

KUULE MUA!

Hyvinvointia nuorille. Yhdessä!



Valtakunnallinen hyvinvointiprojekti nuorille
Vuodesta 2024

ME KUULEMME SUA.

Henna Heikkilä
Teresa De Rita-Cavlek

0445 300 677
0400 446 184

henna.kuulemua@gmail.com
teresa.kuulemua@gmail.com

Sisällysluettelo:

sivu

KUULE MUA! -projektin yhteistyökumppaneille

1.	KUULE MUA!	MISTÄ ON KYSE?	4
2.	KUULE MUA!	PÄÄTEEMAT JA TOIMINNOT	4
3.	KUULE MUA!	MIKSI?	5
4.	KUULE MUA!	KOHDERYHMÄ	5
5.	KUULE MUA!	PROJEKTIN VALTAKUNNALLINEN TAVOITE	5
6.	KUULE MUA!	YHTEISKUNNALLISET KUSTANNUKSET	6
7.	KUULE MUA!	JÄRJESTÖYHTEISTYÖKUMPPANI	6
8.	KUULE MUA!	YHTEISTYÖKUMPPANIT	6
9.	KUULE MUA!	MITÄ KÄYTÄNNÖSSÄ TEHDÄÄN?	7
10.	KUULE MUA!	PROJEKTIN ALOITUS – VUOSI 2024	8
11.	KUULE MUA!	TAPAHTUMAN SISÄLTÖ JA TOTEUTUS KOULUISSA	9
12.	KUULE MUA!	TAVOITE KOULUISSA SEKÄ TAIDEPAJA-RYHMÄTÖISSÄ	9
13.	KUULE MUA!	TAPAHTUMAN SISÄLTÖ JA TOTEUTUS KAUPPAKESKUKSISSA	9
		KUULE MUA! -TORI	10
		KUULE MUA! -KLUBI	10
14.	KUULE MUA!	TAVOITE KAUPPAKESKUKSISSA	11
15.	KUULE MUA!	BIISI	11
16.	KUULE MUA!	TSEMPPIVIDEO	12
17.	KUULE MUA!	VARAINKERUU	12
18.	KUULE MUA!	TUOTTEET JA TUOTEMYYNNTI	12
19.	KUULE MUA!	TAPAHTUMAN TYYLI	13
20.	KUULE MUA!	LOGO, VAATETUS JA ULKOASU	13
21.	KUULE MUA!	PROJEKTIN SYNTY	14
22.	KUULE MUA!	PROJEKTIN PILOTTITAPAHTUMAN PALAUTE	15
23.	KUULE MUA!	KOMMENTTEJA JA SUOSITUKSIA YHTEISTYÖKUMPPANEILTA	16
	KUULE MUA!	KIITOS!	19

”Unelmat toteutuvat, kun niihin oikein uskoo ja niitä toteuttaa täydestä sydäimestään.”



KUULE MUA! -projektin yhteistyökumppaneille

Nuorten syrjäytymisestä on kasvanut erittäin vakava ongelma Suomessa. Maassamme oli projektin aloitus vuonna 2024 arviolta noin 60 000 syrjäytynyttä nuorta. (Luvut: Aluehallintoviraston tietopalvelu, We Foundation, Valtiontalouden tarkastusvirasto) Yksi syrjäytynyt nuori maksaa yhteiskunnalle noin 1.2 miljoonaa euroa. Vuoden 2024 jälkeen syrjäytyneiden määrä on kasvanut.

Jokaisen aikuisen on reagoitava ja otettava vastuu. Näin suurta taloudellista ja henkistä laskua ei voi sysätä nuorten maksettavaksi. Nuorten pahoinvoinnin ennaltaehkäisyyn keskittyvä KUULE MUA! -projekti toteutetaan reilusti alle yhden syrjäytyneen nuoren "hinnalla". Sinulla on nyt mahdollisuus tulla osaksi projektia, jolla muutetaan paitsi lukuisten nuorten - myös koko suomalaisen yhteiskunnan tulevaisuutta.

Projektin sydämenpuolikkaat, Henna Heikkilä ja Teresa De Rita-Cavlek tekevät projektia suurella intohimolla ja sinnikkyydellä. Molempien vuosien mittainen kokemus yrittäjinä, laajat kontakti- ja suhdeverkostot sekä äitiyden tuomat vaistot vievät projektia tehokkaasti eteenpäin.

Heidän taitonsa kuulla asiantuntijoita ja kyky pyytää apua ovat osoitus yhteistyön tärkeydestä ja erilaisten voimavarojen sekä osaamisen yhteen kokoamisesta.

KUULE MUA! -projektin tavoite toimia nuorten syrjäytymistä vähentävästi onnistuu meidän kaikkien osaamista ja yhteistyötä hyödyntäen.

ME KUULEMME SUA.

Henna Heikkilä
Teresa De Rita-Cavlek

0445 300 677
0400 446 184

henna.kuulemua@gmail.com
teresa.kuulemua@gmail.com

1. KUULE MUA! MISTÄ ON KYSE?

Valtakunnallinen KUULE MUA! -projekti tekee nuorten **syrjäytymistä ja pahoinvointia ennaltaehkäisevää** työtä, keskittyen nuorten kokeman **kiusaamisen ja yksinäisyyden vähentymiseen**. Kaiken keskiössä on nuorten hyvinvoinnin edistäminen yhteistyössä eri toimijoiden kanssa.

KUULE MUA! on tullut jäädäkseen ja projektin toiminta on pitkäjänteistä sekä moniulotteista. Sen päämääränä on saada aikaan pysyviä muutoksia vallitsevissa asenteissa ja toimintatavoissa tukien nuorten hyvinvointia.

Projekti on kohdennettu ensisijaisesti **nuorille** mutta toiminnan kohderyhmään kuuluvat myös **nuorten läheiset ja aikuiset**.

Vuoden 2024 hallitusohjelmassa todetaan, että nuorten syrjäytyminen ja pahoinvoinnin kasvu ovat yhteiskuntamme suurimpia haasteita ja että on yksilön ja yhteiskunnan etu, että syrjäytymistä ennaltaehkäistään mahdollisimman varhain.

KUULE MUA! -projektin toiminta on ennen kaikkea ennaltaehkäisevää, konkreettista, käytännönläheistä, näkyvää ja ratkaisuja etsivää nuorisotyötä eri yhteistyökumppaneiden kanssa mm. **kauppakeskuksissa, kouluissa ja messuilla**.

KUULE MUA! lähestyy asiaa ja projektin aiheita usealta eri suunnalta sekä koskettaa ja tavoittelee Suomen nuoria sekä nuorten elämään vaikuttavia aikuisia monin eri tavoin.

Projektin perustajat eivät voi eivätkä halua katsoa sivusta nuorten pahoinvointia. Asioiden suuntaan ja asenteisiin voidaan vaikuttaa. **Yhdessä**.

2. KUULE MUA! PÄÄTEEMAT JA TOIMINNOT

Projektin pääteemoja ovat nuorten välinen **kiusaaminen** ja nuorten kokemana **yksinäisyys**. KUULE MUA! -tapahtumissa aiheiksi nousevat myös muita nuorten elämää horjuttavia aiheita, kuten; tulevaisuuden uskon puute, ulkopuoliseksi jäämisen tunne, osattomuus, häpeä, some-kiusaaminen, mielenterveyden haasteet, päihteet yms.

Projektin toiminnassa keskitytään mm. ratkaisuiden etsimiseen, erilaisten ratkaisumallien luomiseen ja rakentamiseen yhteistyötahojen kanssa, yhteistyötahojen ja avuntarjoajien esille tuontiin, nuorten välisen kiusaamisen ja yksinäisyyden tunnistamiseen, yhteistyötahojen yhteensaattamiseen jne.

Tapahtumissa nuorten kuuleminen on keskiössä. Pyritään toimimaan ratkaisukeskeisesti ja kunnioittavasti, unohtamatta unelmointia, asenteiden vaikutusta, kannustamisen voimaa ja itseensä uskomista.

Perustana kaikelle toiminnalle on riittävä ja oikeanlainen **ravinto, liikunta ja uni**.

ME KUULEMME SUA.

Henna Heikkilä
Teresa De Rita-Cavlek

0445 300 677
0400 446 184

henna.kuulemua@gmail.com
teresa.kuulemua@gmail.com

3. KUULE MUA! MIKSI?

Nuoret tarvitsevat tuen ja avun nyt Suomen kaikilta aikuisilta. Ilman aikuisia he eivät osaa eikä heidän kuulu ratkoa valtavaksi kasvanutta ongelmaa. He tarvitsevat kuulluksi ja nähdyksi tulemistä, tunnetta osallisuudesta sekä tarpeellisuudestaan, tulevaisuuden uskon vahvistamista, reagointia heidän haasteisiinsa ja hätähuutoihin.

Osallisuuden tai toiminnallisuuden puute sekä suunnattomuus kasvattaa nuoren ahdistuneisuutta ja mahdollisuus päätyä mielenterveyden sekä muiden yhteiskunnan palveluiden piiriin kasvaa. Ongelmia ja laskua niistä ei voi siirtää nuorille. Tarpeeseen tulee vastata nyt ennaltaehkäisevästi yhteisvoimin. Herkästi kuullen ja vahvasti toimien.

4. KUULE MUA! KOHDERYHMÄ

Pääkohteena ovat **koko Suomen 10-20-vuotiaat nuoret**. Nuoret ihmiset, jotka monista eri syistä voivat huonosti omassa nuoruudessaan ja tarvitsevat siihen suurempaa tai pienempää apua. Ikä on numeroita ja jokainen nuori on oman itsensä asiantuntija. Mukaan saa tulla jokainen, joka kokee KUULE MUA! -projektin itselleen tärkeäksi.

Toisena kohteenamme on **kaikki aikuiset**. Kaikki aikuiset ovat Suomen nuorison roolimalleja. Hyvässä ja pahassa. KUULE MUA! -projekti haluaa vedota jokaiseen aikuiseen ja aikuisen vastuuseen olla nuorten turvana, esikuvana ja roolimallina, riippumatta omasta lapsi- tai lapsettomuustilanteestaan.

5. KUULE MUA! PROJEKTIN VALTAKUNNALLINEN TAVOITE

Projektilla tavoitellaan nuorten valtakunnallista hyvinvoinnin kasvua usein eri keinoin. Tavoitteita on useita ja tavoitteiden fokus vaihtelee KUULE MUA! -tapahtuman mukaan.

- Lisätä nuorten hyvinvointia yhteiskunnallisesti.
- Nuorten pahoinvoinnin ennaltaehkäisy ja väheneminen.
- Syrjäytymisen riskin väheneminen nuori kerrallaan.
- Nuorten välisen kiusaamisen väheneminen.
- Nuorten yksinäisyyden väheneminen.
- Nuorten ja heidän läheistensä tietoisuuden lisääntyminen erilaisten avun tarjoajien palveluista eri elämäntilanteessa.
- Nuorten elämänuskon ja voimavarojen lisääntyminen.
- Aikuisten vahvempi vastuunotto ja toiminta Suomen nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi.
- Nuorten äänen esiintuominen ja kuuleminen nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi.
- Nuorten osallistaminen nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi KUULE MUA! -projektin kautta.
- Taloudellinen säästö.

6. **KUULE MUA!** YHTEISKUNNALLISET KUSTANNUKSET

Valtiontalouden tarkastusvirasto on laskenut 22.10.2023, että yksi syrjäytynyt nuori maksaa yhteiskunnalle noin 1,2 miljoona euroa plus inhimillinen hinta.

Hallitusohjelmassa 2024 todetaan, että nuorten syrjäytyminen ja pahoinvoinnin kasvu ovat yhteiskuntamme suurimpia haasteita ja että on yksilön ja yhteiskunnan etu, että syrjäytymistä ennaltaehkäistään mahdollisimman varhain.

THL:n kouluterveyskyselyn tutkimustulos syksyltä 2024 kertoo, että ainakin 20 000 suomalaista lasta ja nuorta joutuu viikoittain kiusaamisen uhriksi.

Poliisihallituksen poliisiyljohtaja Seppo Kolehmainen totesi poliisin kotisivuilla 24.1.2023, ettei yhteiskunnalla ole varaa tiputtaa ketään keltastaan ja että meidän tulee tunnistaa, tunnustaa ja toimia – ennen kuin se on yhdenkään nuoren kohdalla liian myöhäistä.

Nuorten yleisen hyvinvoinnin eteen on voitava tehdä asioita. Liian moni apua tarvitseva nuori jää näkemättä ja kuulematta, voimaan pahoin yksin. Suomella ei ole varaa antaa yllä mainittujen lukujen enää kasvaa.

7. **KUULE MUA!** JÄRJESTÖYHTEISTYÖKUMPPANI

Vuonna 1969 perustettu **Nuorten Palvelu ry**. Kuopiosta toimii järjestöyhteistyökumppanina vastaten keräysvarojen lainmukaisesta keräämisestä ja varojen asianmukaisesta kirjanpidosta, samalla toimien asiantuntijan roolissa KUULE MUA! -projektissa.

8. **KUULE MUA!** YHTEISTYÖKUMPPANIT

KUULE MUA! -yhteistyökumppaneiden merkitys on valtava. Yhteistyökumppanit mahdollistavat projektin toiminnan, tuovat oman osaamisen ja ammattitaidon osaksi projektia sekä tukevat projektia monin eri tavoin: osa henkisesti, osa markkinoinnillisesti ja osa taloudellisesti.

Yhteistyökumppani edistää nuorten hyvinvointia ja näyttää positiivista esimerkkiä. Yhteistyökumppani on kannustava ja rohkaiseva. Puuttuu rohkeasti ja asiallisesti epäkohtiin sekä vaikeisiin asioihin, kommunikoi ystävällisesti ja omaa kauniit käytöstavat. Monipuolisella yhteistyöllä mahdollistetaan eteenpäin suuntaava toiminta, tsemppaava ja periksiantamaton asenne toiminnassa ja lopulta muutos parempaan.

KUULE MUA! -yhteistyön esimerkkejä:

- Rahallinen tuki
- Markkinointiyhteistyö
- Materiaalinen tuki
- Asiantuntija- ja viestintätuki
- Varainkeruun yhteistyö
- Uudet yhdessä luotavat yhteistyömallit

Projekti toteutetaan yhteistyössä erilaisten projektin mahdollistajien kanssa; yritykset, sponsorit, rahoittajat, kauppakeskukset, järjestöt, suojelijat, kummit, asiantuntijat, KUULE MUA! -Tsempparit, julkisuudesta tutut vaikuttajat, vapaaehtoiset, kunnat, kuntien nuorisopalvelut, KUULE MUA! -tiimin jäsenet ja vapaaehtoiset sekä monet muut.

Kuuntelemme mielellämme yhteistyökumppaneiden ideoita ja ehdotuksia yhteistyön mahdollisuuksista.

9. **KUULE MUA!** MITÄ KÄYTÄNNÖSSÄ TEHDÄÄN?

KUULE MUA! on siellä missä kohdeyleisökin. Toiminta on konkreettista sekä digitaalista ja elää projektin kasvun ja tarpeen mukaan. Alla esimerkkejä eri toimintatavoista.

KUULE MUA! -Kauppakeskustapahtumia

Kauppakeskustapahtumat toteutetaan yhteistyössä eri vaikuttajien ja yhteistyökumppaneiden kanssa. Mukana olevia vaikuttajia ovat mm. Tubettaja Lakko, somevaikuttajat Niko ja Santtu sekä Duudsonien HP ja Jarppi.

KUULE MUA! -Koulukiertue

Koulukiertuetapoja on konseptoitu kaksi erilaista.

Lokakuussa 2025 aloitettu koulukiertue toteutetaan Yhteistyössä salibandyjoukkue Esport Oilersin kanssa Espoon alueen kouluissa vuoden 2025 loppuun asti. Pilotointivaiheen jälkeen kouluvierailut on mahdollista toteuttaa valtakunnallisesti.

Toinen kouluvierailutapa on luonteeltaan enemmän tapahtuma ja edellistä versiota selkeästi laajempi kokonaisuus. Tässä kouluvierailussa on pääpuhujana Arman Alizad ja toteutettava koulutapahtuma toteutetaan projektin aiheita käsitellen sekä taidetta apuna käyttäen.

KUULE MUA! -Tunnusbiisi

Biisin sanat on kirjoittanut projektin perustaja Henna Heikkilä ja sanojen pohjalta on toteutettu tunnusbiisi projektin yhteiseksi kieleksi ja markkinointivälineeksi. Kokenut musiikkituottaja ja saksofonisti Janne Huttunen on tuottanut biisin.

KUULE MUA! -biisin julkaisupäivä: perjantai 21.11.25

KUULE MUA! -Tsemppivideot

Julkisuudesta tutut henkilöt ovat toimittaneet nuorille tsemppaavia videotervehdyksiä.

Tsemppivideoksi editoitu kooste esitetään projektin eri tapahtumissa ja tilaisuuksissa sekä KUULE MUA! -kotisivuilla. www.kuulemua.fi.

KUULE MUA! -Messutapahtumat

Messuilla toimiminen on näkyvä ja merkittävä osa KUULE MUA! -projektia. Messut mahdollistavat projektin kohdeyleisön tavoittamisen valtakunnallisesti. Messuyhteistyön osalta KUULE MUA! -projekti on mukana mahdollisuuksien mukaan osaston sekä

lavapuheenvuorojen merkeissä mm. seuraavilla messuilla: Studia, Educa ja MP-Moottoripyörämessut

KUULE MUA! -projektin uusien ja projektia tukevien toimintojen osalta on käynnissä jatkuva kehittämistyö lukuisten ideoiden osalta. Näistä informoidaan asioiden edetessä.

10. *KUULE MUA!* PROJEKTIN ALOITUS - VUOSI 2024

Projektin määrätietoinen konseptointi alkoi alkuvuodesta 2024.

Ensimmäinen ajatus projektista heräsi jo vuonna 2021. (Tästä lisää dokumentin lopussa.)

Vuosi 2024:

- KUULE MUA! -kauppakeskustapahtumien konseptointi ja yhteydenotot
- KUULE MUA! -koulukiertueen konseptointi ja yhteydenotot
- KUULE MUA! -järjestökumppanuus (Nuorten palvelu ry.)
- KUULE MUA! -biisin työstäminen (Henna Heikkilä)
- KUULE MUA! -tsemppivideokoosteen toteutus
- KUULE MUA! -hankehakemukset: 3 hakemusta → ei rahoitusta (STEa ja SKR)
- KUULE MUA! -yhteistyökumppaneiden kontaktointi
- KUULE MUA! -materiaalien ideointi ja toteutus
- KUULE MUA! -kotisivut ja somekanavat
- KUULE MUA! -ulkoasu (materiaalit, kiertue, pukeutuminen ym.)
- KUULE MUA! -projektin pilotointi Salossa 2/2024
- KUULE MUA! -tapahtuman toteutus Someron torilla 8/2024
- KUULE MUA! -projektin esittely medialle 11/24

Vuosi 2025:

- KUULE MUA! -projektin kehittäminen
- KUULE MUA! -kauppakeskuskiertue
- KUULE MUA! -kumppanuussopimus Salibandyliiton kanssa
- KUULE MUA! -kumppanuussopimus Esport Oilersin kanssa

11. **KUULE MUA!** TAPAHTUMAN SISÄLTÖ JA TOTEUTUS KOULUISSA

Koulussa järjestettävä KUULE MUA! -tapahtuma on noin **kahden tunnin mittainen ohjelmakokonaisuus**. Tapahtuman sisältö on kohdennettu 10-19-vuotiaille oppilaille 5. luokasta lukioikäisiin asti. Ohjelma voidaan toteuttaa 1-3 kertaa päivän aikana. Toteutuspaikaksi sopii oppilasmäärästä riippuen koulun jumppasali tai vaikka alueella toimiva monitoimihalli, jolloin kuulijoita mahtuu paikalle yhdellä kertaa yli 1000 henkilöä.

Kuntien on mahdollista tehdä yhteistyötä kuntarajojen yli kouluissa järjestettävien KUULE MUA! -tapahtumien osalta, jolloin toteutus on kustannustehokasta ja tavoittaa nuoria laajemmin.

Ohjelma toteutetaan suomen kielellä tai halutessa kieliopintoja tukien englannin kielellä. Taidepaja-ryhmätyön jokainen luokka voi toteuttaa omalla äidinkielellään.

Koulukiertueesta on saatavilla lisää tietoa erillisellä dokumentilla.

12. **KUULE MUA!** TAVOITE KOULUISSA SEKÄ TAIDEPAJA-RYHMÄTÖISSÄ

Tehdään nuorten kokemat asiat näkyviksi ja kuuluviksi. Tuodaan kohderyhmän ääni sekä ratkaisu- ja kehitysehdotukset kuuluviin nuorten kokeman yksinäisyyden ja nuorten välisen kiusaamisen sekä niihin liittyvien aiheiden osalta.

Nuorten rohkaisu avoimeen kommunikaatioon myös vaikeista aiheista.

Taidepaja-ryhmätyön avulla nuorten ratkaisukeskeinen ja toiset nuoret hyväksyvä toiminta projektin aiheiden parissa eri taiteen keinoja apuna käyttäen; taiteen kokeminen ja tuottaminen sekä taiteen yhdenvertainen edistäminen.

Taidepaja-ryhmätöiden julkaisun myötä aikuisten laajamittainen havahtuminen tilanteeseen ja toimiminen nuorten haasteiden/ongelmien vähentämiseksi/poistamiseksi.

13. **KUULE MUA!** TAPAHTUMAN SISÄLTÖ JA TOTEUTUS KAUPPAKESKUKSISSA

Kauppakeskuksissa järjestettävä KUULE MUA! -tapahtuma on kestoltaan **viiden tunnin mittainen ohjelmakokonaisuus**. Tapahtuma sisältää kaikille avoimen KUULE MUA! -Torin kauppakeskuksen keskeisellä paikalla sekä vain nuorille tarkoitetun KUULE MUA! -Klubin. Paikallinen nuorisotoimi on läsnä tapahtumassa mahdollisuuksien mukaan.

Tutkimukset sekä nuoret kertovat kauppakeskusten olevan nuorille monella tapaa hyviä paikkoja; ne ovat nuorten näkökulmasta turvallista tilaa, jossa nuoret saavat olla itsenäisesti ja keskenään mutta silti aina aikuisten ympäröimiä. Tilaan (kauppakeskukseen) saapuminen on myös vapaaehtoista, mikä luo KUULE MUA! -aiheille vastaanottavan ympäristön.

Aikuiset tavoitetaan kauppakeskuksissa samoista syistä helpon asioinnin yhteydessä.

Kauppakehityksen ohjelmakokonaisuus koostuu mm. seuraavista asioista:

- Aktiivinen lavaohjelma
- Vaikuttajavierailut ja haastattelut
- Asiantuntijavierailut ja haastattelut
- Yhteistyökumppaneiden haastattelut ja esittelyt
- Yhteistyökumppaneiden esittelypisteet
- Paneelikeskustelut
- Toiminnalliset pisteet/ alueet
- nuorten kohtaaminen eri tahojen toimesta
- KUULE MUA! -tiimi juontaa, haastattelee, moderoi ja vastaa tapahtuman etenemisestä.

Ohjelmasisältöihin vaikuttaa mm. paikkakunnan asiantuntijoiden ja yhteistyökumppaneiden tarjonta ja saatavuus.

KUULE MUA! TORI

- Ohjelmasisältö kohdennettu **nuorille** ja **heidän läheisilleen /aikuisille**
- Toiminta-aika **viisi tuntia** (viikonloppuna klo 11:00-16:00).
- **Kauppakeskuksen aukio** tai muu vastaava keskeinen ja kaikille avoin sijainti.
- Monipuolista ohjelmaa ja aiheisisältöjä nuorten hyvin- ja pahoinvointiin liittyen.
- Ohjelmasisällöt yhteistyössä alueen nuoris- ja perhepalveluita tuottavien toimijoiden kanssa.
- Ajankohtaisia asioita, tiedottamista ja matalan kynnyksen kontaktoitumista.
- Harrastetoiminnan palveluita
- Yhteistyötahojen pisteet torialueella tai kiertävinä kauppakeskuksessa.
- Aktiviteettipisteet. Osallistavaa toimintaa yhdessä nuorten kanssa.
- Nuorten järjestöt esittäytyvät (mahdollisuuksien mukaan).
- Varainkeruu KUULE MUA! -kumppanuusjärjestö Nuorten palvelu ry:n varainkeruuluvalla.

KUULE MUA! KLUBI

- Ohjelmasisältö kohdennettu pääasiassa **10-20-vuotiaille** nuorille.
- Toiminta-aika noin **1 tunti** (iltapäivällä klo 13:30-14:30 välillä).
- Toteutus KUULE MUA! -tiimin, nuorten suosiman vaikuttajan/vaikuttajien sekä paikallisen nuorisotoimen kanssa.
- Kuuluvuuden, osallisuuden ja toimivuuden kokemuksen tarjoaminen nuorille KUULE MUA! -teemojen pohjalta, kertoen, kuullen ja yhdessä pohtien.
- Vuorovaikutusta nuorten esille nostamista aiheista.
- Rauhallinen ja turvallinen tila, jossa nuoret uskaltavat kysyä ja puhua sekä tulla nähdyksi. (tyhjä liiketila, sali, leffateatteri tms.)
- Läsäoleva hetki ilman puhelimia
- Meet and Greet KUULE MUA! -klubin jälkeen KUULE MUA! -torin läheisyydessä.
- Tila ja tunnelma rento; tuoleja, patjoja tai tyynyjä lattialla tms. paperia ja kyniä nuorten mietteille, halutessa jotakin tarjoilua esim. popcornia tms.

14. KUULE MUA! TAVOITE KAUPPAKESKUKSISSA

Kauppakeskustapahtumissa tavoitellaan monilta osin samoja tavoitteita, kuin valtakunnallisestikin kohdassa viisi (5).

- Kasvattaa hyvää ja eteenpäin vievää yhteyttä alueen nuoriin sekä heidän läheisiinsä, yhdessä paikallisen nuorisotyön, kauppakeskuksen, viranomaisten, järjestöjen ja kaupallisten tahojen kanssa.
- Lisätä luottamusta, ymmärrystä, yhteispeliä ja myönteisyyttä nuorten ja aikuisten välillä.
- Vahvistaa ja lisätä nuorten ja kauppakeskusten yhteispeliä ja luottamusta.
- Nuorten kuulluksi tuleminen - unelmien, toiveiden ja hyvinvoinnin edellytysten osalta.
- Kauppakeskuksen ja nuorille sekä heidän läheisilleen suunnattujen palveluiden tarjoajien yhteistyön vahvistaminen.
- Nuorten energian positiivinen kanavointi ja häiriökäyttäytymisen väheneminen.
- Kauppakeskuksen toimiminen KUULE MUA! -tapahtumassa neutraalina tiedonvälityksen ja kohtaamisen alustana nuorten, aikuisten, yhdistysten ja virallisten tahojen välillä.
- Nuorten kokeman kiusaamisen ja yksinäisyyden havaitsemisen helpottuminen.
- Edesauttaa aikuisia reagoimaan nuoria tukevasti heidän haasteissaan ja ongelmiaan.
- Positiivisen asenteen sekä uskoa ja toivoa lisäävän tunteen vahvistuminen kuulijoissa.
- Aikuisten ymmärryksen vahvistuminen alueen nuorten hyvin- ja pahoinvoinnin osalta.
- Aikuisten rohkaistuminen puuttua nuorten kokemuksiin haasteisiin ja tahtotila etsiä ratkaisuja nuorten ongelmiin.
- Tukea nuorten psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia (yksinäisyyden, kiusaamisen ja syrjäytymisen ehkäiseminen).
- Tukea eri yhteistyötahojen yhteistyötä.
- Ennaltaehkäistä pahoinvoinnin eskaloitumista.

15. KUULE MUA! BIISI

KUULE MUA! -tunnusbiisi luodaan **yhteiseksi kieleksi** ja **ilmaisutavaksi** nuorten yksinäisyyden ja kiusaamisen sanoittajana. Tunnusbiisin toivotaan olevan voimaannuttava musiikkikokemus, jolla on mahdollisuus vaikuttaa ihmisten mieliin ja tunteisiin, luoden tahtotilan muuttaa asioita. Biisi on myös ratkaisujen, toiminnan ja toivon muistuttaja.

Vaikeiden asioiden esittäminen musiikin keinoin puhuttelee, antaa sanoja kokemuksille ja tunteille sekä koskettaa tunteisiin vedoten. Biisi ilmentää sekä nuorten, että aikuisten mielteitä, tunteita ja sanomaa. Se toimii esimerkkinä aikuiselle, antaa kuulluksi tulemisen ja turvan kokemuksen nuorelle sekä kokoaa ihmisiä yhteen kuulemaan ja huolehtimaan toisistaan.

Tunnusbiisi toimii avaavana ja aseista riisuvana elementtinä KUULE MUA! -projektin tapahtumissa. Biisi johdattaa kuulijat yhteisen asian äärelle ja sekä projektin mukaiseen tunnetilaan.

Tunnusbiisillä halutaan myös muistuttaa meidän kaikkien kuulemisen ja kuulluksi tulemisen tärkeydestä. Tunnusbiisi toimii myös KUULE MUA! -projektin tärkeänä **markkinointivälineenä**.

16. KUULE MUA! TSEMPPIVIDEO

KUULE MUA! -tsemppivideo toimii pysäyttävänä materiaalina KUULE MUA! -tapahtumissa ja tilaisuuksissa sekä projektin kotisivuilla. Kooste on toteutettu monipuolisesti julkisuudesta tunnettujen henkilöiden lähettämistä viesteistä.

Tsemppivideon tuottaja on: Cocoa Mediaproductions Oy

17. KUULE MUA! VARAINKERUU

KUULE MUA! -projektia voi tukea ostamalla KUULE MUA! -tuotteita tai tekemällä lahjoituksen alla näkyvillä ohjeilla. Varat ohjautuvat järjestöyhteistyökumppani Nuorten Palvelu ry:n tiliöinnin kautta KUULE MUA! -projektin toimintaan. (Tuotemyynti: kappale 18)

Lahjoitukset mobilepaylla

1. Näppäile numero 86576
2. Valitse Nuorten Palvelu ry
3. Valitse/ kirjoita KUULE MUA!
4. Määritä haluamasi summa
5. Vahvista

Lahjoitus tilisiirtona

Saaja: Nuorten Palvelu ry
 Viesti: KUULE MUA!
 Tilinumero: FI0747860010209361, POPFFI22

Rahankeräyslupa

Myöntäjä: Poliisihallitus Arpajaishallinto
 Luvan numero: RA/2021/588
 Myöntämisajankohta: 6.5.2021
 Voimassaolo: Rahankeräyslupa on voimassa toistaiseksi
 Y-tunnus: 0292537-3

18. KUULE MUA! TUOTTEET JA TUOTEMYynti

KUULE MUA! -projektille kerätään varoja myymällä projektin kannatusituotteita.

KUULE MUA! -keskustelupakka nuorille on tuoteperheen ensimmäinen tuote ja se lanseerattiin markkinoille Educa-messuilla 24.1.25. KUULE MUA! -keskustelupakka toteutettiin yhteistyössä alan asiantuntijoiden sekä pakkoja valmistavan Dragonfly Finland Oy:n kanssa.

Pakkojen myynnistä tilittyy vähintään 5,00€ KUULE MUA! -projektille.

Muita KUULE MUA! -kannatustuotteita ovat mm. pipot, lippikset, kestokassit, T-paidat ja hupparit. KUULE MUA! -tuotevalikoima kasvaa projektin edetessä ja tuotteita ostamalla ihmiset tukevat nuorten hyväksi tehtävää työtä.



KUULE MUA! -Keskustelupakka

KUULE MUA! -kannatustuotteita

19. KUULE MUA! TAPAHTUMAN TYYLI

Vakavista ja vaikeista aiheista huolimatta tapahtuman tyyli on hymyilevä, hyväntuulinen ja tulevaisuuteen luottava. Ilo, nauru, kuten myös aito kuuleminen, läsnäolo sekä asioiden rohkea esiintuonti ovat osa projektin tyyliä.

Yhteisöllinen projekti on ulkoasultaan nuorekas ja kantaa ottava. Samaan aikaan tyylikäs ja rento sekä helposti lähestyttävä ja puhutteleva.

KUULE MUA! -projekti haluaa olla se kiva ja helposti lähestyttävä kaveri.

20. KUULE MUA! LOGO, VAATETUS JA ULKOASU

Logo kuvastaa vahvuutta ja heikkoutta, kovuutta ja herkkyyttä, intohimon paloa ja särkevää surua. Koko elämän tunnekirjo, jossa ruhjeet, kolhut, kiilto ja kimallus vuorottelevat. Logon kuulokkeet kehottavat kuuntelemaan omaa sydäntä ja muistuttaa muiden ihmisen kuuntelemisen tärkeydestä. Ilman toisten ihmisten sydämiä ei yksi sydän pärjää.

Vorssa Ink -yrittäjä **Kata Luukkala** kuunteli sekä korvillaan, että sydämellään logotoivetta ja toteutti sen ns. "ykkösellä purkkiin". Logon sydämen syke kehittyy jatkuvasti.



ME KUULEMME SUA.

Henna Heikkilä
Teresa De Rita-Cavlek

0445 300 677
0400 446 184

henna.kuulemua@gmail.com
teresa.kuulemua@gmail.com



Vaatetus, tapahtuman ulkoasu sekä myytävät KUULE MUA! -tuotteet noudattavat logon linjaa ja projektin viestit tulevat selkeästi esille projektin tuotteissa. Materiaalitarjonta laajenee projektin edetessä.

21. *KUULE MUA!* PROJEKTIN SYNTY

KUULE MUA! -projekti sai alkunsa vuonna 2021 Henna Heikkilän pohtiessa perheensä kanssa tukiperheeksi ryhtymistä mökillään. Yhteydenotto Salon alueen tukiperhetoimintaa tarjoaviin yrityksiin oli pysäyttävä hetki.

Kiireellisiä tukiperhettä odottavia lapsia ja nuoria oli Salon alueella tuolloin noin 150 henkilöä. Tähän lisäksi ”ei kiireelliset” -tukiperhettä tarvitsevat sekä tukiperhetarpeiden tarve valtakunnallisesti. Lasten ja nuorten asiat jäivät mietityttämään.

Mietteet konkretisoituivat teoiksi nuorille järjestettävän kauppakeskustapahtuman myötä Salon kauppakeskus Plazassa 10.2.2024. Nuorille suunnattu tapahtuma, yhdessä Duudsonien Jarpin kanssa toteutettuna oli menestys.

Nuorten kuuleminen oli kaiken keskiössä. Jarppi, Henna ja nuoret olivat läsnä. Ilman puhelimia.

Nuoret osallistuivat ja olivat vastaanottavia keskustelulle. Paperit täyttyivät kysymyksistä ja unelmista. Nuorten osallisuus heidän hyvinvointiin kohdennettavien varojen käytöstä oli

ME KUULEMME SUA.

Henna Heikkilä
Teresa De Rita-Cavlek

0445 300 677
0400 446 184

henna.kuulemua@gmail.com
teresa.kuulemua@gmail.com

ihailtavaa. Salon nuorisotoimi kirjasi nuorten esiin nostamat toiveet ylös, koskien alueen nuorten hyvinvointia edistäviä toimenpiteitä.

Tapahtuman jälkeen kauppakeskuksen edustaja sekä Salon kaupungin nuorten parissa toimivat tahot kokoontuivat edistämään kaupungin nuorten asioita.

"Tapaamiseen osallistui monipuolisesti kaupungin työntekijöitä. Tapaamisella keskustelimme nuorten tilanteesta ja siitä, miten yhteistyöllä voisimme heidän tulevaisuuttaan parantaa", kirjoitti kauppakeskusjohtaja Anne Kitula.

Positiivinen tapahtuma ja palaute kannusti jatkamaan projektia nuorten parissa.

Tapahtuman positiivisen palautteen innostamana Henna otti yhteyttä Teresa De Rita-Cavlekiin, projektin toiseen sydämen puolikkaaseen. Yhdessä idea lähti kasvamaan ja hakemaan muotoaan nuorten hyvinvointiin vaikuttavana projektina. Samalla vakiintui projektin nimi ja slogan: *KUULE MUA! Hyvinvointia nuorille. Yhdessä!*

Helmikuun 2024 lopulla KUULE MUA! -projektin kartoitus kauppakeskusten sekä yhteistyö- ja vaikuttajamahdollisuuksien osalta oli jo täydessä käynnissä. KUULE MUA! -projekti otti isoja harppauksia kevään 2024 aikana ja puhelut sekä sähköpostit kulkivat aktiivisesti moneen suuntaan. Kiinnostusta projektia kohtaan riitti ja projektin onnistumisesta edistämisestä oli muodostunut sydämen asia perustajille.

KUULE MUA! -Projekti oli syntynyt.

22. *KUULE MUA!* PROJEKTIN PILOTTITAPAHTUMAN PALAUTE

Alla kauppakeskusjohtaja Anne Kitulan palautteita nuorille toteutetusta tapahtumasta Salon kauppakeskus Plazassa 10.2.2024.

"Plazan kauppakeskusjohtajana olen ollut jo pitkään huolissaan kauppakeskuksessa aikaansa viettävien nuorten tilanteesta.

"On tärkeää kuunnella nuoria ja heidän huoliaan ja toiveitaan. "

"Ajatus siitä, että miten saisimme nuorten äänen kuuluville, lähti Hennan kanssa käydystä keskustelusta. Nuoruudessa kuuluukin etsiä rajoja ja pitää elämässä vauhtia yllä, mutta aina on kuitenkin ymmärrettävä oma vastuu ja mahdolliset seuraukset omalle tekemiselle. "

"Tilaisuus järjestettiin tyhjässä liiketilassa. Tila oli turvallinen. Keskustelu oli vilkasta ja kysymyksiä ja ajatuksia oli nuorilla paljon. He olivat kirjoittaneet jaetuille lapulle valmiiksi kysymyksiä ja nuorisotyöntekijät huomioivat hiljaisemmat, auttamalla heitä kysymyksissä. Tilaisuus oli todella lämminhenkinen ja saimme paljon nuorten ääntä kuuluville, joka oli tilaisuuden tärkein tarkoitus."

"Jarppi oli tähän tapahtumaan ihan paras vaihtoehto. Takana oli vauhtia ja vaaratilanteita. Kaikesta siitä kuitenkin syntyi yhdessä ystävien kanssa työ, jossa jokaisen kiinnostusta ja taitoa hyödynnettiin ammattimaisesti. Elä täysillä ja kannusta kaveria! – Hauskaa voidaan pitää, mutta ei vahingoittamalla ketään tai mitään."

Keskustelun ja kuuntelemisen tärkeys korostuu yhteistyökumppanuuksissa, kuten myös oikeanlaisen ja vastuullisen Vaikuttajan rooli esikuvana.

Paikallisten nuorisotyöntekijöiden läsnäololla on suuri merkitys KUULE MUA! -projektissa. Ujoimmat nuoret saivat rohkaisua ja apua tuoda oman äänensä kuuluviin tapahtumassa nuorisotyöntekijän avustuksella. He ovat nuoria lähellä arjessa ja edesauttavat projektin tavoitteiden toteutumista alueella myös tapahtuman tai tilaisuuden jälkeen.

23. KUULE MUA! KOMMENTTEJA JA SUOSITUKSIA YHTEISTYÖKUMPPANEILTA

KUULE MUA! -projekti on vastaanottanut paljon positiivista ja kannustavaa palautetta toiminnastaan useilta eri tahoilta. Alla on nähtävissä osa palautteista ja laajempi kooste palautteista ja kommentteista on saatavilla erillisellä dokumentilla.

Mika Poutala

Liikunta-, urheilu- ja nuorisoministeri, Minister of youth, sport and physical activity

"Kuule Mua -tapahtumat toteuttaa upealla tavalla nuorten kohtaamista heille luonnollisella tavalla. Samalla aikuiset saavat tärkeää tukea perheen arkeen. Siisteintä on yhteistyö paikallisten järjestöjen kautta, mikä takaa sen, että nuori ei jää yksin tapahtuman jälkeenkään."

Mari Hantula

Toimitusjohtaja - Kauppakeskus Mylly

"Kauppakeskus Mylly oli mukana mahdollistamassa KUULE MUA-kiertuetta jo sen ensi metreillä.

Nuoret ovat kauppakeskuksissa, myös Myllyssä, tärkeä kohderyhmä ja haluamme osaltamme olla mahdollistamassa sitä, että nuoret tulevat kuulluksi ja nähdyksi.

KUULE MUA-tapahtuma herätti runsaasti mielenkiintoa ja on upeaa seurata, miten systemaattisesti KUULE MUA-kokonaisuus rakentuu ja saa uusia ulottuvuuksia."

Anna Hyrkäs

Palvelupäällikkö, Ideapark Lempäälä

"KUULE MUA! on sydämellinen, merkityksellinen ja nuoria yhdistävä projekti, jossa nuoria kuullaan ja huomioidaan. Projektin voima syntyy Hennan ja Teresan asiantuntevuudesta sekä projektin tekemisestä täydellä sydämellä, nuorta ajatellen. Kokonaisuuden täydentää eri vaikuttajien kokemuksellinen osallistuminen.

Jarno "Jarppi" Leppälä

Duudsonit

"Mulle parasta KUULE MUA! -tapahtumissa ovat olleet aidot, kiireettömät kohtaamiset nuorten kanssa. Kunnia saada olla mukana."

Katariina Ekman

Vastuullisuuspäällikkö, Kauppakeskus Jumbo

"KUULE MUA! -projekti tekee arvokasta työtä nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi. Oli ilo olla mukana järjestämässä onnistunutta tapahtumaa Jumbossa yhdessä Hennan, Teresan ja paikallisten hyvinvointiammattilaisten kanssa."

Niko ja Santtu

Tubettajat Niko Meuronen ja Santeri Hänninen/ KUULE MUA! -Tsempparit

"KUULE MUA! -tapahtumissa on ollut huikeita ja aitoja kohtaamisia nuorten kanssa. KUULE MUA! -klubeilla olemme jutelleet tärkeistä aiheista, kuunnelleet nuorten unelmia ja rohkaisseet heitä uskomaan itseensä. Parasta on ollut avoin ja rento ilmapiiri, jossa nuoret uskaltavat puhua ja jakaa ajatuksiaan. Näissä tapahtumissa on aina ollut läsnä hyvä energia ja yhteishenki."

Anne Kitula

Kauppakeskusjohtaja - Kauppakeskus Plaza

"Kauppakeskus Plaza on ollut ylpeästi mukana KUULE MUA! -projektissa, joka on osoittautunut merkittäväksi nuorten hyvinvointia edistäväksi hankkeeksi. Kauppakeskusjohtajana voin lämpimästi suositella KUULE MUA! -tapahtumaa kaikille yhteisöille, jotka haluavat tehdä konkreettisia tekoja nuorten hyväksi. Projekti ei ole vain tapahtuma – se on asennemuutos, joka tuo toivoa ja yhteisöllisyyttä."

Hannu-Pekka "HP" Parviainen

Duudsonit/ KUULE MUA! -Tsempparit

"Kun rauhallinen kohtaaminen on mahdollista, niin aikuinen saattaa yllätyä mistä kaikesta nuori haluaa puhua ja on valmis puhumaan. Toivottavasti aikuinen ymmärtää silloin pysähtyä ja kuunnella."

Lilli Hannukainen

Tuottaja, Suomen Messut Oy

"MP 25 Jonnelan ja KUULE MUA! -yhteistyö oli ainutlaatuinen osoitus siitä, mitä tapahtuu, kun tärkeä asia, nuoret ja yhteisöllisyys kohtaavat. Yhdessä loimme jotain niin tuntuva ja kuuluvaa, että saamme nauttia yhteistyöstä myös vuonna 2026 MP26 Jonnelan merkeissä."

Minna Aallontie

Vastaava suunnittelija, Tyttö ole helmi! -etäohjaus/ Perhekuntoutuskeskus Lauste

"On ollut ilo olla KUULE MUA! -projektin yhteistyökumppanina ja päästä esittelemään *Tyttö, olet helmi!* -etäohjaustoimintaamme.

Järjestettyjen tapahtumien kautta nuorten ääni ja osallisuus palveluiden kehittämisessä vahvistuvat. KUULE MUA! -projekti on nostanut esiin ajankohtaisia ja nuorille merkityksellisiä asioita sekä vienyt niitä päättäjien tietoisuuteen. On tärkeää, että nuoret kuulevat ammattilaisia ja heitä (nuoria) kuullaan päätöksenteossa. KUULE MUA! -projekti mahdollistaa ja antaa alustan tälle. Henna ja Teresa tekevät arvokasta ja tärkeää työtä suurella sydämellä."

Henry Arrhenius**Toiminnanjohtaja, Esport Oilers**

"Haluamme seurana olla vahvasti mukana rakentamassa turvallisempaa ja merkityksellisempää arkea lapsille ja nuorille. KUULE MUA! -projektin kanssa toteutettava yhteistyö tarjoaa erinomaisen mahdollisuuden vaikuttaa tuhansien lasten ja nuorten elämään innostavalla ja heidän silmin katsotulla tavalla"

Anu Suontausta**Yrittäjä / Someron iltatorit/ tapahtumat, Pikku-pingviinin jäätelöpysäkki**

" Someron iltatoritapahtumien yhteydessä järjestetyt KUULE MUA! -tapahtumat ovat olleet erittäin onnistuneita tapahtumia. Yhteisöllisyys ja yhteishenki on ollut huikeaa ja se, kun tori on täytynyt lapsista, nuorista, perheistä, yhteistyötahoista ja kaikilla on hyvä tunnelma - se on se juttu!

On ollut suuri ilo ja kunnia saada olla mukana toteuttamassa KUULE MUA! -tapahtumaa. Uskon puhuvani kaikkien tapahtumaa järjestämässä / tapahtuman yhteistyötahoina olleiden puolesta, kun sanon että KUULE MUA! -tapahtuma konkreettisesti tukee nuorten hyvinvointia ja vahvistaa tärkeää yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Erityisesti nuoret, niin kuin jokainen meistä on tärkeä ja ansaitsee tulla kuulluksi ja nähdyksi juuri sellaisena kuin on. Kiitos KUULE MUA! tekemästänne tärkeästä työstä!"

Johanna Nivalinna**Koulunuorisotyöntekijä**

"KUULE MUA! -tapahtumassa tunnelma oli yhteisöllinen, turvallinen ja välittävä."



"Unelmat toteutuvat, kun niihin oikein uskoo ja niitä toteuttaa täydestä sydäimestään."

Me kuulemme sua,

Henna & Teresa



Kiitos!



ME KUULEMME SUA.

Henna Heikkilä
Teresa De Rita-Cavlek

0445 300 677
0400 446 184

henna.kuulemua@gmail.com
teresa.kuulemua@gmail.com