotkamon kunta** / tekninen johtaja *Harri Helenius*  
Puisto- ja liikunta-alueiden päällikkö *Jukka Malinen*  
Syntiniemen esteetön luontovirkistysalue - Sotkamo

13.15–13.35

Syntiniemen Luonto, luonnon monimuotoisuus ja sen hoitaminen  
Lampaat luonnon monimuotoisuuden hoitajina – Heinämäen luomutila  
**Luonnonvarakeskus** / asiantuntija, aluehankkeet *Katja Keränen* ja tutkija *Anu Räty*

13.35–14

Esteettömyyden huomiointi luontovirkistysalueen suunnittelussa ja toteutuksessa,  
esteettömyyskartoitus ja -kuvas  
**Esteettömyysasiantuntija** *Jarmo Jokinen*

14–14.15

Investointirahoitusmahdollisuudet järjestöille ja matkailuyrittäjille  
Maaseuturahasto: Yleishyödylliset ilmasto- ja ympäristö investoinnit  
**Pohjois-Suomen elinvoimakeskus** / johtava asiantuntija *Matti Haverinen*  
**Elävä Kainuu Leader ry** / toiminnanjohtaja *Marja Tolonen*

14.15–14.30

Keskustelua, kysymyksiä ja vastauksia



Kuva / Jari Lindeman / Luke