# 

# TIEDOTE TUTKITTAVALLE

## Tutkimus – Luontolähtöinen työhyvinvointi

Pyydämme Teitä perehtymään tähän tiedotteeseen, jossa kerrotaan Luonnonvarakeskuksen ja Centria-ammattikorkeakoulun tutkimuksesta. Teillä on mahdollisuus esittää tutkimukseen liittyviä kysymyksiä, ja tämän jälkeen Teiltä pyydetään kirjallinen suostumus tutkimukseen osallistumisesta.

**Tutkimuksen tausta ja tarkoitus**

Sairauspoissaolot liittyen liikunta- ja tukielimiin ovat lisääntyneet, samoin kuin työuupumus ja muistin haasteet. Nämä ovat myös yleisiä syitä siirtyä ennenaikaiselle eläkkeelle. Vierailu luontoympäristöissä muun muassa parantaa huomiokykyä, työstä suoriutumista sekä mielialaa, kuin antaa mahdollisuuden fyysiselle liikunnalle. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on tutkia miten hankkeen interventiot vaikuttavat työssä jaksamiseen ja palautumiseen.

**Tutkimuksen kulku**

Tutkimuksen aikana tulette osallistumaan eri luontoympäristöihin tehtäviin 20 min luontovierailuihin korkeintaan kahdeksan (8) kertaa kahden viikon aikana työpäivän aikana tai vaihtoehtoisesti voitte osallistua työympäristössä tapahtuvaan interventioon (vihannestarjoilut, sisäilman seuranta ja kehittämissunnitelma, viihtyvyyden lisääminen viherkasvein, viljely sisätiloissa, eläinvierailut) kahden viikon aikana. Tutkimus toteutetaan työaikana. Ennen tutkimusta Teiltä kerätään taustatietoja kyselylomakkeella, jossa kysytään mm. nykyisestä hyvinvoinnistanne, työympäristöstä sekä henkilökohtaisia taustaominaisuuksianne. Tutkimuksen jälkeen Teiltä kerätään tietoa intervention vaikuttavuudesta ja 5kk jälkeen siitä miten interventio vaikutti työympäristöön.

Osallistuminen luontolähtöisiin kokeiluihin on Teille ilmaista. Osallistumisesta ei makseta palkkiota. Luontolähtöisiin kokeiluihin liittyvä tutkimus toteutetaan Keski-Pohjanmaalla erilaisissa organisaatioissa ja luontoympäristössä. Aloituskyselyn yhteydessä teitä pyydetään tutustumaan tutkimusta koskevaan tiedotteeseen sekä tietosuojailmoitukseen.

**Tutkimukseen liittyvät hyödyt ja riskit**

Tutkimukseen ei liity terveydellistä riskiä. Kaikilla osallistujilla tulee olla oma vakuutus voimassa. Tutkimukseen osallistumisesta ei käytännössä ole Teille välitöntä hyötyä. Saatte kuitenkin halutessanne omia tutkimustuloksia tietoonne. Hankkeen tutkimustuloksista toivomme olevan Teille hyötyä esimerkiksi työympäristöänne kehittäessä.

**Vapaaehtoisuus**

Osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja voitte keskeyttää koska tahansa. Tutkimuksesta kieltäytyminen tai sen keskeyttäminen ei vaikuta millään tavalla kohteluunne. Mikäli keskeytätte tutkimuksen, Teistä keskeyttämiseen mennessä kerätyt tiedot ja tutkimusnäytteet säilytetään osana tutkimusta.

**Luottamuksellisuus, tietojen käsittely ja säilyttäminen**

Teistä tutkimuksen aikana kerättyä tietoa ja tutkimustuloksia käsitellään luottamuksellisesti henkilötietolain (Laki 523/1999) edellyttämällä tavalla. Jatkoanalyysejä varten yksittäisille tutkimushenkilöille annetaan tunnuskoodi ja tieto säilytetään ja analysoidaan koodattuna. Koodiavainta, jonka avulla yksittäisen tutkittavan tiedot ja tulokset voidaan tunnistaa, säilytetään Luonnonvarakeskuksessa, eikä siihen ole pääsy kuin tämän tutkimuksen tutkijalla. Lopulliset tutkimustulokset raportoidaan ryhmätasolla eikä yksittäisten tutkittavien tunnistaminen ole mahdollista. Tutkimushanke noudattaa tutkimusetiikan hyvää tieteellistä käytäntöä.

**Tutkimuksen rahoitus**

Tutkimusta rahoittavat Euroopan sosiaalirahasto (ESR), Kokkolan kaupunki, Centria-ammattikorkeakoulu ja Luonnonvarakeskus.

**Tutkimustuloksista tiedottaminen**

Tutkimuksessa kerätty aineisto käsitellään tutkimuksen loputtua ja tulokset julkaistaan tieteellisessä lehdessä.

**Lisätiedot ja yhteydenotto**

Vastaamme mielellämme kaikkiin tutkimusta koskeviin kysymyksiin ennen kuin annatte suostumuksenne tutkimukseen osallistumisesta. Voitte ottaa yhteyttä hankkeen vetäjiin milloin tahansa myöhemminkin.

**Yhteyshenkilöt**:

Hankkeen koordinaattori:

Marja-Liisa Hiironen

Centria-ammattikorkeakoulu Oy

puh. +358 40 572 7769

[marja-liisa.hiironen@centria.fi](mailto:marja-liisa.hiironen@centria.fi)

[www.centria.fi](http://www.centria.fi)

Tutkimuksen koordinaattori:

Pia Smeds

Natural Resources Institute Finland (Luke)

puh. +358 29 532 6549

[pia.smeds@luke.fi](mailto:pia.smeds@luke.fi)  
[www.luke.fi](http://www.luke.fi/)