

Kylärastit-tapahtuman pilottikokeilu

Turtolan kylärastit 1.11.2025

Turtolan kylärastit-tapahtuma sai alkunsa kesällä 2025 tehdystä kyselystä Lapin alueen kyläyhdistyksille, jossa kartoitettiin eri kyläyhdistysten ja -seurojen halukkuutta tekemään yhteistyötä Lapin Sydänpiirin kanssa terveyden edistämistyössä.

Turtolan kyläyhdistyksen puheenjohtaja vastasi kyselyyn ja sen kautta päädyttiin yhteistyössä suunnittelemaan Kylärastit-tapahtumaa syksyille 2025. Tapahtuman yhteydessä Turtolan kylätalon ympäristöön kiinnitettiin kahdenlaisia hyvinvointirasteja. Aikuisille ja ikäihmisille oli tarjolla Hyvinvointia luonnossa- tehtävärastit ja lapsiperheille oli Neuvokas-perhe materiaaleihin liittyvä Supersankari-suunnistus. Tapahtuman jälkeen rastirata jätettiin paikalleen, jotta Turtolan kylän asukkaat voivat niitä kiertää ja hyödyntää myös jatkossa. Kartat päätettiin jättää kylätalon ilmoitustaululle muovitaskussa kaikkien saataville.

Kylärastit- koko perheen tapahtuma

Sydänyhdistys kutsuu kaikki liikkumaan, oppimaan ja viihtymään oman kylän maisemissa.

Rastiradalla pääset:

- liikkumaan ulkona ja keräämään rasteja. Suunnistustaitoja ei tarvita!
- testaamaan hyvinvointitietojasi ja -taitojasi hauskaasti
- nauttimaan yhdessäolosta kyläläisten ja ystävien kanssa
- Sopii kaikenikäisille – niin lapsille, aikuisille kuin isovanhemmillekin!

 Paikalla kattava kanttiini

 Paikka:

 Aika:

Tehtävärastirata jää tapahtuman jälkeen paikoilleen, joten pääset suorittamaan sitä myös tapahtuman jälkeen!



Tapahtuman toteutus

Kylärastit-tapahtuma on helposti toteutettava esimerkiksi yhdistyksen toimintana omalla toiminta-alueella. Rastit voi laittaa pienehkölle alueelle tai laajemmalle, riippuen kohderyhmästä. Supersankari-rastit on hyvä olla sen kokoisella alueella, että perheen pienimmät jaksavat sen kiertää tai huomioida, että rasteille pääsee esim. rattailla/pyörällä/pulkalla. Hyvinvointia luonnossa- rastit voi laittaa myös esim. kuntoradan varrelle, jolloin reittikin on pidempi.

Rasteja oli Turtolassa yhteensä 8kpl ja niiden paikat merkattiin karttaan. Supersankari-suunnistusrasteja on paketissa enemmän, joten ne voi hyödyntää kaikki, tai vain osan. Kartta saatiin googlen karttapalvelusta, josta rajattiin pieni alue. Kartan kuvat tulostettiin A5 kokoon ja laminoitiin. Kartat merkittiin tussilla rastirataa pystyttäessä, kun rastien paikat varmistuivat.

Materiaalit löytyivät Yhdistyspalvelun Ideapankista:

[Supersankari suunnistus - Neuvokas perhe Ammatilaiset](#)

[Hyvinvointia luonnossa -tehtävärastit - Yhdistyspalvelu](#)

Rasteja laminoidessa kannattaa ottaa huomioon se, että tulostusalue on pienempi kuin A4, jotta rastipaperin nurkkaan laitettavat reiät kiinnitykselle tulee pelkästään laminoidun muovin läpi. Jos paperiin + muoviin tulee reikä, kosteus ja vesi pääsee nopeasti laminointikalvon väliin ja kastelee rastipaperin.

Rastirataa varten tarvitaan seuraavat materiaalit:

- Tulostetut rastit, joko Supersankari-suunnistus, Hyvinvointia luonnosta-rastit tai molemmat
- Tulostetut kartat
- Laminointikalvoja (ja laminointikone)
- Narua (pyykkinarun tapainen on hyvä)
- Nastoja
- Sakset ja teippiä
- Permanenttitussi