

Saku Rikala

Kohti yhdenvertaisia kuntien liikuntapalveluita

Erityisliikuntaa kuntiin 2013–2015 -hankkeen loppuraportti



LTS

Liikuntatieteellinen Seura
Finnish Society of Sport Sciences

Saku Rikala

Kohti yhdenvertaisia kuntien liikuntapalveluita

Erityisliikuntaa kuntiin 2013–2015 -hankkeen loppuraportti

Liikuntatieteellisen Seuran tutkimuksia ja selvityksiä nro 12, Helsinki 2015

Liikuntatieteellisen Seuran tutkimuksia ja selvityksiä nro 12
Erityisliikuntaa kuntiin 2013–2015 -hankkeen loppuraportti

Teksti: Saku Rikala

Projektin ohjausryhmä: Sari Rautio (pj.), Perheliikuntaverkosto; Kari Koivumäki, opetus- ja kulttuuriministeriö; Teemu Lakkasuo, Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry; Toni Piispanen, Liikuntatieteellinen Seura ry; Kirsi Rätty, Liikkuva koulu -ohjelma/LIKES; Kari Sjöholm, Suomen Kuntaliitto; Anne Taulu, Soveltava Liikunta SovelLi ry; Saku Rikala (siht.), Liikuntatieteellinen Seura ry.

© Saku Rikala ja Liikuntatieteellinen Seura ry, Helsinki 2015

Ulkoasu: Antero Airos

Kirjapaino: Mondia Oy

ISBN 978-952-5762-04-4

ISSN 1798-2464

Tiivistelmä

Saku Rikala: Kohti yhdenvertaisia kuntien liikuntapalveluita. Erityisliikuntaa kuntiin 2013–2015 -hankkeen loppuraportti. Liikuntatieteellisen Seuran tutkimuksia ja selvityksiä nro 12, Helsinki 2015.

Hankkeen tavoitteena oli parantaa pitkäaikaissairaiden, vammaisten ja toimintakyvyltään heikentyneiden iäkkäiden liikuntaedellytyksiä kunnissa. Hankkeeseen kutsuttiin mukaan ne yli 10 000 asukkaan kunnat, joissa ei ole päätoimista erityisliikunnanohjaajaa. Mukaan lähtivät Alajärvi, Eura, Huittinen, Kalajoki, Loviisa, Mänttä-Vilppula ja Orimattila.

Yhteistyökunnissa pyrittiin lisäämään erityisliikuntatoimijoiden yhteistyötä, selkiinnyttämään työn- ja vastuunjakoa, lisäämään ohjaajien ja ryhmien määrää, tuottamaan perusteita resurssien kohdentamiseksi erityisliikuntaan sekä luomaan pysyviä toimintakäytäntöjä palveluiden järjestämiseksi. Tavoitteisiin pyrittiin kouluttamalla, välittämällä ja lisäämällä tietoa sekä levittämällä hyväksi havaittuja toimintatapoja kuntiin.

Hanke käynnistettiin perustamalla kuntiin kehittämistyöryhmät, jotka kartoittivat erityisliikuntapalveluiden nykytilanteen ja kehittämistarpeet. Seuraavaksi työryhmät laativat kunnille suunnitelmat, joihin listattiin keskeisimmät kehittämistoimenpiteet. Hankkeen viimeisen vuoden aikana kunnat toimeenpanivat suunnitelmia.

Hankkeen tuloksena ymmärrys erityisliikunnasta ja halu kehittää palveluita paranivat kunnissa. Liikuntapalveluissa toiminnan painoalue suuntautui aiempaa enemmän erityisliikuntaan. Palveluiden järjestämisestä tuli suunnitelmallisempaa ja paremmin koordinoitua. Kuntiin syntyi uusia pysyviä toimintakäytäntöjä ja yhteistyöverkostoja palveluiden järjestämiseksi. Ryhmien, tapahtumien ja koulutuksien määrä lisääntyi kunnissa. Myös omatoimisen liikunnan edellytykset paranivat. Tieto ja ymmärrys liikuntapaikkojen esteettömyydestä kasvoivat. Erityisliikunta sai kunnissa aikaisempaa enemmän näkyvyyttä ja tiedottaminen palveluista parani.

Onnistumisten taustalla oli yhteistyö eri toimijoiden kanssa ja tiedon lisääntyminen kuntatoimijoilla. Tärkeää oli myös tehdä näkyväksi nykyinen toiminta ja sen kehittämiskohteet, mutta ennen kaikkea osallistaa eri toimijat mukaan kehittämistoimintaan.

Hankkeen toteutuksesta vastasi Liikuntatieteellinen Seura ry. Keskeinen merkitys hankkeen toteutuksessa oli kuntien yhteyshenkilöillä: Kirsti Kivelä (Alajärvi), Pia Malja (Eura), Teuvo Munkki (Huittinen), Jouko Moilanen (Kalajoki), Karolina Hovi ja Leif Eriksson (Loviisa), Jari Ahvenjärvi (Mänttä-Vilppula) ja Teemu Mäkipaakkanen (Orimattila). Hanketta on tukenut opetus- ja kulttuuriministeriö.

Avainsanat: erityisliikunta, soveltava liikunta, kunnat, liikuntapalvelut, kehittäminen, iäkkäät, vammaiset, pitkäaikaissairaat

Sammanfattning

Saku Rikala: Mot jämlika kommunala idrottstjänster – Idrott och motion för specialgrupper i kommunerna 2013–2015 -projektets slutrapport. Liikuntatieteellisen Seuran tutkimuksia ja selvityksiä nro 12, Helsinki 2015.

Projektet eftersträvade att förbättra förutsättningarna för motion för långtidssjuka, handikappade och äldre människor med försvagad funktionsförmåga. Till projektet kallades de kommuner som har mer än 10 000 invånare men som inte har en heltidsanställd instruktör för idrott och motion för specialgrupper. I projektet deltog följande kommuner: Alajärvi, Eura, Huittinen, Kalajoki, Lovisa, Mänttä-Vilppula och Orimattila.

I kommunerna försökte man öka samarbete inom specialmotionens område, precisera uppdelning av arbete och ansvar, öka instruktörernas och gruppernas antal och utarbeta kriterier för resursfördelningen till specialmotion. Dessutom ville man skapa permanenta verksamhets sätt för att ordna tjänster. Detta mål försökte man uppnå genom att utbilda, förmedla och öka kunskap samt genom att sprida bästa praxis till kommunerna.

Projektet inleddes genom att inrätta utvecklingsgrupper som kartlade den nuvarande situationen och utvecklingsbehovet av tjänster inom specialmotionen. Därefter utarbetade arbetsgrupperna planer, som innehöll de viktigaste utvecklingsåtgärderna. Under det sista projektåret genomförde kommunerna planerna.

Projektet resulterade i ökad förståelse för specialmotion och vilja att utveckla tjänster i kommunerna. Inom idrottstjänster kom specialmotion i fokus mer än tidigare. Organisering av tjänster blev mer systematisk och bättre koordinerad. Nya permanenta operationsmetoder och samarbetsnätverk för att ordna tjänster uppstod i kommunerna. Nya grupper, arrangemang och utbildningstillfällen uppstod i kommunerna. Också förutsättningarna för att utöva motion på eget initiativ förbättrades. Kunskap och förståelse om idrottsanläggningarnas tillgänglighet ökade.

Bakom framgången låg samarbete mellan olika aktörer och ökad kunskap hos kommunala aktörer. Det var också viktigt att den nutida verksamheten och dess utvecklingsmål blev synliga och framför allt att olika aktörer blev involverade i utvecklingsåtgärderna.

För projektets genomförande svarade Idrottsvetenskapliga Sällskapet i Finland. En central betydelse för projektets förverkligande hade följande kontaktpersoner i kommunerna: Kirsti Kivelä (Alajärvi), Pia Malja (Eura), Teuvo Munkki (Huittinen), Jouko Moilanen (Kalajoki), Karolina Hovi ja Leif Eriksson (Lovisa), Jari Ahvenjärvi (Mänttä-Vilppula) ja Teemu Mäkipaakanen (Orimattila). Projektet har fått stöd från undervisnings- och kulturministeriet.

Nyckelord: specialmotion, anpassad motion, kommuner, idrottstjänster, utvecklande, äldre människor, handikappade, långtidssjuka

Suosituksset kuntien erityisliikunnan kehittämiseksi

Valtakunnan taso

1. Viime vuosikymmeninä erityisryhmien liikunnan kehittämistyö on keskittynyt erityisliikunnan valtakunnalliseen verkostoon kuuluviin suuriin kuntiin. Erot palveluiden laajuudessa ovat kuntien välillä suuret, etenkin pienten kuntien välillä.
 - Suunnataan nykyistä enemmän kehittämistoimenpiteitä, kuten hankeavustuksia ja tiedon välitystä, pienten kuntien erityisliikunnan kehittämiseen. Otetaan pieniä kuntia mukaan erityisliikunnan valtakunnalliseen verkostoon. Järjestetään alueellisia koulutus- ja keskustelutilaisuuksia.
2. Kuntien erityisliikunnan arvioinnit on tehty hallinnon näkökulmasta huomioimatta palveluiden käyttäjien näkemyksiä.
 - Huomioidaan arvioinneissa palveluiden käyttäjien näkemykset ja kokemukset erityisliikunnan palveluista sekä esteet palveluiden käyttämiselle, jotta palveluita voidaan kehittää jatkossa vastaamaan paremmin erityisryhmien tarpeita.
3. Sosiaali- ja terveydenhuollon palvelurakennemuutoksen tavoitteena on luoda palveluketjujen saumaton kokonaisuus eri palveluiden välille.
 - Huomioidaan palvelurakennemuutuksessa saumattoman palveluketjun ulottuminen soveltavan liikunnan palveluihin.

Paikallistaso

1. Erityisliikunnan kysymykset koetaan kuntien päätöksenteossa ja monen hallinnonalan arjessa vieraksi, minkä johdosta ne jäävät usein vähälle huomiolle. Erityisliikuntaa ei koeta kaikissa kunnissa peruspalveluksi, mikä näkyy muun muassa sitoutumisen, suunnitelmallisuuden ja resurssien vähyytenä.
 - Otetaan erityisliikunta mukaan liikuntaa ja hyvinvointia koskeviin asiakirjoihin – erityisesti kuntastrategioihin ja hyvinvointikertomuksiin. Laaditaan kunnallisia kehittämissuunnitelmia yhteistyössä eri toimijoiden kanssa. Välitetään päättäjille tietoa erityisryhmien liikunnasta järjestämällä koulutus- ja keskustelutilaisuuksia. Kehitetään erityisliikunnan seurantajärjestelmiä, joilla tuetaan kunnallista päätöksentekoa.
2. Liikuntapalveluiden yhteistyö muiden hallinnonalojen, yhdistysten ja naapurikuntien kanssa on erityisliikunnan alueella vähäisempää kuin liikunnassa yleensä. Tämä korostuu pienissä kunnissa.
 - Lisätään yhteistyötä perustamalla paikallisia kehittämistyöryhmiä ja järjestämällä yhdistysfoorumeita. Hyödynnetään eri toimijoiden osaamista lisäämällä konsultoivaa

työotetta ja yhdistetään resursseja laadukkaampien ja monipuolisempien palveluiden tarjoamiseksi sekä palveluketjujen luomiseksi kuntoutuksesta liikuntaan.

3. Pienten kuntien erityisliikunnan ryhmätoiminta keskittyy iäkkäisiin. Monet vammaisryhmät ja pitkäaikaissairaat jäävät kokonaan ilman ryhmäliikuntaa.
 - Kunnissa monipuolistetaan ryhmätarjontaa, jotta kaikilla olisi mahdollisuus osallistua avoimeen ryhmätoimintaan. Käynnistetään uusia ryhmiä yhteistyössä ja hyödyntämällä eri hallinnonalojen, yhdistysten, liikuntaseurojen ja oppilaitosten osaamista. Etenkin pienissä kunnissa käynnistetään kaikille avoimia yleisiä ryhmiä, joihin on mahdollista saada riittävästi liikkuja. Kouluttamalla vertaisohjaajia, voidaan ohjaajaresursseja suunnata haastavampiin ryhmiin.
4. Pienissä kunnissa on vähän ohjaajaresursseja ja erityisliikunnan osaamista.
 - Kunnat huolehtivat henkilöstön erityisliikuntaosaamisen kehittämisestä. Liikunta-toimi järjestää muille toimijoille kouluttaja-, ohjaaja- ja vertaisohjaajakoulutuksia. Huolehditaan koulutusten realisoitumisesta ohjaajaresursseiksi tukitoimilla, kuten järjestämällä vertaistukea ja mentorointia tai mahdollistamalla ryhmän ohjaaminen ensin ohjaajaparin kanssa.
5. Ohjattuun liikuntatoimintaan osallistuminen on vähäistä verrattuna omatoimiseen liikuntaan.
 - Kehitetään omatoimisen liikunnan edellytyksiä kunnissa esimerkiksi tarjoamalla esteettömiä lähiliikuntapaikkoja ja -reittejä, hankkimalla liikunnan apu- ja toimintavälineitä, järjestämällä koulutuksia liikunnan harrastamisesta ja avustamisesta sekä lanseeraamalla erityisliikunta- ja avustajakortteja.
6. Kuntien tuki keskittyy liikunnan sekä liikunta- ja urheiluseurojen avustamiseen, jolloin jää hyödyntämättä kansanterveys-, vammais- ja eläkeläisjärjestöjen mahdollisuudet liikuttaa kuntalaisia.
 - Yhtenäistetään kuntien liikunnan avustussäännöstöä niin, että erityisliikuntaa järjestävät yhdistykset ovat tasa-arvoisessa asemassa liikunta- ja urheiluseurojen kanssa.
7. Kuntien tulee kuulla kunnan asukkaita liikuntaa koskevissa keskeisissä päätöksissä.
 - Otetaan kunnissa eläkeläis-, kansanterveys- ja vammaisyhdistykset sekä kaikki kuntalaiset – myös erityisliikunnan piiriin kuuluvat – mukaan suunnittelemaan palveluita.

Sisällys

| | |
|--|-----------|
| Tiivistelmä | 3 |
| Sammanfattning | 4 |
| Suositukset kuntien erityisliikunnan kehittämiseksi | 5 |
| 1. Johdanto | 9 |
| 1.1. Ulkopuolelta keskiöön – erityisryhmien liikunnan kehitys | 9 |
| 1.2. Neljäs Erityisliikuntaa kuntiin -hanke | 10 |
| 2. Erityisliikuntapalvelut pienissä kunnissa | 13 |
| 3. Kuntien erityisliikunnan kehittämistyö | 17 |
| 3.1. Erityisliikuntaa kuntiin -hankkeet vuosina 2004–2009 | 17 |
| 3.2. ERIKU 2007–2009-hankkeen suositusten toteutuminen | 19 |
| 3.3. Kuntien erityisliikunnan kehittäminen hankkeissa 2010-luvulla | 23 |
| 4. Erityisliikuntaa kuntiin 2013–2015 -hanke | 27 |
| 4.1. Hankkeen tavoitteet | 27 |
| 4.2. Kuntien lähtötilanne | 27 |
| 4.3. Kehittämistoiminnan eteneminen kunnissa | 30 |
| 4.4. Tehdyt toimenpiteet ja arviointi hankkeen vaikutuksista | 31 |
| 5. Kuntien soveltavan liikunnan palveluiden tulevaisuus | 43 |
| Liitteet | 45 |

Liikkujan ääni

Asenne ja ilmapiiri ratkaisevat – soveltaa pystyy aina

Liikunta on ollut vahvana osana elämäntapaani niin kauan kuin muistan. Jo pienestä pitäen erityisesti pihapelit vanhempien kanssa sekä erilaiset yleisurheilulajit veivät mukanaan. Suurena voimana itselläni on ollut myös halu kilpailla ja kehittyä, joskus muita ja joskus itseäni vastaan. Aivan varhaislapsuudessa kyky ja voimat liikkua pyörätuolin kanssa eivät luonnollisesti olleet vielä kovin hyvällä tasolla, minkä takia oli luontevaa, että avustaja oli ensimmäisillä koululuokilla mukana liikuntatunneilla. Kaikki samat jutut kuitenkin tehtiin muiden kanssa, eikä oikeastaan mistään tarvinnut jäädä paitsi. Myöhemmin oppi sitten itsekin hallitsemaan eri lajeja ilman avustajaa ja soveltamaan hankalia juttuja.

Kalajoki on ollut aina onnellinen paikka asua ja harrastaa. Toki erityisliikkujana pienellä paikkakunnalla on aina haasteita, ja erityisesti joukkuelajeihin olisi ollut helpompi päästä isommilla paikkakunnilla. Liikuntapaikkojen esteellisyys on tuottanut hankaluuksia vielä myöhemmälläkin iällä. Toisaalta koen Kalajoen liikuntamahdollisuudet pienellä soveltamisella ja päivittämisellä kelle tahansa soveltuviksi. Esteettömyyttä pitää kuitenkin vielä parantaa, jotta kaikki hienot liikuntapaikat ovat entistä helpommin saatavilla.

Kaikki edellä mainittu on konkretiaa, mutta kaikista tärkeimpänä haluan tuoda esille asenteiden muokkaamisen ja ilmapiirin luomisen. Minulla on ollut suuri etuoikeus kokeilla ja liikkua todella kannustavien vanhempien kanssa lapsena sekä myöhemmin liikunnanopettajien tunneilla. Paljon toisenlaisiakin tarinoita olen kuullut koulumaailmasta. Erityisliikkujan kynnyksuskaltoa ja kokeilla on aina suurempi kuin vammattoman liikkujan. Siksi juuri kannustaminen, niin lähipiirin kuin yhteiskunnan, on ensiarvoisen tärkeää.

Teksti: Tuomo Himanka

1. Johdanto

Kunnat ovat keskeisessä asemassa suomalaisten liikuttamisessa. Kunnat käyttävät valtioon verrattuna moninkertaisesti resursseja liikuntaan ja omistavat valtaosan liikuntapaikoista. Kunnat tuottavat myös liikuntapalveluita. Kunnallisten palveluiden merkitys korostuu niille, joilla on vamman, sairauden tai muun toimintakyvyn heikentymisen tai sosiaalisen tilanteen vuoksi vaikea osallistua yleisesti tarjolla olevaan liikuntaan. Nämä henkilöt muodostavat liikunnan erityisryhmät, joilla tarkoitetaan vammaisia, pitkäaikaissairaita ja toimintakyvyltään heikentyneitä iäkkäitä.

Erityisliikunnan (*tai soveltavan liikunnan*)¹ piiriin kuuluu arviolta yli miljoona suomalaista. Kyse on yhtä suuresta kuntien liikuntapalveluiden kohderyhmästä kuin lapset ja nuoret. Ohjatussa erityisliikunnassa liikkuu nykyisin arviolta noin 250 000 henkilöä². Merkittävimmät erityisliikunnan järjestäjät ovat kuntien liikuntatoimet, järjestöt, sosiaali- ja terveyshuollon laitokset sekä koulut. Väestön ikääntymisen myötä soveltavan liikunnan palveluiden merkitys kasvaa tulevaisuudessa.

Erityisryhmät hyötyvät terveytensä ja toimintakykynsä kannalta liikunnan harrastamisesta enemmän kuin muut. Tämän vuoksi on perusteltua, että yhteiskunta tukee erityisryhmien liikuntaa. Kuntien erityisliikuntapalvelut ovat keskeisessä asemassa takaamassa yhdenvertaiset liikuntamahdollisuudet kaikille kuntalaisille. Kaikissa kunnissa ei ole kattavaa yhdistyskenttää, joka tuottaisi palveluita kaikille kuntalaisille. Yhdistysten ryhmät eivät ole välttämättä kaikille avoimia. Erityisryhmien liikunta vaatii soveltamista ja erityisosaamista, jota ei ole kaikissa yhdistyksissä. Kuntien tulisi turvata liikuntamahdollisuudet niille väestöryhmille, jotka eivät ole järjestötoiminnan piirissä tai joille järjestöt eivät järjestä toimintaa tai jotka eivät pysty liikumaan omatoimisesti.

1.1. Ulkopuolelta keskiöön – erityisryhmien liikunnan kehitys

Erityisryhmien liikunta alkoi vakiintua käsitteenä 1960-luvun lopulta lähtien. Samalla erityisliikunta alkoi organisoitua ja tuli osaksi julkisen vallan toimenpiteitä. Tätä ennen erityisryhmiin kuuluvat olivat ikään kuin liikuntatoiminnan ulkopuolella ja toiminta oli piilotettua.

Vuonna 1976 käynnistyivät ensimmäiset kuntakokeilut erityisryhmien liikunnan kehittämiseksi. Laajamittaisempi erityisryhmien ohjattu liikuntatoiminta käynnistyi kunnissa 1980-luvulla, jolloin kunnat ottivat päävastuun erityisliikunnan järjestämisestä paikallistasolla ja palkkasivat valtion tuella erityisliikunnanohjaajia. Samalla erityisliikunnan kehittämistyö pääsi hyvään vauhtiin ja alan resurssit alkoivat kasvaa.

Talouselämyksen myötä erityisliikunnan resurssien kasvu ja kehittämistyö pysähtyivät kunnissa 1990-luvun alkupuoliskolla. Opetusministeriössä nähtiin, etteivät kunnat pystyneet tarjoamaan erityisryhmille vielä riittävästi liikuntapalveluita. Kehittämistyön vauhdittamiseksi käynnistettiin Erityisliikuntaa kuntiin 1997–1999 -hanke.³ Vuonna 1998 liikuntalain uudistuksessa mää-

¹ Tässä raportissa käytetään pääasiassa käsitettä erityisliikunta, jota on käytetty niin tämän kuin aikaisempien ERIKU-hankkeiden nimissä. Kunnissa erityisliikunta on edelleen käytetty ja tunnistettu käsite. Erityis-etuliite on mukana myös monissa kunnissa toimivissa ammattinimikkeissä. Tulevaisuudessa soveltavan liikunnan -käsite tulee todennäköisesti korvaamaan erityisliikunta-käsitteen myös kuntakentällä.

² Koivumäki, Kari: Erityisliikunnan perustiedosto 2014. Valtion Liikuntaneuvosto/Erityisliikunnan jaosto. www.lts.fi.

³ Piispanen, Toni–Koivumäki, Kari: Erityisliikunnanohjaajajärjestelmän synty – laadukasta liikuntaa jo yli 25 vuoden ajan. Liikunta & Tiede 6/2010.

riteltiin kunnille tehtäväksi luoda edellytyksiä kuntalaisten liikunnalle ottaen huomioon myös erityisryhmät.⁴

Erityisliikunta vakiinnutti paikkansa suomalaisessa liikuntakulttuurissa 1990-luvun lopulta alkaen.⁵ Kuntien erityisliikunnan tarjonta on kasvanut koko 2000-luvun. Kehittämistyötä on jatkettu 2000-luvulla myös yhä enemmän erilaisilla hankkeilla. Lisäksi 2000-luvulla arviointityö on tullut osaksi erityisliikuntaa. Kuntien erityisliikuntaa on arvioitu neljän vuoden välein. Arvioinneilla on vastattu valtionhallinnon tarpeeseen saada tietoa kuntien toiminnasta.⁶

Nykyisin erityisliikunnalla ja soveltavalla liikunnalla on vahva asema julkisen liikuntatoiminnan sääntelyssä ja perusteluissa. Lainsäädännön mukaan liikunta on jokaisen perusoikeus ja peruspalvelu. Liikuntalain tavoitteena on edistää eri väestöryhmien mahdollisuuksia harrastaa liikuntaa. Tavoitteena on myös edistää väestön hyvinvointia, terveyttä ja fyysistä toimintakykyä. Kuntien tulee järjestää terveyttä ja hyvinvointia edistävää liikuntaa huomioiden eri kohderyhmät. Maankäyttö- ja rakennuslailla tavoitellaan esteetöntä ympäristöä. Valtion liikuntapolitiikassa keskeisiä periaatteita ovat yhdenvertaisuus, tasa-arvo sekä koko väestön mahdollisuus liikua.⁷ Lisää soveltavan liikunnan lainsäädännöstä on liitteessä 1.

Käytännön tasolla erityisliikunnan asema ei näytä enää niin hyvältä kuin säädöksissä ja asiakirjoissa. Erityisliikunnan osuus valtion liikuntabudjetista on noin viisi prosenttia. Valtakunnallisille ja alueellisille liikuntajärjestöille myönnettyistä toiminta-avustuksista erityisryhmien liikuntaa edistävien järjestöjen osuus on vajaat seitsemän prosenttia.⁸ Noin 70:sta lajiliitosta vain parissakymmenessä on keskitytty joko vammaiskilpaurheiluun ja/tai on sovellettu palveluja erityisryhmille. Kolmasosa lajiliitoista ei liikuta erityisryhmiin kuuluvia henkilöitä lainkaan. Vain joka kymmenes urheiluseura järjestää erityisryhmille toimintaa.⁹ Kuntien liikuntatoimien käytömenoista erityisliikunnan seitsemän miljoonan osuus on minimaalinen. Pienistä alle 10 000 asukkaan kunnista kolmasosa ei järjestä erityisliikuntaa.¹⁰

Kehittyneen liikuntakulttuurin tunnusmerkiksi on sanottu kattavia erityisryhmien liikuntapalveluja¹¹. Kuntien erityisliikuntapalveluissa on tapahtunut viime vuosikymmeninä paljon positiivista kehitystä ja toiminta on laajentunut kunnissa. Maailmanlaajuisesti tarkasteltuna Suomessa on kehittynyt ja edistyksellinen liikuntakulttuuri. Hyvästä kehityksestä huolimatta palveluissa on vielä paljon kehitettävää.

1.2. Neljäs Erityisliikuntaa kuntiin -hanke

Erityisliikuntapalveluiden kehittämiseksi kunnissa käynnistettiin huhtikuussa 2013 Erityisliikuntaa kuntiin 2013–2015 -hanke. Hankkeen taustalla ovat aikaisemmat kolme Liikuntatieteellisen Seuran toteuttamaa samannimistä hanketta vuosilta 1997–1999, 2004–2006 ja 2007–2009 (*myöhemmin ERIKU-hankkeet*). Hankkeilla on kehitetty erityisliikuntaa niissä yli 10 000

⁴ Valtionhallinto liikunnan edistäjänä 2011–2015. Valtion liikuntaneuvoston julkaisu 2015:4.

⁵ Rintala, Pauli–Huovinen, Terhi–Niemi, Satu: Soveltava liikunta. 2012. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 168.

⁶ Koivumäki, Kari: Erityisliikunnan perustiedosto 2014. Valtion Liikuntaneuvosto/Erityisliikunnan jaosto. www.lts.fi. ja Piispanen, Toni–Koivumäki, Kari: Erityisliikunnanohjaajajärjestelmän synty – laadukasta liikuntaa jo yli 25 vuoden ajan. Liikunta & Tiede 6/2010.

⁷ Valtionhallinto liikunnan edistäjänä 2011–2015. Valtion liikuntaneuvoston julkaisu 2015:4.

⁸ Valtionhallinto liikunnan edistäjänä 2011–2015. Valtion liikuntaneuvoston julkaisu 2015:4.

⁹ Saari, Aija: Vammaisurheilu ja erityisliikunta lajiliitoissa. Valtion liikuntaneuvoston julkaisu 2015:1.

¹⁰ Ala-Vähälä, Timo–Rikala, Saku: Erityisliikunnan tilanne kunnissa 2013. Valtion liikuntaneuvoston julkaisu 2014:5.

¹¹ Koivumäki, Kari: Liikunnan erityisryhmät. Teoksessa Kimmo Aaltonen (toim.): Urheilun ja liikunnan oikeus käytännössä. 2004.

asukkaan kunnissa, joissa ei ole erityisliikunnanohjaajaa. Selvitysten mukaan erityisryhmien liikuntapalvelut ovat laaja-alaisemmat ja paremmin organisoitu kunnissa, joissa on palkattuna erityisliikunnasta vastaava työntekijä.

Aikaisemmillä ERIKU-hankkeilla on onnistuttu vahvistamaan erityisliikunnan asemaa kunnissa, kasvattamaan ryhmien, tapahtumien ja ohjaajien määrää sekä lisäämään eri toimijoiden osaamista ja yhteistyötä. Neljänteen ERIKU-hankkeeseen lähti mukaan seitsemän kuntaa: Alajärvi, Eura, Huittinen, Kalajoki, Loviisa, Mänttä-Vilppula ja Orimattila (kuva 1). Alajärvellä liikuntapalvelut järjestää vuoden 2016 loppuun asti Järvi-Pohjanmaan yhteistoiminta-alue, jossa on mukana Alajärvi, Soini ja Vimpeli. Hanketta päätettiin toteuttaa koko yhteistoiminta-alueella. Hanketta rahoitti opetus- ja kulttuuriministeriö.



Kuva 1. Hankkeen yhteistyökunnat

Kaupunginjohtajan ääni

Yhdistykset ja kuntalaiset mukaan toimintaan ja sen suunnitteluun

Huittisten kaupunginjohtaja Jyrki Peltomaalla on hyvä ymmärrys erityisliikunnasta. Hän lienee poikkeus, sillä erityisliikunta-asiat eivät ole yleensä läsnä kaupunginjohtajien työn arjessa. Huittinen on kehittänyt aktiivisesti erityisryhmien liikuntaa viimeisten vuosien aikana, mikä on kasvattanut myös kaupunginjohtajan ymmärrystä asiasta. Peltomaan mielestä erityisliikunnalla on erittäin tärkeä merkitys niin kaupungille kuin sen asukkaille. *”Palveluilla on suora vaikutus esimerkiksi ihmisten kykyyn selviytyä kotonaan mahdollisimman pitkään. Tämä on inhimillisesti tärkeä asia ja samalla vähentää sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujen tarvetta”*, toteaa Peltomaa.

Kaupunginjohtajan mielestä erityisliikuntapalveluiden kehittämisessä on tärkeää saumaton yhteistyö kaupungin sisällä eri hallintokuntien välillä. Lisäksi kolmatta sektoria kannattaa hyödyntää mahdollisimman laajasti palveluiden tuotannossa. Huittisissa on viety kehittämistyötä eteenpäin kaupunginjohtajan ”opein”: yhteistyön kehittäminen kuntouttavista palveluista liikuntapalveluihin on käynnistynyt ja yhdistykset ovat olleet jo pitkään aktiivisesti mukana tuottamassa palveluita.

Vaikka erityisliikunnan perustiedot ovat kaupunginjohtajalla kunnossa, kaipaa hän lisää tietoa päätöksenteon tueksi. Peltomaa nostaa esille esimerkiksi esteettömyystiedon: *”Tarvitsemme tietoa, jolla pystymme rakennukset ja ulkoilmatilat suunnittelemaan mahdollisimman esteettömiksi. Näin ne palvelevat meitä kaikkia tasapuolisesti.”* Lisäksi hänen mielestä oman kaupungin erityisliikunnan toiminnasta ja laajuudesta olisi hyvä tuoda entistä enemmän tietoa päättäjien tasolle. Liikunnan tuottamista taloudellista säästöistä olisi myös kiinnostavaa saada tietoa, mutta luotettavan tiedon tuottaminen on varmasti vaikeaa. Sen sijaan Peltomaan mielestä päättäjillä on riittävästi tietoa liikunnan vaikutuksista terveyteen.

Kaupunginjohtaja näkee tärkeänä kanavoita kuntalaisten näkemyksiä osaksi palveluiden suunnittelua ja päätöksentekoa: *”Kuntalaiset ovat mukana esimerkiksi kaavoitusprosessissa jo lain perusteella, mutta se ei tietenkään riitä. Tarvitaan erilaisia kuntalaistapahtumia ja -foorumia, joissa näistä asioista keskustellaan.”* Huittisissa järjestettiin ensimmäinen yhdistysfoorumi helmikuussa 2015. Seuraavan kerran erityisliikunnan asioista keskustellaan Huittisissa yhdessä päättäjien ja kuntalaisten kanssa marraskuussa.

Teksti: Saku Rikala

2. Erityisliikuntapalvelut pienissä kunnissa

Pienissä alle 20 000 asukkaan kunnissa asuu yhteensä noin miljoona suomalaista ja vähintään 200 000 erityisliikunnan piiriin kuuluvaa henkilöä. Heidän mahdollisuudet harrastaa liikuntaa näyttävät riippuvan asuinkunnasta ja mihin erityisryhmään he kuuluvat. Osa pienistä kunnista on ottanut erityisliikunnan yhdeksi liikuntapalveluiden painoalueeksi ja kohdentanut siihen myös resursseja. Näissä kunnissa on asukasluokun ja resursseihin nähden monipuoliset erityisliikuntapalvelut eri kohderyhmille.

Pienistä kunnista keskimäärin kolmasosassa liikuntatoimi ei tuota eikä järjestä erityisliikuntapalveluita. Näissä kunnissa liikuntatoimi luo vain edellytyksiä muille toimijoille (esimerkiksi tarjoamalla tiloja tai myöntämällä avustuksia) järjestää palveluita. Jos tällaisessa kunnassa ei ole aktiivisia yhdistyksiä, erityisliikuntapalvelut ovat olemattomat.

Pienten kuntien erityisliikuntaan käyttämissä resursseissa on suurta vaihtelua. Resurssieroja selittää osin se, että osa kunnista on palkannut erityisliikunnanohjaajan. Ohjaajan omaavissa kunnissa erityisliikunnan käyttömenot ovat kaksin- tai kolminkertaiset verrattuna kuntiin, joissa ei ole ohjaajaa. Kokonaisuudessaan erityisliikunnan osuus pienten kuntien liikunnan käyttömenoista on minimaalinen¹².

Erityisliikunnanohjaajan omaavat kunnat pystyvät käyttämään luonnollisesti myös enemmän henkilöstöresursseja erityisliikuntaan kuin kunnat, joissa ei ole ohjaajaa. Toki moni pieni kunta on panostanut erityisliikuntaan myös muulla tavalla kuin palkkaamalla päätoimisen ohjaajan, kuten hyödyntämällä tunti-ohjaajia. Ohjaajan omaavat kunnat pystyvät käyttämään henkilöstöresursseja ryhmien ohjaamisen lisäksi toiminnan kehittämiseen, mikä voi entisestään kasvattaa kuntakohtaisia eroja palveluiden laajuudessa. Kaikkein huonoimmassa asemassa ovat pienimmät kunnat, joilla ei ole käytössä juuri mitään henkilöstöresursseja mihinkään liikuntatoimintaan. Tällöin erityisliikuntatoiminta on kunnassa lähinnä yhdistysten varassa.

HYVÄ KÄYTÄNTÖ • Kuntien yhteisellä erityisliikunnanohjaajalla on mahdollista tarjota erityisliikunnan palveluita pienissä kunnissa vähäisillä kustannuksilla koordinoitusti ja hyvässä yhteistyössä naapurikuntien kanssa. Esimerkiksi **Petäjäveden** kunnalla on erityisliikunnanohjaaja yhdessä lähikuntien **Keuruun** ja **Multian** kanssa. Ohjaustyöpäiviä on Keuruulla kaksi ja Multialla sekä Petäjävedellä yksi. Lopputyöaika on varattu suunnitteluun, tapahtumiin ja koulutuksiin sekä muihin yhteisten asioiden hoitoon. Petäjävedellä ohjaajan palkkakustannukset on jaettu vielä liikunta- ja sosiaalitoimen kesken.

Liikuntalain mukaan kuntien tulee tukea liikunnassa kansalaistoimintaa esimerkiksi järjestöavustuksilla. Pienistä kunnista vain vajaat puolet myöntää avustuksia erityisliikuntaan. Sen sijaan lähes kaikki pienet kunnat avustavat liikunnan seuratoimintaa. Valtaosa pienten kuntien liikunnan kansalaistoiminnan avustuksista kohdentuu seuratoiminnan tukemiseen ja selkeästi

¹² Pienten kuntien liikuntatoimien erityisliikunnan käyttömenot olivat keskimäärin 1,3 euroa asukasta kohden, kun vastaavissa kunnissa liikuntatoimien käyttökustannukset olivat kokonaisuudessaan keskimäärin 85 euroa asukasta kohden. Erityisliikunnan käyttömenoja koskevat tiedot otettu teoksesta: Ala-Vähälä, Timo-Rikala, Saku: Kuntien erityisliikunta 2013. Liikunnan käyttömenojen kokonaistiedot laskettu: Lipas-tietopankki – Kuntien taloustiedot vuodelta 2013. www.liikuntapaikat.fi 6.10.2015.

pienempi osa kohdentuu erityisliikuntaa järjestäville yhdistyksille¹³. Avustusten myöntäminen erityisliikuntaan on yleistynyt kuitenkin 2000-luvun alusta.

Liikuntalain mukaan kuntien tulee luoda edellytyksiä liikunnalle yhteistyössä eri toimijoiden kanssa. Yhteistyövelvoite näyttää toteutuvan yleisesti ottaen hyvin: lähes kaikkien kuntien liikuntatoimet tekevät vähintään jonkin verran yhteistyötä liikunnan kannalta keskeisten hallinnonalojen kanssa¹⁴.

Erityisliikunnan osalta yhteistyövelvoite ei toteudu yhtä hyvin: kaksi kolmasosaa pienten kuntien liikuntatoimista tekee jonkinlaista yhteistyötä erityisliikunnassa muiden hallinnonalojen, kansalaisopistojen ja järjestöjen kanssa. Toisten kuntien kanssa yhteistyötä tekee liikuntatoimista alle puolet.

HYVÄ KÄYTÄNTÖ • Palveluiden järjestäminen yhteistyössä mahdollistaa liikuntapalveluiden laajentamisen pienten kuntien asukkailla. Esimerkiksi ”Kaakon kaksikossa” Miehikkälä ostaa palvelut isäntäkunta Virolahdelta, joka tuottaa palvelut. Yhteistyöllä pystytään tarjoamaan monipuolisesti erilaisia liikunta- ja erityisliikuntaryhmiä. Osa ryhmistä toteutetaan omalla toimintana, osa ostopalveluina yhdistyksiltä. Yhteistyö tuo toimintaan myös joustavuutta. Kuntalaiset voivat osallistua toisenkin kunnan ryhmiin. Tiloja ja tekijöitä on enemmän, minkä vuoksi sijainen löytyy tarvittaessa helpommin ja voidaan tehdä työnjakoa vastuissa. Yhteisen terveystoimen avulla saadaan asiakkaat myös kulkemaan saumattomasti liikuntatoimen palveluihin.

Ryhmäliikunta keskittyy pienissä kunnissa iäkkäisiin. Näin tapahtuu etenkin kunnissa, joiden liikuntatoimissa ei ole riittävästi erityisliikunnan osaamista ja henkilöstöresursseja tai kunnassa ei ole kattavaa ja aktiivista kansanterveys- ja vammaisjärjestöjen verkostoa. Pienissä kunnissa näyttävät jäävän ilman ohjattua ryhmätoimintaa muun muassa aistivammaiset ja neurologisesti sairaat. Kuntien erityisliikuntaryhmissä liikkuvat useimmiten iäkkäät naiset, mutta moni erityisliikunnan palveluja tarvitseva mies näyttää jäävän tai jättäytyvän ryhmätoiminnan ulkopuolelle.

Vähäiset resurssit ovat yleisin este pienissä kunnissa erityisliikunnan järjestämiselle. Liikuntatoimissa ei ole riittävästi henkilöstöä organisoimaan toimintaa tai ohjaajia vetämään ryhmiä. Välttämättä myöskään taloudelliset resurssit eivät anna myöden käynnistää uutta toimintaa.

Resurssien jälkeen yleisimmäksi ongelmaksi koetaan erityisryhmäläisten vähäinen määrä tai heidän vähäinen kiinnostus liikuntaan. Pienissä kunnissa ei nähdä olevan riittävästi eri vammaisryhmien edustajia tai pitkäaikaissairaita, jolloin kunnassa katsotaan, ettei ryhmäliikunnalle ole perusteita. Myös puute sopivista tiloista ja vuoroista, kuljetusongelmat sekä pitkät välimatkat koetaan ongelmiksi pienissä kunnissa.

¹³ Pienten kuntien avustukset erityisliikuntaan olivat keskimäärin 0,2 euroa asukasta kohden, kun vastaavissa kunnissa avustukset liikuntaan kokonaisuudessaan olivat keskimäärin 5,4 euroa asukasta kohden. Erityisliikunnan avustamista koskevat tiedot otettu teoksesta: Ala-Vähälä, Timo-Rikala, Saku: Kuntien erityisliikunta 2013. Avustusten kokonaistiedot laskettu: Lipas-tietopankki – Kuntien taloustiedot vuodelta 2013. www.liikuntapainkat.fi 6.10.2015.

¹⁴ Hakamäki, Pia-Aalto-Nevalainen, Päivi-Saaristo, Vesa-Ståhl, Timo: Liikunnan edistäminen kunnissa 2011–2014. Seurantaraportti. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2015:18.

HYVÄ KÄYTÄNTÖ • Kuljetuksilla liikuntaharrastuksiin mahdollistetaan ohjattu liikunnan harrastaminen liikkumisongelmallisille. Esimerkiksi **Valkeakoskella** Palvelulinja Sampo-bussi kuljettaa asiakkaat kuntosalille harjoittelemaan fysioterapeutin ohjauksessa. Asiakas maksaa kuljetuksesta paikallisliikenteen taksan. Asiakkaina ovat yli 75-vuotiaat kotona asuvat liikkumisongelmaiset ikäihmiset. Ryhmään tullaan kotihoidosta, lääkärin läheteellä tai asiakkaan pyynnöstä. Lähde: Voimaa Vanhuuteen-ohjelma.

Erytisliikunta pienissä alle 20 000 asukkaan kunnissa vuonna 2013

- Liikuntatoimen erityisliikunnan käyttömenot 1,3 euroa asukasta kohden.
- Erytisliikunnan järjestöavustukset 0,2 euroa asukasta kohden.
- Keskimäärin avustettiin 2,5 järjestöä ja keskimääräinen avustus 400 euroa.
- Liikuntatoimien henkilöstöresurssit erityisliikuntaan viikossa keskimäärin 16 tuntia, josta yli puolet kohdistui ryhmien ohjaamiseen.
- Liikuntatoimella 9 ryhmää 10 000 asukasta kohden:
 - Ikääntyneille 6 ryhmää
 - Vammaisille 1 ryhmä
 - Pitkäaikaissairaille 1 ryhmä
 - Muut (esim. lapset ja nuoret tai lajiperusteiset ryhmät) 1 ryhmä
- Muilla toimijoilla keskimäärin 25 ryhmää 10 000 asukasta kohden:
 - Järjestöt 9 ryhmää
 - Sosiaali- ja terveystoimi 7 ryhmää
 - Kansalaisopistot 7 ryhmää
 - Muut (esim. koulutoimi ja yksityiset toimijat) 3 ryhmää

Lähde: Ala-Vähälä, Timo – Rikala, Saku: Erytisliikunnan tilanne kunnissa 2013. Valtion liikunta-neuvoston julkaisuja 2014:5.

Ohjaajan ääni

Liikkujien onnistumisista iloa myös ohjaajalle

Sirkka Rajala työskentelee Alajärven seudulla työhyvinvointipäällikkönä. Erityisliikunnan ohjaaminen alkoi hänellä jo opiskeluaikana Jyväskylässä. Fysioterapeutin opintojen ohessa Rajala osallistui erityisliikunnan koulutuspäiviin ja ryhtyi vetämään CP-vammaisten liikuntaryhmää. Myöhemmin fysioterapeutin työtehtäviin kuului erityisryhmien liikunnan ohjaaminen, mutta myös vapaa-aika kului liikunnan ohjaajana.

Työtehtävien muuttumisen takia liikunnan ohjaamiseen tuli vuosien tauko, kunnes Alajärvellä järjestettiin erityisuinnin ideapäivät tammikuussa 2015. Sirkka Rajala osallistui koulutukseen liikuntasihteeri Kirsti Kivelän innoittamana. Samalla Rajala lupautui ohjaamaan kaupungin liikuntapalveluiden vesiliikuntaryhmiä. Hän halusi ryhmistä mahdollisimman matalan kynnyksen ryhmiä ja tarjota toimintakykyyn katsomatta liikunnan iloa sekä onnistumisia, tällä kertaa veselementin avulla. Ohjaaminen on Rajalalle hyvää vastapainoa perustyölle. Liikkujien onnistumiset ja liikunnasta saama hyöty antavat iloa myös ohjaajalle.

Sirkka Rajalalle ei ollut korkea kynnyks lähteä ohjaamaan omaa liikuntaryhmää, kiitos vuosien ohjaukokemuksen. Moni voi kuitenkin kokea oman ryhmän ohjaamisen liian haastavaksi. Esteenä voi olla vähäinen luottamus omiin kykyihin tai pelko, kuinka toimitaan, jos jotain tapahtuu. Rajala pystyy samaistumaan näihin pelkoihin. *”Itse muistan, kun kokemattomana ohjaajana ryhmään tuli eka kerran nuori epilepsialääkkeen kanssa. Sillä kerralla pelotti, että jos kohtausta tulee, mistä sen tunnistan ja kuinka toimin”*, muistelee Rajala. Kohtausta ei tullut, ja kaikki sujui hyvin.

Kaupungin tarjoamat koulutukset Sirkka Rajala näkee monella tapaa tärkeäksi. Kuten hänenkin tapauksessa, koulutuksilla innostetaan ohjauksesta kiinnostuneita ylittämään kynnyks lähteä ohjaajiksi. Kaupungille koulutukset tarjoavat mahdollisuuden verkostoitua ohjaajien kanssa. Koulutukset voivat karsia sellaiset, joilla on väärä käsitys ohjaamisesta. Rajalan mukaan kaupunki voisi tukea ohjaajien työtä koulutusten lisäksi järjestämällä vertaistukea ja ohjaajailtoja. Hän korostaa myös koulutettujen avustajien merkitystä: osaavat avustajat mahdollistavat monelle turvallisen liikunnan harrastamisen, mutta avustajat myös helpottavat ohjaajan työtä.

Kaikkia erityisryhmien liikuttamisesta kiinnostuneita Sirkka Rajala kannustaa lähtemään rohkeasti ohjaajaksi: *”Kukaan ei ole seppä syntyessään, aina kehittyy, kun yrittää ja kysyy neuvoa reilusti. Ohjaamalla oppii ohjaamaan. Ryhmäläisetkin ovat usein asiantuntijoita omassa liikunnassaan”*, kannustaa Rajala.

Teksti: Saku Rikala ja Sirkka Rajala

3. Kuntien erityisliikunnan kehittämistyö

Kuntien erityisliikunnan ja soveltavan liikunnan palveluita on kehitetty vuosikymmenten ajan niin erillisillä kehittämishankkeilla kuin osana kuntien perustoimintaa. Kehittämishankkeita ei ole toteutettu laajasti kaikkialla Suomessa, joten palveluita on kehitetty kunnissa pääosin osana jokapäiväistä perustoimintaa. Ilman hankkeita kunnissa on pystytty esimerkiksi lisäämään ryhmätarjontaa, järjestämään tapahtumia, kouluttamaan uusia ohjaajia sekä käynnistämään yhteistyötä paikallisten toimijoiden kanssa.

Toiminnan kehittäminen ei vaadi erillistä hankeavustusta. Kehitystyö vaatii kuitenkin henkilön, joka voi viedä kunnassa asioita eteenpäin. Hankkeet voi nähdä erityisliikuntapalveluiden kehittämisessä merkittävänä etenkin pienissä kunnissa, joissa ei ole erityisliikunnan henkilöstöresursseja. Suurissa kunnissa on ollut mahdollista kehittää toimintaa erityisliikunnanohjaajan avulla perustoiminnan yhteydessä. Pienissä kunnissa henkilöstöresurssit eivät ole mahdollistaneet aina edes riittäviä peruspalveluita, saati jatkuvasti kehittää palveluita ja käynnistää uutta toimintaa.

3.1. Erityisliikuntaa kuntiin -hankkeet vuosina 2004–2009

Liikuntatieteellinen Seura toteutti vuosien 2004 ja 2009 välillä kaksi Erityisliikuntaa kuntiin -hanketta. Hankkeissa kehitettiin erityisliikuntaa niissä 10 000–20 000 asukkaan kunnissa, joissa ei ollut vielä päätoimista erityisliikunnan ohjaajaresursseja. Hankkeilla onnistuttiin muun muassa vahvistamaan erityisliikunnan asemaa kunnissa, kasvattamaan ryhmien ja -ohjaajien määrää sekä lisäämään toimijoiden osaamista ja yhteistyötä.

Hankkeisiin osallistuneiden kuntien erityisliikuntapalvelut näyttävät jatkaneen kehittymistään myös hankkeen päätyttyä. Positiivinen kehitys näkyy konkreettisesti esimerkiksi henkilöstöresursseissa. Erityisliikuntaa kuntiin 2004–2006 -hankkeessa mukana olleista 13 kunnasta kymmenen on edelleen itsenäisiä. Näistä kuudessa kunnassa erityisliikunnan henkilöstöresurssit ovat kasvaneet hankkeen jälkeen, kun kunnat ovat palkanneet päätoimisen ohjaajan tai muuttaneet puolipäiväiset ohjaajat kokopäiväisiksi. Lisäksi yhdessä kunnassa hankkeen aikana saatu erityisliikunnanohjaaja on jatkanut työtään.

Erityisliikuntaa kuntiin 2007–2009 -hankkeessa mukana olleista kahdeksasta kunnasta seitsemän kuntaa on edelleen itsenäisiä. Näistä neljässä kunnassa erityisliikunnan henkilöstöresurssit ovat kasvaneet hankkeen jälkeen. Lisäksi kuntaliitoksen kokeneessa kunnassa ohjaajaresurssi on säilynyt alueen käytössä kuntaliitoksen jälkeen.

Kuntien palveluiden kehitystä voidaan arvioida myös ryhmätoiminnan perusteella. Tosin kaikkien kuntien ryhmämääristä ei ole saatavilla ajantasaisia tietoja. Näyttää kuitenkin siltä, että seitsemästä tiedossa olevasta kunnasta neljässä erityisliikuntaryhmien määrä on jatkanut kasvuaan ja kolmessa kunnassa ryhmien määrä on laskenut hankkeen päätyttyä. Laskua selittänee se, että osa hankkeen aikana käynnistyneistä kokeiluryhmistä ei ole jatkanut toimintaansa.

Erityisliikunnan kehittämistyö jatkuu ja voi hyvin Forssassa

Forssan kaupunki on hyvä esimerkki siitä, kuinka hankkeen aikana käynnistetty kehittämistyö on jatkunut myös hankkeen päätyttyä. Forssa oli mukana Erityisliikuntaa kuntiin -hankkeessa vuosina 2007–2009. Kehittämistyön käynnistyessä vuonna 2007 Forssassa oli suurimpana ongelmana ohjaajapula ja liikuntaryhmien tarjonta. Jo hankkeen aikana liikuntaryhmien määrä lisääntyi Forssassa.

Hankkeen jälkeen vuonna 2010 Forssaan palkattiin yhdessä Jokioisten ja Tammelan kanssa yhteinen määräaikainen erityisliikunnanohjaaja. Vuodesta 2013 lähtien Forssa sai oman ohjaajan, joka oli ensin liikuntatoimen ja sosiaalitoimen yhteinen. Vuonna 2014 ohjaaja siirtyi kokonaan liikuntatoimen alaisuuteen, ja vuotta myöhemmin toimi vakinaistettiin.

Henkilöstöresurssien kehittymisen myötä Forssassa on pystytty kehittämään laaja-alaisesti erityisliikuntapalveluita. Forssassa on pystytty esimerkiksi parantamaan yhteistyötä eri hallinnonalojen, yhdistysten sekä lähikuntien kanssa, kasvattamaan ryhmien määrää ja tarjoamaan erityisliikunnanohjaajan vetämiä koulutuksia. Parhaillaan Forssassa työstetään omaa palveluketjua ja terveysliikuntasuunnitelmaa.

Yhteenvedona voidaan todeta, että kahdella aikaisemmalla Erityisliikuntaa kuntiin -hankkeella on ollut selviä positiivisia vaikutuksia kuntien erityisliikuntaan vielä hankkeen päättymisen jälkeen. Kuntiin on saatu erityisliikunnan henkilöstöresurssi tai rakennettu muu pysyväluonteinen toimintamalli palveluiden järjestämiseksi ja kehittämiseksi. Ohjaajan palkanneet kunnat ovat tulleet osaksi valtakunnallista erityisliikunnan verkostoa. Verkostoon kuuluvat kunnat ovat osallistuneet Valtion liikuntaneuvoston erityisliikuntajaoston (*nykyinen yhdenvertaisuus- ja tasa-arvojaosto*) järjestämiin koulutustilaisuuksiin ja seminaareihin sekä saaneet ajankohtaista tietoa erityisliikunnasta.

3.2. ERIKU 2007–2009 -hankkeen suositusten toteutuminen

Erytisliikuntaa kuntiin 2007–2009 -hankkeen loppuraportissa annettiin toimenpidesuosituksia erityisliikunnan kehittämiseksi. Seuraavassa arvioidaan, miten suositukset ovat toteutuneet reilun viiden vuoden aikana. Arviointi antaa samalla hyvän kuvan siitä, miten erityisliikunta on kehittynyt eri osa-alueilla viimeisten vuosien aikana.

Valtakunnalliset toimenpidesuosituksia oli suunnattu opetus- ja kulttuuriministeriölle sekä sosiaali- ja terveysministeriölle:



1. Erytisliikunnan kehittämissuositukset kootaan jatkossa yhdeksi ohjelmakokonaisuudeksi.

Erytisliikunnan hanketoimintaa ei ole koottu yhdeksi ohjelmakokonaisuudeksi eikä hankkokonaisuutta koordinoita. Myös arviointi ja seuranta ovat olleet vähäistä. Erytisliikuntaa avustetaan edelleen eri avustuslähteistä ja kehitetään erillisissä hankkeissa, jotka tekevät yhteistyötä tapauskohtaisesti.



2. Kuntien erityisliikunnanohjaajien työn tuloksista kootaan määräajoin tiedot ja yhteenvedot välitetään kuntien käyttöön. Erytisliikunnan valtakunnallista arviointia ja vertailun mahdollistavaa tilastointia tulee kehittää.

Kuntien erityisliikunnanohjaajien työn tuloksista on jatkettu tietojen keräämistä nelivuositain. Kerätyt tiedot on välitetty kuntien hyödynnettäväksi. Valtakunnallista arviointia on kehitetty, kun vuonna 2013 kerättiin ensimmäisen kerran sitten 2000-luvun alun tietoa myös asukasluvultaan pienten kuntien erityisliikunnasta.



3. Kuntien informaatio-ohjauksessa tuodaan esiin, että liikuntatoimen valtionosuuksia voidaan käyttää erityisliikunnan organisointiin ja ohjaukseen.

Kuntiin ei ole suunnattu systemaattista ja pitkäjänteistä informaatio-ohjausta liikuntatoimen valtionosuuksien käyttämisestä erityisliikunnan eri tehtäviin. Erilaisissa erityisliikunnan tilaisuuksissa asia on tuotu esiin. Kuntien erityisliikuntaan käyttämät resurssit ovat hieman pienentyneet vuosien 2009 ja 2013 välillä.



4. Kuntien erityisliikunnan kehittämissuosituksia tuetaan jatkossa mm. terveyttä edistävän liikunnan hankemäärärahoista (STM ja OPM) sekä opetusministeriön soveltuvista avustuskokonaisuuksista.

Opetus- ja kulttuuriministeriö on jatkanut erityisliikuntaa kehittävien hankkeiden tukemista. Erytisliikunnan osuus hankeavustuksista on pystynyt suurin piirtein ennallaan. Vuonna 2015 liikunnallisen elämäntavan valtakunnallisista ja alueellisista hankeavustuksista vajaa kolmannes suuntautui erityisliikuntaan. Lisäksi ministeriöstä on avustettu vuosittain liikuntapaikkojen esteettömyyden kehittämishankkeita. Sosiaali- ja terveysministeriö on avustanut vuosittain Ikäinstituutin toteuttamaa Voimaa vanhuuteen 2 -ohjelmaa.



5. Erytisistä huomiota kiinnitetään asukasmäärältään pienten kuntien mahdollisuuksiin kehittää erityisliikuntatoimintaansa kahden tai useamman kunnan yhteistyönä.

Asukasluvultaan pienten kuntien erityisliikuntaan on kiinnitetty huomiota tuottamalla selvitys näiden kuntien palveluista. Opetus- ja kulttuuriministeriö on avustanut joitain pienten kuntien erityisliikuntaan kohdistuvia kehittämishankkeita (ks. luku 3.3.). Pieniin kuntiin ei ole kiinnitetty kuitenkaan erityistä huomiota.

Aluetason erityisliikuntaa suositeltiin kehitettävän seuraavilla toimenpiteillä:



1. Liikunnan uusi aluehallinto jatkaa yhteistyössä kuntien kanssa erityisliikunnan alueellisten koulutustilaisuuksien järjestämistä.

Aluehallintoviranomaiset ovat järjestäneet yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa joitain erityisliikunnan alueellisia koulutuksia. Esimerkiksi vuonna 2014 järjestettiin Lounais-Suomessa Soveltavan liikunnan seutufoorumi ja Itä-Suomessa soveltavan liikunnan työkokous sekä Liikkeellä voimaa vuosiin -seminaareja eri puolella Suomea. Koulutusten järjestämisessä on paljon alueellisia ja vuosittaisia eroja.



2. Erityisliikunnan toimintaverkostoja kehitetään suurten kaupunkien ympärille siten, että kaupunkien ympäristökunnat voivat käyttää hyödykseen suurten kaupunkien tarjoamia koulutus- ja muita palveluita sekä päinvastoin. Liikuntatieteellinen Seura organisoii yhteistyössä opetusministeriön ja sosiaali- ja terveysministeriön kanssa suurten kaupunkien erityisliikuntaverkoston tapaamisia.

Erityisliikunnan toimintaverkostoja ei ole kehitetty systemaattisesti suurten kaupunkien ympärille. Suurten kaupunkien erityisliikuntaverkoston tapaamisia ei ole järjestetty enää viime vuosina.

3. Kehitetään erityisliikunnan alueverkoston toimintaa seuraavilla tehtäväalueilla:



• **Vammais- ja erityisliikunnan rekrytointityö ts. uusien harrastajien, ohjaajien ja avustajien aktivointi mahdollisimman tehokkaan aluetiedotuksen kautta.**

Aluetiedotusta ei ole kehitetty systemaattisesti, mutta erillisillä hankkeilla ja kampanjoilla on tiedotettu alueellisesti erityisliikunnan asioista. Tiedossa ei ole, miten tiedottaminen on vaikuttanut rekrytointityöhön.



• **Moni- ja vaikeavammaisten liikunnan systemaattinen kehittämistyö. Etenkin pienissä kunnissa on vaikea yksin muodostaa toimivia ryhmiä, jolloin alueellista yhteistyötä tarvitaan.**

MALIKE-keskuksen toiminnan myötä tietoisuus moni- ja vaikeavammaisten liikunnasta on lisääntynyt kunnissa. Vaikeavammaiset jäävät kuitenkin edelleen liian usein liikuntapalveluiden ulkopuolelle. Vammaisille järjestetään pienissä kunnissa keskimäärin yksi liikuntaryhmä 10 000 asukasta kohden. Pienten kuntien välinen alueellinen yhteistyö ryhmien järjestämisessä on edelleen vähäistä.



• **Vammaisliikunnan apuvälineiden hankinta ja välitys. Soveltavan liikunnan apuväline SOLIA -toiminnalla on nykyisin neljä aluekeskusta (Helsinki, Turku, Kuopio ja Rovaniemi). Verkostoa on syytä laajentaa ja apuvälineiden saatavuutta parantaa. Samalla MALIKE (Matkalla, liikkeelle, keskelle elämää) -toiminnan keskuksia tulee ottaa kehityskohteeksi.**

Apuvälineiden välitysverkosto ei ole laajentunut, mutta verkoston toimijoiden yhteistyö on kehittynyt, tieto apuvälineistä on levinnyt ja apuvälineiden saatavuus sekä tarjonta ovat parantuneet. Hyvä esimerkki toiminnan kehittymisestä on yhteinen sivusto www.apuvälineet.fi.¹⁵

¹⁵ Asiaa tiedusteltu apuvälineitä lainaavilta toimijoilta (Malike, Solia ja Pajulahti)



- **Konsultoitvien- ja ohjaavien erityisliikunnanopettajien saaminen suurten kaupunkien koulutoimen piiriin.**

Suurten kaupunkien koulutoimien piiriin ei ole saatu konsultoivia erityisliikunnanopettajia. Konsultoitvien opettajien malli olisi jatkossa ehkä mahdollista rakentaa valtion erityiskoulujen (VALTERI-koulut) liikunnanopettajien varaan, jos heidän työkuvaansa sisällytettäisiin konsultaatiotyötä.¹⁶



- **Erityisliikunnan seudullisten/alueellisten kehittämishankkeiden organisointi. Hankkeiden toiminta-ajatuksena tulee olla suuren kaupungin toimintakokemusten hyödyntäminen vammais- ja erityisliikunnan alueella lähikunnissa ja päinvaltoin. Paikallistason erityisliikuntaa tulee kehittää hyödyntäen muiden hankkeiden toimintakokemuksia.**

Erityisliikunnan kehittämiseksi on toteutettu joitain seudullisia tai alueellisia hankkeita, joissa on hyödynnetty hyväksi havaittuja toimintakokemuksia (ks. luku 3.3.). Kehittämishankkeille on järjestetty vuonna 2012 seminaari, jossa vaihdettiin tietoja ja kokemuksia kehittämistyöstä. Kehittämishankkeet eivät yleisesti ottaen hyödynnä riittävästi muiden hankkeiden kokemuksia ja syntyneitä hyviä käytäntöjä.



- **Opetusministeriö ja Liikuntatieteellinen Seura tukevat ja seuraavat kuntaverkostojen kehittämistä sekä välittävät tätä koskevaa aineistoa kuntien käyttöön.**

Opetus- ja kulttuuriministeriö ja Liikuntatieteellinen Seura ovat jatkaneet kuntaverkostojen kehittämistä sekä välittäneet verkostolle tietoa erityisliikunnasta muun muassa vuosittaisissa tapaamisissa. Opetus- ja kulttuuriministeriöstä on tiedotettu verkostoa vuosittain erityisliikunnan ajankohtaisista asioista.

Kuntien erityisliikuntatoiminnan kehittämiseksi annettiin seuraavat suositukset:



- 1. Erityisliikunnanohjaajan palkanneissa kunnissa tehdään ja uusitaan erityisliikunnan alueen kehittämissuunnitelmia säännöllisin aikaväleihin. Kehittämissuunnitelmat käsitellään ja hyväksytään liikunnasta ja terveydestä vastaavissa lautakunnissa. Soveltuvat osiot suunnitelmista sisällytetään kuntien yleisiin strategioihin ja asiakirjoihin, kuten maankäytön suunnitteluun ja koulujen liikunnanopetukseen.**

Toiminnan suunnitelmallisuus on parantunut erityisliikunnanohjaajan palkanneissa kunnissa, joista yhä useammassa on voimassa oleva kehittämissuunnitelma. Erityisliikuntaa kuntiin -hankkeiden tuloksena suunnitelma on myös monissa niissä 10 000–20 000 asukkaan kunnissa, joissa ei ole palkattuna ohjaajaa.



- 2. Asukasmäärältään pienissä kunnissa toteutetaan erityisliikunnan kehittämishankkeita, jotka ovat useamman kunnan yhteisiä tai yhdessä kunnan terveysliikunnan kokonaisuutta käsittelevien hankkeiden kanssa.**

Asukasmäärältään pienissä kunnissa on toteutettu joitain erityisliikunnan kehittämishankkeita, joista osa on toteutettu kuntien yhteistyönä tai yhdessä terveysliikunnan kehittämistoiminnan kanssa (katso luku 3.3.).



- 3. Osoitetaan vastuhenkilö erityisliikunnan toimintakokonaisuuden koordinoimisessa kunnan sisällä**

¹⁶ Asiaa tiedusteltu erityisliikuntapedagogiikan lehtori Terhi Huoviselta Jyväskylän yliopiston liikuntakasvatuksen laitokselta 1.9.2015.



4. Yli 10 000 asukkaan kunta/seutu (monta pientä kuntaa yhdessä) palkkaa päätoimisen (yhteisen) erityisliikunnanohjaajan.

Päätoimisen erityisliikunnanohjaajan palkkaamisessa on tapahtunut pientä myönteistä kehitystä. Nykyisin kaikissa yli 20 000 asukkaan kunnissa ja yli 10 000 asukkaan kunnista 64 % on päätoiminen ohjaaja. Suomessa on 12 yli 10 000 asukkaan kuntaa, joista puuttuu päätoiminen ohjaaja tai erityisliikunnan vastuuhenkilö. Erityisliikuntaa kuntiin 2013–2015 -hankkeessa osoitettiin muutamaan kuntaan erityisliikunnan vastuuhenkilö.



5. Kunnat tukevat erityisliikuntaa järjestäviä paikallistahoja samojen periaatteiden mukaan kuin urheilu- ja liikuntaseuroja.

Järjestöavustusten myöntäminen erityisliikuntaan on yleistynyt viime vuosina kunnissa. Myönteisestä kehityksestä huolimatta erityisliikunnan osuus kuntien liikuntaan myöntämistä avustuksista on edelleen minimaalinen. Läheskään kaikissa kunnissa ei tueta erityisliikuntaa järjestäviä tahoja samojen periaatteiden mukaan kuin urheilu- ja liikuntaseuroja.



6. Kunnat tukevat eri toimijatahojen erityisliikunnan koulutusta.

Kuntien erityisliikunnanohjaajat ovat kouluttaneet ympärilleen aiempaa enemmän vertais- ja apuohjaajia. Koulutuksia tarjoavien toimijoiden (SoveLi, VAU, SUH, Ikäinstituutti jne.) kunnissa järjestämät koulutukset näyttävät osalla pysyneen viime vuosina suurin piirtein samalla tasolla. Yhdellä toimijalla koulutukset ovat lisääntyneet selvästi. Kuntien tiukentuneen talouden myötä edellä mainittua tilannetta voidaan pitää ihan hyvänä kehityssuuntana.

HYVÄ KÄYTÄNTÖ • Kouluttamalla vertaisohjaajia mahdollistetaan uusien liikuntaryhmien käynnistyminen eri puolella kuntaa. Esimerkiksi **Kouvolassa** koulutettiin **Voimaa Vanhuuteen -hankkeen** yhteydessä kyliin vertaisohjaajia ja autettiin heitä ohjaustoiminnan alkuun sekä tarvittaessa kustannettiin tilavuokria. Liikuntaryhmiä markkinoitiin mm. yhdessä kyläläisten kanssa. Vertaisohjaajille järjestettiin myös ideapäiviä 5–6 kertaa vuodessa. Osa koulutetuista vertaisohjaajista siirtyi suoraan järjestöille ohjaamaan liikuntaa. Toiminta on juurtunut Kouvolan kaupungin liikuntapalvelujen toimintaan. Lähde: Voimaa Vanhuuteen-ohjelma.

.....

3.3. Kuntien erityisliikunnan kehittäminen hankkeissa 2010-luvulla

Kuntien erityisliikuntaa ja soveltavaa liikuntaa on kehitetty 2010-luvulla niin valtakunnallisesti, alueellisesti kuin paikallisesti. Seuraavassa käydään läpi opetus- ja kulttuuriministeriön avustamia kehittämishankkeita.

Valtakunnalliset kehittämishankkeet

Valtakunnallisten erityisliikuntahankkeiden tavoitteena on ollut kasata verkostoja, levittää tietoa sekä edistää ja koordinoida oman kohderyhmän liikuntaa. Suomen Mielenveysseura on toteuttanut **Mielenveysalan liikunnan koordinointi- ja kehittämishankkeen (2012–2015)**. Hankkeessa on tuotettu valtakunnalliset liikunta- ja mielenveysalan kehittämislinjaukset sekä koottu verkosto alan toimijoista ja toiminnasta kiinnostuneista henkilöistä. Verkoston avulla tiedotetaan jatkossa muun muassa alan ajankohtaista asioista ja koulutuksista. Lisätietoa, materiaaleja ja verkostoon ilmoittautuminen osoitteessa: www.liikumielihyvaksi.fi.

Ikäinstituutin koordinoiman **Ikäihmisten liikunnan kansallisen toimenpideohjelman (2013–)** tavoitteena on edistää verkostotyötyön keinoin liian vähän liikkuvien ikäihmisten tasa-arvoisia mahdollisuuksia liikkua nykysuositusten mukaisesti. Toimenpideohjelma toteuttaa osaltaan Muutosta liikkeellä! -strategiaa. Lisätietoa osoitteessa: www.liikkeellavoimaavuosiin.fi.

Soveltava Liikunta SoveLi ry:n **Valtakunnallinen kouluttajaverkosto soveltavan liikunnan tueksi (2011–2013) -hankkeen** tavoitteena oli muodostaa kouluttajaverkosto soveltavan liikunnan asiantuntijoista ja toimijoista. Verkoston avulla oli tarkoitus tukea ja kehittää kansanterveys- ja vammaisjärjestöjen paikallisyhdistysten liikunnan asiantuntemusta ja liikuntatoimintaa. Hanke onnistui muodostamaan soveltavan liikunnan kouluttajaverkoston, joka yhdessä Liikkeelle!-koulutusten kanssa juurtui osaksi SoveLin perustoimintaa.¹⁷ Lisätietoa osoitteessa: www.soveli.fi.

Alueelliset kehittämishankkeet

Alueellisilla erityisliikuntahankkeilla on ollut tavoitteena kehittää alueen liikuntamahdollisuuksia, lisätä yhteistyötä, luoda uusia toimintamalleja ja yhtenäistää seudun kuntien erityisliikuntapalveluita. Hankkeet on toteutettu alueilla, joissa on ollut viime vuosina muutenkin vilkasta liikunnan kehittämistoimintaa eli Lounais-Suomessa, Jyväskylässä ja Oulussa.

Turun ammattikorkeakoulu on toteuttanut Turun seudulla kaksi hanketta, joissa pilottikuntina toimivat Loimaa, Paimio, Turku ja Uusikaupunki. **Neuroliikkuja paikallistasolla -hankkeessa (2013–2015)** on kehitetty neurologisia sairauksia sairastavien liikuntamahdollisuuksia. Hankkeessa on syntynyt pilottikuntiin neuroliikkuajan liikuntapolku erikoissairaanhoidosta – perusterveydenhuoltoon – liikuntatoimeen – mahdollisiin yhdistyksiin ja liikuntaseuroihin sekä yrityksiin. **Liikunta kuntoutuksen tukena -hankkeessa (2014–2017)** on kehitetty terveysliikuntaan ohjaavaa liikuntapolkua neurologisesti vaikeavammaisille. Hankkeessa on selvitetty muun muassa vaikeavammaisten, neurologista sairautta sairastavien liikuntapalveluiden tarvetta, tunnistettu liikkumisen esteitä ja kehitetty uusia liikuntapalveluita.

Kolmannessa Turun AMK:n hankkeessa **Liikuntaa tukeva leikkiopisto kaikille -hankkeessa (2015–2017)** luodaan sähköinen opas ja suosituksia kaikille soveltuvien sekä liikun-

¹⁷ Saarela, Tinja: Kouluttajaverkosto paikallisyhdistysten liikuntatoiminnan tukena. Valtakunnallinen kouluttajaverkosto soveltavan liikunnan tueksi-hankkeen 2011–2013 loppuraportti.

taa tukevien leikkipuistojen rakentamiselle. Hanketta toteutetaan Varsinais-Suomessa ja Satakunnassa.

Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu on toteuttanut Turun seudun kunnissa **Rajattomasti liikuntaa Turun seudulla (2011–2014) -hankkeen**, jossa on kehitetty 11 kunnan kanssa yhteistyötä liikuntapalveluiden järjestämisessä, vahvistettu hyviä käytäntöjä ja uudistettu rakenteita. Yksi kehittämiskohde on ollut alueen soveltavan liikunnan palvelut.

Jyväskylän kaupungin liikuntapalveluiden ja Aktiva ry:n **TEEK-hankkeessa (2012–2014)** oli tavoitteena kehittää seudullisia erityisliikunnan palveluita Jyväskylän alueella. Mukana olevien kuntien kanssa pyrittiin löytämään uusia toimintamalleja, joilla liikunnan harrastaminen tulisi mahdolliseksi myös erityistä tukea tarvitseville henkilöille. Hankkeen avulla käynnistyivät muun muassa liikuntaluotsitoiminta ja Sporttis-kerhotoiminta.

Oulun seudulla toteutettiin **Yhdessä liikkuen terveemmäksi -erityisliikunnan seutuhanke (2008–2010)**, jossa kehitettiin yhdeksän kunnan kanssa erityisliikunnan harrastamismahdollisuuksia, aktivoitiin erityisryhmäläisiä liikkumaan ja parannettiin alueen asennetta erityisliikuntaa kohtaan. Hankkeen tuloksena käynnistyi muun muassa 50 uutta liikuntaryhmää, kuntiin syntyi erityisliikunnan perusselvitykset sekä koulutus- ja tapahtumakalenterit.

Paikalliset kehittämishankkeet

Paikallistasolla erityisliikuntaa on kehitetty niin isoissa kaupungeissa kuin pienissä kunnissa. Osassa hankkeita erityisliikuntaa on kehitetty yhdessä terveysliikunnan kanssa. Pienten kuntien hankkeet ovat olleet toiminnallisia hankkeita, joissa on pyritty parantamaan erityisryhmiin kuuluvien liikunnan harrastusmahdollisuuksia ja aktivoimaan heitä liikkumaan. Isompien kaupunkien hankkeissa on painottunut toiminnan lisäksi hallinnon näkökulma, kuten hallintokuntien yhteistyön ja erityisliikunnan aseman kehittäminen. Kuntien hankkeet ovat kohdistuneet pääosin iäkkäisiin tai lapsiin ja nuoriin. Paikallistason hankkeiden tulokset ovat jääneet pääasiassa paikalliseen tietoon ja hyötykäyttöön. Paikallistasolla erityisryhmien liikuntaa on kehitetty muun muassa seuraavissa hankkeissa:

- **Voimaa ja vireyttä -hanke**, 2010–2012, Akaan kaupunki
- **Joensuun ohjatun terveys- ja soveltavan liikunnan kehittäminen**, 2009–2011, Joensuun kaupunki JoJo-kerho ja VaPiLKe, 2011–2012, Pieksämäen kaupunki
- **Liikunnalla potkua elämään**, 2009–2012, Vihdin kaupunki
- **Yhdessä liikkuen**, 2008–2010, Parkanon kaupunki
- **Kuntoklubi, yhteistyö- ja toimintaverkoston kehittäminen kehitysvammaisten ihmisten arkiliikunnan edistämiseksi Tampereella**, 2011–2013, Nääsville ry
- **Liikunnan edistäminen Tampereen luontoympäristöissä**, 2013–2015, Tampereen kaupunki
- **Hyvä kunto – parempi mieli 2010–2012**, Puumalan kunta
- **Liikunnasta voimaa ja toimintakykyä -terveyttä edistävän liikunnan hanke yli 70-vuotiaille vaalalaisille 2012–2015**, Vaalan kunta
- **Specialmotion och idrott i Korsholm**, 2015-, Korsholm kommun/Mustasaaren kunta
- **Easysport**, 2010–2013, Helsingin kaupunki

HYVÄ KÄYTÄNTÖ • Ulkoiluystävä/ulkoiluttaja-toiminnalla mahdollistetaan iäkkäiden ulkoilu. Iäkkäiden ulkoilun suurin rajoittava tekijä on monesti puute ulkoiluttajista. **Juuassa** resursseja ulkoiluttamiseen saatiin kolmannen sektorin lisäksi mm. koululaisista sisällyttämällä koululaisten lukujärjestykseen ulkoilu ja muu viriketoiminta osana opintoja. Ulkoiluystäviä ohjattiin niin apuvälineiden käytössä kuin toimintakyvyn ongelmissa. Järjestöjen vapaaehtoisten, kotihoidon, terveyskeskuksen väen, koululaisten ja ikäihmisten omaisten avustuksella Juuassa saatiin enemmän ulkoilukertoja, pidempiä ulkoilukertoja ja yhä useampi ulkoilemaan. Lähde: Voimaa Vanhuuteen-ohjelma.

Liikuntasihteerin ääni

Yhteistyökanavat aukenivat

Euran liikuntasihteerin Pia Malja toimi ennen nykyistä tehtäväänsä pienen, reilun 3 000 asukkaan Kiukaisten kunnan liikuntasihteerinä. Vuonna 2009 Kiukainen liitettiin Euraan, ja Pia Maljan tie vei uuden kunnan palvelukseen. Seuraavat vuodet työaika kului lähinnä ryhmien ohjaamiseen ja palveluiden suunnitteluun toimistolla. Yhteistyön kulttuuri oli Eurassa hyvin tyypillinen pienen kunnan liikuntatoimelle: yhteistyötä erityisryhmien ja yhdistysten kanssa tehtiin yksittäisissä käytännön asioissa ja lähinnä vuorojen jakamisessa. Uudessa kunnassa liikuntasihteerin yhteistyöverkosto jäi syntymättä.

Keväällä 2013 Eura lähti mukaan erityisliikunnan kehittämishankkeeseen. Heti ensimmäisenä tehtävänä liikuntasihteerin kasasi työryhmän, jossa ensimmäistä kertaa Eurassa eri toimijat kokoontuivat saman pöydän ääreen kehittämään alueen erityisliikunnan palveluita. Seuraavan parin vuoden aikana Eurassa järjestettiin erilaisia erityisliikuntaan liittyviä koulutuksia, tilaisuuksia, yhdistysfoorumia ja tapahtumia. Syntyi luontevia kanavia kohdata kasvotusten niin kunnan eri hallinnonalojen kuin yhdistysten edustajia.

Liikuntasihteerin on tullut tutuksi viime vuosina suuremmalle osalle toimijoista ja profiloitunut erityisryhmien liikunnan asioihin. Nyt häneen osataan ja uskalletaan ottaa yhteyttä. Kutsuja on tullut palaveriin ja tapahtumiin. Samalla liikuntasihteerille on tullut tietoa kentän tarpeista ja kenttää on pystytty tiedottamaan liikuntapalveluiden toiminnasta.

Kanssakäymisen lisääntyminen on lisännyt myös toimintaa. Uusia ryhmiä on saatu yhteistyössä käyntiin. Liikuntasihteerin on käynyt ohjaamassa ja esittelemässä erityisliikuntahanketta eri toimijoille. Syksyn soveltavan liikunnan tapahtuma järjestettiin yhdessä monen eri toimijan kanssa. Yhteistyön tekemisessä on päästy Eurassa alkuun ja ehkä jonkinlainen toimintatavan muutos on käynnistynyt. Paljon on edelleen tehtävää, mutta erityisliikunnan osalta on avautunut mahdollisuudet yhteistyölle.

Teksti: Saku Rikala ja Pia Malja

4. Erityisliikuntaa kuntiin 2013–2015 -hanke

4.1. Hankkeen tavoitteet

Erityisliikuntaa kuntiin 2013–2015 -hankkeen keskeisenä tavoitteena oli luoda erityisryhmille nykyistä tasa-arvoisemmat ja paremmat liikuntaedellytykset. Tavoitteena oli yhteistyökunnissa toteutettavilla kehittämistoimilla:

- Lisätä erityisliikuntatoimijoiden yhteistyötä sekä selkiinnyttää työn- ja vastuunjakoa.
- Lisätä ammattitaitoisten erityisliikunnanohjaajien määrää ja varmistaa tuntiohjaajien laatu.
- Lisätä erityisliikuntaryhmien määrää.
- Luoda perusteita resurssien kohdentamiseksi erityisliikuntaan.
- Luoda pysyviä toimintakäytäntöjä ja levittää hyviä toimintatapoja kuntatasolla.

Näiden yleistavoitteiden lisäksi yhteistyökunnat asettivat kehittämistyölle omat yksityiskohtaisemmat tavoitteet. Lisäksi hankkeen valtakunnallisina tavoitteina oli lisätä tietoa kuntien erityisliikunnan tilanteesta ja tehdä yhteistyötä toisten hankkeiden kanssa.

4.2. Kuntien lähtötilanne

Alajärvi/Järvi-Pohjanmaan yhteistoiminta-alue • Alajärvi on 10 200 asukkaan kaupunki Etelä-Pohjanmaalla. Vuodesta 2009 alkaen Alajärvi on muodostanut yhdessä Vimpelin (3 200 asukasta) ja Soinin (2 300 asukasta) kanssa Järvi-Pohjanmaan yhteistoiminta-alueen, joka huolehtii alueen 15 800 kuntalaisen palveluiden tuottamisesta. Erityisliikuntaa kuntiin -hankkeeseen kutsuttiin mukaan Alajärvi, mutta hankkeessa päätettiin kehittää koko Järvi-Pohjanmaan erityisliikuntaa. Myöhemmin alueella päätettiin, että yhteistoiminta-alue lakkautetaan vuoden 2016 lopulla. Alueella arvioidaan olevan vähintään noin 3 200 erityisliikunnan kohderyhmään kuuluvaa kuntalaista.

Hankkeen käynnistyessä Järvi-Pohjanmaalla järjestivät erityisliikuntaa eniten kansalaisopisto ja eläkeläisjärjestöt. Ryhmät oli suunnattu pääasiassa joko iäkkäille tai pitkäaikaissairaille. Oma-toimista liikkumista tuettiin uimahallin seniorikortilla ja ystäväkortilla sekä uimahallin alennetuilla pääsymaksuilla. Yhdistysten järjestämää erityisliikuntaa tuettiin avustuksilla. Alueen ohjaajaresurssit muodostuivat lähinnä liikuntapalveluiden vähäisistä ohjaajaresurssista, terveydenhuollon fysioterapeuteista ja kuntahoitajasta, kansalaisopiston tuntiopettajista sekä yhdistysten ohjaajista.

Keskeisenä ongelmana Järvi-Pohjanmaalla oli erityisliikunnan osaamisen ja kokemuksen puuttuminen vapaa-aikapalveluissa. Niukkojen henkilöstöresurssien takia vapaa-aikapalvelut ei pystynyt järjestämään, organisoimaan ja koordinoimaan erityisliikuntaa alueellaan. Järvi-Pohjanmaalla oli tarvetta lisätä ja monipuolistaa ryhmätarjontaa, lisätä erityisliikunnan osaamista ja kouluttaa lisää ohjaajia sekä lisätä suunnitelmallisuutta, yhteistyötä, tiedottamista ja esteettömiä tiloja.

Eura • Reilun 12 300 asukkaan Euran kunta sijaitsee Satakunnassa. Eurassa arvioitiin olevan vähintään 2 500 erityisliikunnan piiriin kuuluvaa kuntalaista. Hankkeeseen lähdetessä erityisliikunnan järjestäminen oli Eurassa satunnaista. Tarjolla oli pääasiassa ikäihmisten liikuntaa (kuntosaliryhmiä, jumpparyhmiä ja vesijumppaa). Peruskorjattu urheilutalo mahdollisti erityisryhmien liikunnan harrastamisen vesiliikunnassa ja monessa muussa lajissa. Liikuntavuorot olivat Eurassa erityisryhmille maksuttomia. Ohjaajaresurssit muodostuivat liikuntapalveluiden, halliyhtiön, sosiaali- ja terveyspalveluiden, yhdistysten ja yritysten fysioterapeuteista sekä ohjaajista.

Euran erityisliikuntapalveluissa oli paljon kehitettävää. Palveluiden kokonaisuus ei ollut kenelläkään hallussa eikä toiminta ollut suunnitelmallista. Yhteistyötä ei tehty riittävästi niin kunnan hallintokuntien kuin yhdistysten välillä. Keskeisin esille noussut kehittämiskohde oli päätoimisen erityisliikunnanohjaajan saaminen kuntaan. Euraan tarvittiin henkilö, joka toimisi kunnassa erityisliikunnan suunnittelijana, organisoijana, kouluttajana, tiedottajana ja uusien ryhmien ohjaajana. Myös muiden toimijoiden keskuudessa ohjaajapula näyttäytyi merkittävimpänä esteenä toiminnan laajentamiselle. Euraan tarvittiin lisää ammattitaitoisia erityisliikunnan toimijoita, jotka järjestäisivät lisää soveltavaa liikuntaa. Lisäksi tarvittiin parempaa tiedottamista, esteettömiä liikuntapaikkoja ja kunnan myöntämien avustusten parempaa kohdentumista erityisliikuntaan.

Huittinen • Huittinen on noin 10 700 asukkaan kaupunki Satakunnassa. Erityisliikunnan kohderyhmään on arvioitu kuuluvan noin 2 100 huittislaista. Huittisten lähtökohdat erityisliikuntapalveluiden kehittämiseksi olivat hankkeeseen lähdetessä poikkeuksellisen hyvät, koska kaupungissa oli kehitetty palveluita jo vuosien ajan. Huittisiin oli saatu vuoden 2013 alussa päätoiminen erityisliikunnanohjaaja. Myös eri toimijoiden ryhmätarjonta oli suhteellisen laajaa. Huittisissa oli luotu myös verkosto erityisliikunnan yhdistystoimijoista, joille oli järjestetty vuosittain koulutuksia. Erityisliikuntaa järjestävät yhdistykset olivat Huittisissa yhdenvertaisessa asemassa urheiluseurojen kanssa hakiessaan kaupungin liikunta-avustuksia.

Huittisten erityisliikuntapalveluissa riitti myös kehitettävää. Huittisissa ei ollut erityisliikunnan kehittämissuunnitelmaa eikä kaupungissa tehty laajaa poikkihallinnollista yhteistyötä. Tiukan kuntatalouden takia liikuntapalveluihin kohdistui koko ajan säästöpaineita, minkä takia erityisliikunnanohjaajan toimi oli ohjaajan vaihtuessa vaarassa jäädä täyttämättä. Ohjaajan toimenkuvaan jouduttiin myös ottamaan muita kuin erityisliikunnan tehtäviä. Muita kehittämisskohteita olivat muun muassa tiedottaminen, kuljetusongelmat ja vähäinen tieto esteettömyysongelmista.

Kalajoki • Pohjois-Pohjanmaalla sijaitsevalla Kalajoella asuu reilut 12 600 asukasta. Kalajoella on arviolta vähintään 2 500 erityisryhmiin kuuluvaa kuntalaista. Jo ennen hankkeen käynnistymistä Kalajoen liikuntasuunnitelmassa mainittiin, että kaupungin erityisryhmien liikunnan edellytyksissä oli paljon kehitettävää. Kaupungin liikuntastrategian tavoitteena oli, että liikuntatoimi kantaa päävastuun erityisryhmien liikunnan johtamisesta, tiedottamisesta ja koulutuksesta. Näitä tehtäviä oli pyritty hoitamaan liikuntatoimissa, mutta selkeää erityisliikunnan johto- tai koulutusvastuuta ei kyetty kantamaan vähäisten henkilöstöresurssien takia. Yhdistykset toivoivat kaupungilta aktiivisempaa vetovastuuta ja erityisliikuntaan omaa henkilöstöresurssia. Kalajoella ei ole pystytty myöskään turvaamaan liikuntasuunnitelman mukaisesti kaikille esteettömiä, turvallisia ja liikkumaan houkuttelevia liikuntapaikkoja kaikkina vuodenaikoina.

Kalajoella erityisryhmille soveltuvat liikuntaryhmät oli suunnattu pääosin ikäihmisille ja pitkäaikaissairaille. Ryhmiä ohjasivat niin liikuntatoimen ja perusturvan henkilöstö kuin kolmannen sektorin toimijat. Kalajoella oli tarvetta lisätä erityisliikkuville soveltuvien liikuntaryhmien

määrää ja monipuolistaa tarjontaa. Omatoimista liikuntaa tuettiin Kalajoella erityisliikuntakorilla. Yhdistysten avustaminen oli hyvällä tasolla, kun perusturva myönsi vuosittain avustuksia vammais-, kansanterveys- ja eläkeläisjärjestöille liikuntatoimintaan.

Tärkein toimenpide Kalajoen erityisliikuntapalveluiden kehittämiseksi oli saada kaupunkiin päätoiminen ohjaajaresurssi. Erityisliikunnan työkenttä oli Kalajoella laaja, ja tarve toiminnalle oli hyvin suuri. Kalajoelle tarvittiin vähintään yksi henkilö, joka keskittyisi täysin erityisliikuntaan. Myös muilla toimijoilla oli keskeisenä ongelmana ohjaajapula. Muita esille nousseita kehittämiskohteita olivat yhteistyön lisääminen, kuljetusten parantaminen, esteettömyyden kehittäminen, avustajien määrän lisääminen ja tiedottamisen parantaminen.

HYVÄ KÄYTÄNTÖ • Erityisliikunta- ja seniorikorteilla kannustetaan kuntalaisia omatoimiseen liikunnanharrastamiseen, ja samalla vähennetään painetta ohjattuihin ryhmiin. Korteilla pitkäaikaissairas, vammainen tai seniori pääsee liikkumaan veloituksetta tai saa alennusta kunnan liikuntapaikkojen pääsymaksuissa, kuten kuntosaleilla ja uimahallissa. Myös ryhmäliikunnan maksuissa voidaan antaa alennusta.

Loviisa • Loviisa on 15 500 asukkaan kaksikielinen kaupunki Uudellamaalla. Loviisassa on arviolta vähintään 3 100 erityisliikunnan kohderyhmään kuuluvaa kuntalaista. Eniten erityisliikunnan ryhmätoimintaa järjestivät Loviisassa kaupungin liikuntatoimi ja yhdistykset sekä kaupungin muut toimijat. Ryhmissä liikkui arviolta yli 600 osallistujaa. Selkeästi eniten ryhmiä oli järjestetty ikäihmisille, mutta ryhmiä oli myös mielenterveyskuntoutujille ja muille pitkäaikaissairaille, vammaisille ja erityislapsille.

Loviisan erityisliikunnan ohjaajaresurssit muodostuivat vapaa-aikapalveluiden 2–3 liikunnanohjaajasta, jotka kaikki olivat mukana erityisliikuntatoiminnassa sekä muiden toimijoiden resursseista, kuten fysioterapeuteista, KunnonHoitajista ja vertaisohjaajista. Keskeisin ongelma Loviisan erityisliikunnan järjestämisessä oli kuitenkin ohjaajapula. Uusille liikuntaryhmille oli paljon kysyntää, mutta ryhmien käynnistymistä rajoitti pula ohjaajista.

Toinen keskeinen ongelma oli yhteistyön ja koordinoinnin puute. Loviisassa mikään yksittäinen taho ei koordinoinut erityisliikuntaa eikä palveluja järjestetty suunnitellusti. Vapaa-aikatoimi ei tehnyt juurikaan yhteistyötä muiden kanssa erityisliikunnassa. Erityisliikuntaa järjestäviä yhdistyksiä oli avustettu vain vähän. Muita kehittämiskohteita olivat muun muassa tiedottaminen ja tieto tilojen esteettömyydestä.

HYVÄ KÄYTÄNTÖ • Ulkoliikunta puistoissa on hyvä keino tarjota ohjattua liikuntaa myös kesäaikana, jolloin liikuntaryhmät ovat yleensä tauolla. **Loviisassa** keskustan senioripuistossa kuntoutushoitajat ja liikunnanohjaajat järjestivät kerran viikossa ohjattua liikuntaa toukokuusta syyskuuhun, tunnin kerrallaan. Ohjatut tunnit sisälsivät mm. keppijumppaa, tasapaino- ja voimaharjoituksia sekä lihasvenytyksiä. Ohjattujen ryhmien osallistujilta ei ole vaadittu ilmoittautumista. Myös eri yhdistykset järjestävät liikuntapuistoissa ohjattuja tunteja. Lähde: Voimaa Vanhuuteen-ohjelma.

Mänttä-Vilppula • Mänttä-Vilppula on 10 700 asukkaan kaupunki Pirkanmaalla. Mänttä-Vilppulassa kuuluu erityisliikunnan kohderyhmään arviolta 2 200 kuntalaista. Hankkeen käynnistyessä Mänttä-Vilppulan erityisliikunnasta vastasivat pääasiassa aktiiviset yhdistykset. Suurin osa ryhmäliikunnasta oli suunnattu ikäihmisille ja pitkäaikaissairaille, mutta myös vammais-

ryhmille oli tarjolla joitain ryhmiä. Kaupunki tuki omatoimista liikuntaa uimahallin pääsymaksuissa ja iäkkäiden ilmaisessa kuntosalikortissa.

Isoin kehitettävä asia Mänttä-Vilppulan erityisliikunnassa oli selkiyttää eri toimijoiden tehtäviä ja lisätä yhteistyötä. Yhdistykset nostivat esille keskeisimpänä kehittämiskohteena ohjaajapulan uusien ryhmien käynnistämiseksi. Lisäksi ryhmätarjonta ei mahdollistanut kaikkien erityisryhmien liikkumista. Omatoimista liikuntaa haluttiin tuettavaksi avustajakortilla. Mänttä-Vilppulassa koettiin, että asenteessa ja tietoisuudessa erityisliikunnasta oli puutteita. Erityisliikuntaa ei huomioitu juurikaan kunnan suunnitelmissa ja strategioissa. Liikuntapaikkojen esteettömyydestä kaivattiin tietoa ja tiedottamista alueen palveluista haluttiin lisätä.

Orimattila • Päijät-Hämeessä sijaitsevassa Orimattilassa on 16 300 asukasta, joista vähintään 3 300 kuntalaista kuului erityisliikunnan piiriin. Hankkeen käynnistyessä Orimattilan erityisliikuntapalvelut olivat järjestäytymättömät ja asukasluvuun suhteutettuna melko kehittymättömät. Orimattilan liikuntapalveluissa oli osaamista erityisliikunnasta, mutta niukkojen henkilöstöresurssien takia liikuntapalvelut ei pystynyt koordinoimaan ja suunnittelemaan toimintaa.

Erityisliikunnan järjestämisessä tehtiin Orimattilassa yhteistyötä vain tapauskohtaisesti. Yhdistykset olivat Orimattilassa moneen muuhun kuntaan verrattuna passiivisia erityisliikunnan järjestämisessä. Alueen muut toimijat toivoivat kaupungilta isompaa roolia ryhmien ja koulutusten järjestämisessä, yhteistyön käynnistäjänä sekä tilojen tarjoamisessa.

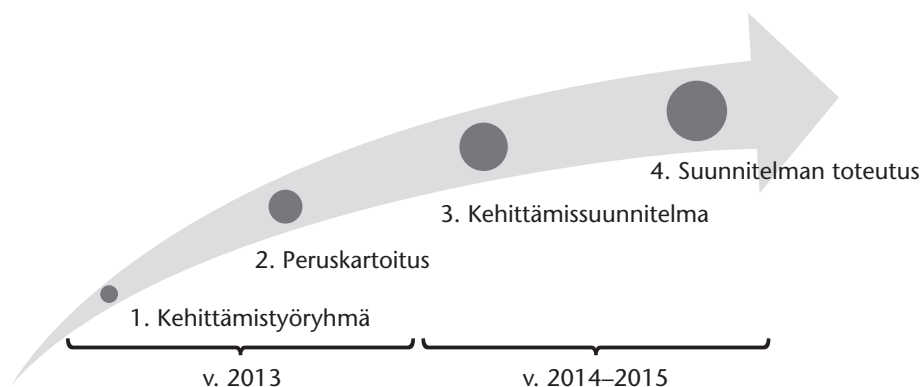
Tarpeeseen nähden Orimattilan ryhmätarjonta oli riittämätöntä. Suurin osa ryhmistä oli suunnattu iäkkäille. Orimattilassa tuettiin jonkin verran omatoimista liikuntaa, kun kaupunki myönsi yli 65-vuotiaille kuntalaisille seniorikortteja ja erityisryhmille sekä näiden avustajille tai vanhemmille uimakortteja. Erityisryhmät saivat myös alennusta uimahallin maksuista. Sen sijaan Orimattilassa ei tuettu juurikaan yhdistyksiä erityisliikunnan järjestämisessä.

Orimattilan erityisliikunnan keskeisiä ongelmia olivat toiminnan suunnitelmattomuus, yhteistyön vähäisyys, ohjaajapula niin liikuntapalveluissa kuin muilla toimijoilla, sopivien ryhmien ja tapahtumien puute, toiminnan rahoitusongelmat, kuljetusongelmat sekä tiedottaminen.

4.3. Kehittämistoiminnan eteneminen kunnissa

Erityisliikuntaa kuntiin 2013–2015 -hanke toteutettiin samalla tavalla kuin aikaisemmat ERI-KU-hankkeet (kuva 2). Ensiksi keväällä 2013 kuntiin valittiin yhteyshenkilöt (ks. sivu 3) ja perustettiin poikkihallinnolliset kehittämistyöryhmät, jotka vastasivat kehittämistyöstä paikallistasolla. Työryhmiin kutsuttiin erityisliikunnan kehittämisen kannalta tärkeimmät toimijat, kuten sosiaali- ja terveystieteiden, koulupalveluiden, vanhus- ja vammaisneuvostojen sekä yhdistysten edustajat. Poikkeuksen tähän teki Mänttä-Vilppula, jossa kehittämistyöryhmänä toimi vammaisneuvosto.

Seuraavana toimenpiteenä kehittämistyöryhmät kartoittivat yhdessä projektipäällikön kanssa kunnan erityisliikuntapalveluiden nykytilanteen, kuten potentiaalisen kysynnän palveluille, kunnassa toimivat ryhmät, ohjaajaresurssit, omaehtoisen liikunnan tukimuodot ja erityisryhmille soveltuvat liikuntatilat. Peruskartoitukseen kerättiin tietoa tilastokannoista, eri hallinnonaloilta ja yhdistyksiltä. Kartoitustyöt valmistuivat kunnissa alkuvuodesta 2014, minkä jälkeen tehtiin kehittämissuunnitelmat kevään ja syksyn 2014 aikana. Suunnitelmiin listattiin ne konkreettiset toimenpiteet, joilla kunnissa kehitetään erityisliikuntapalveluita seuraavien vuosien aikana.



Kuva 2. Hankkeen eteneminen yhteistyökunnissa.

Kehittämissuunnitelmia tehtäessä tai niiden valmistuttua kunnissa järjestettiin keskustelutilaisuuksia, joihin kutsuttiin kuntien johto, luottamushenkilöstö, eri hallinnonalojen ja yhdistysten edustajat sekä kuntalaiset. Tilaisuuksissa jaettiin yleistä tietoa erityisliikunnasta, esiteltiin tehtyjä kartoituksia ja suunnitelmia sekä keskusteltiin alueen erityisliikuntapalveluista. Yleisötilaisuuksien jälkeen kartoitukset ja suunnitelmat hyväksyttiin tai vähintäänkin käsiteltiin lautakunnissa ja kunnanhallituksissa.

Hankkeen viimeinen vaihe käynnistyi syksyllä 2014, kun kunnissa ryhdyttiin toteuttamaan kehittämissuunnitelmiin kirjattuja toimenpiteitä yhteistyössä eri toimijoiden kanssa. Loppuvuodesta 2015 tai alkuvuodesta 2016 kuntien työryhmissä päivitetään kehittämissuunnitelmat seuraaville vuosille.

4.4. Tehdyt toimenpiteet ja arviointi hankkeen vaikutuksista

Hankkeen vaikutuksia kunnissa arvioitiin kyselyllä, johon saatiin kuuden kunnan vastaukset. Kahdessa kunnassa kyselyyn vastasi yhteyshenkilö ja kahdessa kunnassa yhteyshenkilö yhdessä liikunnanohjaajan kanssa. Kahdessa kunnassa arviointikysely käsiteltiin myös paikallisen työryhmän kokouksessa.

Arviointikyselyssä kysyttiin näkemyksiä erityisliikunnan kehittymisestä kunnissa neliportaisella asteikolla (0=ei lainkaan, 1=vähän, 2=melko paljon ja 3=paljon). Vastajalla oli mahdollisuus vastata myös ”en osaa sanoa”. Nämä vastaukset eivät näy taulukoiden tuloksissa. Lisäksi muutamassa kysymyksessä vastausvaihtoehdot olivat ”kyllä”, ”ei” tai ”en osaa sanoa”. Ryhmien määrän kehitystä arvioitiin kappalemääräisesti.

Numeraalisen arvioinnin lisäksi kuntien edustajilla oli mahdollista antaa sanallinen arvio hankkeen vaikutuksista kunnissa. Kyselyn lisäksi tietoa hankkeen vaikutuksista on kerätty koko hankkeen ajan haastatteleamalla kuntien yhteyshenkilöitä.

- **Tiedon lisääminen kuntien erityisliikunnan tilanteesta valtakunnallisesti**

Tietoa kuntien erityisliikunnan tilanteesta lisättiin valtakunnallisesti tekemällä selvitys pienten kuntien erityisliikunnan tilanteesta. Kyseessä olivat ne kunnat, joissa ei ollut päätoimista erityisliikunnanohjaajaa. Selvitystyö julkaistiin osana Erityisliikunnan tilanne kunnissa 2013 -raporttia (Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2014:5).

Selvitystyön tuloksia esiteltiin Erityisliikunnan päivillä 2014 ja yhteistyökunnissa järjestetyissä tilaisuuksissa. Tuloksista lähetettiin tiedote kaikille selvityksen kohderyhmän yli 200 kunnalle sekä keskeisille erityisliikunnan toimijoille. Tuloksista raportoitiin myös Kuntalehdessä ja Liikunta & Tiede -lehdessä. Hankkeen aikana syntyneistä artikkeleista on tarkemmin tietoa liitteessä 2.

- **Yhteistyö toisten hankkeiden kanssa valtakunnallisesti**

Hankkeessa tehtiin yhteistyötä seuraavien hankkeiden kanssa: Voimaa Vanhuuteen-ohjelma (Ikäinstituutti), Liikkuva Koulu-ohjelma (LIKES-tutkimuskeskus), LIEKA-hanke (Satakunnan ammattikorkeakoulu), Rajattomasti liikuntaa Turun seudulla (LiikU ry.), Liiku Mieli Hyväksi-hanke (Suomen Mielenterveysseura) ja Neuroliikkuja Paikallistasolla (Turun ammattikorkeakoulu). Hankkeet olivat mukana levittämässä tietoa ja hyviä käytäntöjä yhteistyökuntiin sekä järjestämässä koulutuksia kunnissa.

- **Yhteistyö ja koordinointi**

Arviointiasteikko: 0=ei lainkaan, 1=vähän, 2=melko paljon ja 3=paljon. Yhteensä 6 vastausta.

| | Keskiarvo |
|---|-----------|
| Onko yhteistyö erityisliikunnan organisoinnissa ja järjestämisessä lisääntynyt hankkeen aikana... | |
| ...liikuntapalveluiden ja sosiaali- ja terveyspalveluiden/ perusturvapalveluiden välillä? | 1,7 |
| ...liikuntapalveluiden ja koulutus-/opetuspalveluiden välillä? | 1,3 |
| ...liikuntapalveluiden ja teknisten palveluiden välillä? | 0,8 |
| ...liikuntapalveluiden ja kansalaisopiston välillä? | 1,2 |
| ...liikuntapalveluiden ja yhdistysten välillä? | 2,5 |
| ...yhdistysten välillä? | 2,2 |
| Onko erityisliikuntapalveluiden koordinaatio parantunut hankkeen aikana? | 2,0 |

Huittinen: "Hankkeen aikana on siirrytty aikaisempaa enemmän yhteistyöstä yhdessä tekemisen asteelle."

Järvi-Pohjanmaa: "Kaupunki jatkaa hankkeen aikana hyvin kehittyntä yhteistyötä, eri yhdistysten, hallintokuntien, kuntien ja yrittäjien ym. sidosryhmien kanssa."

Loviisa: "Tietoisuus on lisääntynyt ja yhteistyöhalukkuus parantunut."

Kunnissa onnistuttiin lisäämään yhteistyötä vaihtelevasti. Liikuntapalveluiden ja yhdistysten välisen sekä yhdistysten keskinäisen yhteistyön lisäämisessä onnistuttiin hyvin. Liikuntapalveluiden ja sosiaali- ja terveyspalveluiden välistä yhteistyötä onnistuttiin lisäämään kohtalaisesti. Sen sijaan kunnan muiden hallinnonalojen ja kansalaisopistojen kanssa yhteistyö lisääntyi vain vähän.

Keskeisin keino lisätä yhteistyötä oli perustaa kuntiin poikkihallinnolliset kehittämistyöryhmät. Tämä oli lähes kaikissa kunnissa ensimmäinen kerta, kun eri toimijat kokoontuivat yhteen suunnittelemaan ja kehittämään alueen erityisliikuntapalveluita. Työryhmät kokoontuivat vuosittain keskimäärin 2-4 kertaa. Kuudessa kunnassa työryhmät jatkavat toimintaa myös hankkeen päätyttyä. Mänttä-Vilppulassa erityisliikunnan kehittäminen on tarkoitus liittää osaksi kaupunkiin perustetun liikuntatyöryhmän toimintaa.

Sosiaali- ja terveyspalveluiden yksiköiden kanssa tehtiin yhteistyötä koulutusten, ryhmien ja tapahtumien järjestämisessä. Jonkin verran myös suunniteltiin yhdessä palveluita. Keskeisim-

mät yhteistyökumppanit olivat vanhuspalvelut ja kehitysvamma palvelut. Yhteistyö liikunta- ja sote-palveluiden välillä soveltavassa liikunnassa koettiin luontevaksi, mutta yhteistyö olisi voinut olla vielä laaja-alaisempaa. Esimerkiksi yhteistyö kuntien fysioterapiapalveluiden kanssa jäi lähes kaikissa kunnissa vähäiseksi.

Koulutuspalveluiden, teknisen toimen ja kansalaisopistojen kanssa yhteistyö oli vähäistä. Koulutuspalveluiden kanssa järjestettiin yhdessä joitain tapahtumia ja liikuntaryhmiä. Opetushenkilöstö myös osallistui joihinkin koulutuksiin. Teknisen toimen kanssa yhteistyö oli lähinnä joitain tapaamisia liikuntapaikkojen esteettömyyteen liittyen. Yhteistyö kansalaisopistojen kanssa liittyi lähinnä yhteiseen tiedottamiseen ryhmistä.

Yhteistyö lisääntyi parhaiten liikuntapalveluiden ja yhdistysten välillä. Vammais-, kansanterveys- ja eläkeläisyhdistykset lähtivät innokkaasti mukaan työryhmiin suunnittelemaan, kehittämään ja järjestämään palveluita. Liikuntapalveluiden ja yhdistysten yhteistyötä syvennettiin järjestämällä kunnissa yhdistysfoorumeita. Sen sijaan liikuntaseurojen kanssa yhteistyö ei juurikaan lisääntynyt vaikkakin muutamassa kunnassa liikuntaseurat olivat mukana järjestämässä soveltavan liikunnan tapahtumia.

Kunnissa tehtiin yhteistyötä myös lähiseudun oppilaitosten kanssa. Oppilaitokset olivat monessa kunnassa uusi yhteistyökumppani erityisliikunnassa. Oppilaitosten avulla saatiin opiskelijoita tekemään selvitystöitä esteettömyydestä, järjestämään liikuntatapahtumia, ohjaamaan liikuntaryhmiä ja toimimaan tapahtumissa avustajina.

HYVÄ KÄYTÄNTÖ • Kunnalliset ja seudulliset soveltavan liikunnan foorumit mahdollistavat ajankohtaisen tiedon ja hyvien käytäntöjen levittämisen paikallistoimijoille. Samalla saadaan paikallistason näkemyksiä palveluiden kehittämiseksi. Foorumi luo myös mahdollisuuksia kasata verkostoja kehittämistyön tueksi ja käynnistää yhteistyö eri toimijoiden välillä. Esimerkiksi Huittisten foorumissa yhdistykset saivat tietoa alueen erityisliikunnan mahdollisuuksista ja ajankohtaisista asioista, kuten kaupungin avustuksista. Yhdistykset myös suunnittelivat tilaisuudessa yhteistyössä järjestettävän soveltavan liikunnan tapahtuman.

.....

Erityisliikuntapalveluiden koordinaatio parani kunnissa melko hyvin. Koordinaatio ja organisointi paranivat, kun jokaisessa kunnassa liikuntapalvelut otti erityisliikunnan järjestämisessä aikaisempaa enemmän vastuuta ja selkeämmän roolin. Myös kehittämistyöryhmien toiminta paransi palveluiden suunnittelua ja järjestämistä yhteistoiminnassa. Koordinointia ja organisoimista jouduttiin tekemään liikuntapalveluissa kuitenkin muun työn ohella ja vähillä henkilöstöresursseilla.

• **Erityisliikunnanohjaajien määrä**

| | Kyllä | Ei |
|---|-------|----|
| Onko kuntaan palkattu koko- tai osapäiväinen erityisliikunnanohjaaja? | 0 | 6 |
| Onko kunnassa suunnitteilla palkata koko- tai osapäiväinen erityisliikunnanohjaaja seuraavan vuoden aikana? | 2 | 4 |

Huittinen: "Erityisliikunnanohjaajan irtisanouduttua toimesta saatiin hankkeen ansiosta täyttölupa uudelleen erityisliikunnanohjaajan toimeen."

Vain yhteen kuntaan saatiin osapäiväinen liikunnanohjaaja. Kireän kuntatalouden ja liikuntapalveluiden säästöpainneiden takia ohjaajia ei ollut mahdollista palkata useammassa kunnassa. Kahdessa kunnassa on tavoitteena palkata erityisliikunnanohjaaja seuraavan vuoden aikana.

Eurassa, Orimattilassa, Kalajoella ja Alajärvellä/Järvi-Pohjanmaalla otettiin tavoitteeksi palkata koko- tai osapäiväinen erityisliikunnanohjaaja liikuntapalveluihin. Kaikissa näissä kunnissa tehtiin vaikuttamistyötä ohjaajan palkkaamiseksi muun muassa välittämällä kuntapäätäjille tietoa ohjaajan tarpeesta ja merkityksestä palveluiden kehittymiselle. Eurassa, Orimattilassa ja Alajärvellä esitettiin hankkeen aikana erityisliikunnanohjaajan palkkaamista kuntaan. Orimattilassa ja Alajärvellä esitykset menivät läpi lautakunnassa, mutta hankkeen päättyessä ei ole vielä tiedossa, miten esityksille käy kunnanhallituksissa ja -valtuustoissa. Kalajoella koottiin tuntiohjaajiin käytetyt resurssit yhteen ja palkattiin puolipäiväinen liikunnanohjaaja. Liikunnanohjaaja ohjaa Kalajoella erityisryhmille suunnattuja ja soveltuvia liikuntaryhmiä.

Huittisissa oli palkattu hankkeeseen ilmoittautumisen jälkeen erityisliikunnanohjaaja kaupungin nuoriso- ja liikuntapalveluihin. Hankkeen aikana Huittisissa kohdistui säästöpaineita liikuntapalveluihin. Erityisliikunnanohjaajan irtisanouduttua oli vaarassa, että toimeen ei saada täyttölupaa. Tehdyn vaikuttamistyön ansiosta täyttölupa saatiin uudelleen.

Loviisassa ja Mänttä-Vilppulassa ei asetettu tavoitteeksi erityisliikunnanohjaajan palkkaamista. Mänttä-Vilppulassa koottiin ostopalveluresursseja yhteen ja palkattiin kuntaan yksi uimaopettaja/-valvoja lisää. Hänen toimenkuvaansa on tarkoitus liittää liikuntaneuvontaa, joka hyödyttää jatkossa myös erityisryhmiin kuuluvia.

- **Muiden ohjaajien määrä ja osaaminen**

Arviointiasteikko: 0=ei lainkaan, 1=vähän, 2=melko paljon ja 3=paljon. Yhteensä 6 vastausta.

| | Keskiarvo |
|--|-----------|
| Onko erityisliikunnan koulutusten määrä kunnassa lisääntynyt? | 2,0 |
| Onko ohjaajien ja vertaisohjaajien määrä (kaikki toimijat huomioiden) lisääntynyt? | 1,5 |
| Onko ohjaajien ja vertaisohjaajien erityisliikunnan osaaminen (kaikki toimijat huomioiden) parantunut? | 1,8 |

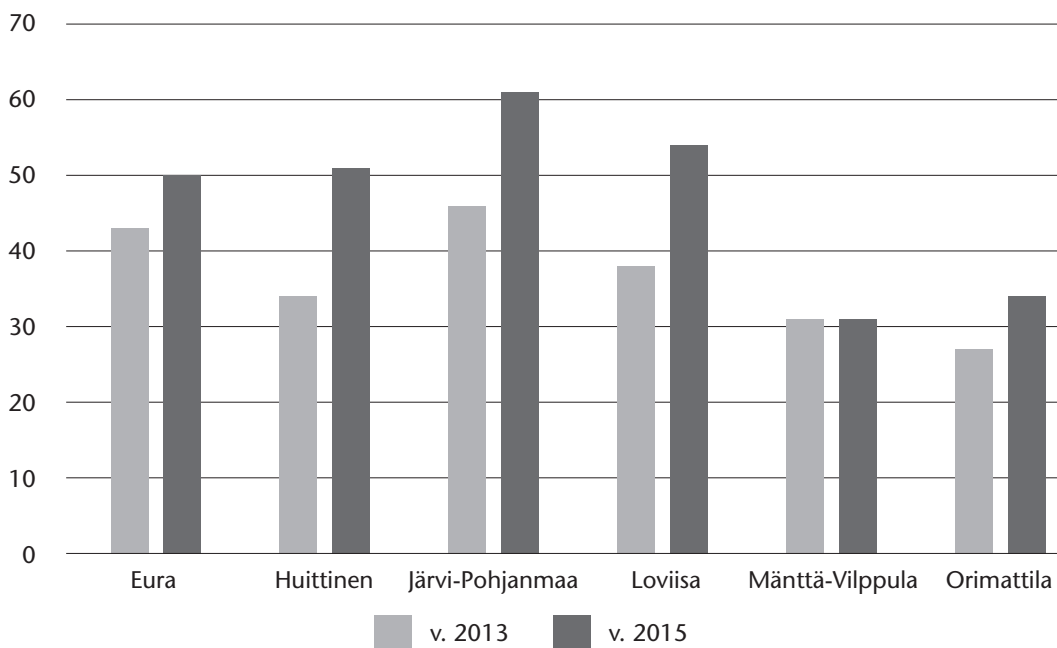
Järvi-Pohjanmaa: "Alajärven uimahallilla on järjestetty vesiliikuntaan liittyvää koulutusta ja saatu uusia ohjaajia. Tulevaisuudessa tullaan panostamaan koulutukseen ja näin saadaan uusia ohjaajia."

Eura: "Erityisryhmien ja ikäihmisten vesiliikunnan koulutuspäivä onnistui; koulutukseen osallistui kunnan ja yksityisen puolen fysioterapeutteja, yhdistyksen edustajat ja uimahallin henkilökuntaa."

Erityisliikunnan koulutusten määrää lisäntyi kunnissa. Seitsemässä kunnassa järjestettiin vuosien 2014–2015 välillä yhteensä 18 erityisliikuntaan liittyvää koulutustilaisuutta. Koulutuksia järjestettiin pääasiassa kuntien työntekijöille ja yhdistysten edustajille. Ohjaaja- ja vertaisohjaajakoulutuksista suosituimpia olivat vesiliikunnan sekä iäkkäiden voima- ja tasapainoharjoittelun koulutukset. Lisäksi järjestettiin koulutuksia liikuntavälineiden ja -laitteiden käytöstä sekä kuntosaliharjoittelusta. Yhdistyksille järjestettiin koulutusta myös toiminnan kehittämistä suunnitelmallisemmaksi ja vastaamaan paremmin jäsenistön tarpeita.

Koulutukset paransivat jonkin verran ohjaajien osaamista, mutta ohjaajien määrä ei näyttänyt lisääntyvän merkittävästi. Koulutusten avulla saatiin kuntiin jonkin verran uusia ohjaajia, jotka myös ryhtyivät ohjaamaan uusia ryhmiä. Koulutuksiin osallistui paljon jo ohjaajina toimivia henkilöitä, joiden osaamista päivitettiin. Koulutuksista huolimatta ohjaajapula on edelleen yksi merkittävimmistä ongelmista kunnissa palveluiden järjestämisessä.

- Erityisliikuntaryhmien määrä



Kaavio 1. Erityisliikuntaryhmien määrän kehitys kunnissa hankkeen aikana

Järvi-Pohjanmaa: "Hankkeen aikana liikuntapalvelut on panostanut erityisliikuntaryhmien perustamiseen ja ryhmät ovat sellaisia, joita ennen hanketta ei ole ollut."

Eura: "Kehitysvammaisten vesijumppatoiminta käynnistyi syksyllä 2014. Vesijumppa on odotettu tapahtuma ja siitä on tullut paljon hyvää palautetta. Toiminta järjestetään yhteistyössä toimintakeskuksen kanssa."

Kunnissa onnistuttiin lisäämään erityisliikuntaryhmien määrää ja monipuolistamaan ryhmätarjontaa. Kuudessa kunnassa erityisliikuntaryhmien kokonaismäärä kasvoi 219 ryhmästä 281 ryhmään. Erityisliikuntaryhmien määrä nousi kunnissa keskimäärin 37 ryhmästä 47 ryhmään. Ryhmätarjonta myös monipuolistui, kun iäkkäiden lisäksi vammaisryhmille ja pitkäaikaissairaille käynnistettiin uusia ryhmiä. Ryhmien määrässä on huomioitu viikoittain kokoon-tuneet ja kaikille avoimet ryhmät.

Ryhmien määrää saatiin lisättyä kaikkien kuntien liikuntapalveluissa. Kunnat suuntasivat ohjaajaresurssia enemmän erityisliikuntaryhmien ohjaamiseen. Kunnat käynnistivät etenkin vesiliikuntaan ja lihaskuntoharjoitteluun liittyviä ryhmiä. Osa ryhmistä käynnistyi yhteistyössä eri toimijoiden kanssa. Hyvä esimerkki yhteistyöstä oli Orimattilassa käynnistynyt päihde- ja mielenterveyskuntoutujien liikuntaryhmä. Ryhmä käynnistyi yhteistyössä Vierumäen urheilupuiston opiskelijan, Orimattilan liikuntapalveluiden ja sosiaali- ja terveystieteiden kanssa.

Yhdistykset käynnistivät hankkeen aikana eniten uusia ryhmiä. Osaksi ryhmiä saatiin käynnistettyä kunnassa järjestettyjen ohjaajakoulutusten avulla. Muutama ryhmistä käynnistyi yhteistyössä yhdistysten välillä, mutta pääosin yhdistykset perustivat edelleen ryhmiä omana toimintana. Suosituimpia liikuntamuotoja uusissa ryhmissä olivat vesiliikunta, kuntosaliharjoittelu ja erilaiset jummat sekä pallopelit, kuten boccia ja keilaus. Moni uusista yhdistysten ryhmistä oli kohdistettu vammais- tai pitkäaikaissairaille, mikä monipuolisti kuntien ryhmätarjontaa.

HYVÄ KÄYTÄNTÖ • Yhdistysten yhteisillä liikuntaryhmillä helpotetaan ryhmätoiminnan käynnistämistä. Kaikilla yhdistyksillä ei ole mahdollista saada omaa ryhmää käyntiin, koska ei ole riittävästi osallistujia, osaavaa ohjaajaa, resursseja kustantaa ohjaajaa tai tilat puuttuvat. Yhdistämällä osallistujia, resursseja ja osaamista, saadaan vähemmällä ponnistuksella ryhmä käyntiin. Esimerkiksi Eurassa kehitysvammaisten yhdistys ja jalkapalloseura käynnistivät yhdessä palloilukoulun. Ryhmässä yhdistyi palloseuran osaaminen ohjata liikuntaa ja kehitysvammaisten yhdistyksen avulla saatiin liikkujat ryhmään.

Sosiaali- ja terveydenhuollon yksiköt, kansalaisopistot ja koulutuspalvelut käynnistivät vain joitain uusia ryhmiä. Poikkeuksen teki Järvi-Pohjanmaan yhteistoiminta-alue, jossa kansalaisopiston ryhmien määrä nousi 11 ryhmästä 19 ryhmään. Sote-palveluiden osalta poikkeuksen teki Huittinen, jossa fysioterapia käynnisti uusia ryhmiä, joihin kaikkien on mahdollista osallistua.

• Resurssien kohdentaminen erityisliikuntaan

Arviointiasteikko: 0=ei lainkaan, 1=vähän, 2=melko paljon ja 3=paljon. Yhteensä 6 vastausta.

| | Keskiarvo |
|--|-----------|
| Onko liikuntapalveluiden viranhaltijoiden tietämys ja sitoutuminen parantunut erityisliikunnassa? | 2,3 |
| Onko muiden hallinnonalojen viranhaltijoiden tietämys ja sitoutuminen parantunut erityisliikunnassa? | 1,7 |
| Onko luottamushenkilöiden tietämys ja sitoutuminen parantunut erityisliikunnassa? | 1,3 |
| Onko erityisliikunnan suunnitelmallisuus parantunut liikuntapalveluissa? | 2,3 |
| Ovatko yhdistysten mahdollisuudet hakea avustuksia erityisliikuntaan parantuneet? | 1,2 |
| Ovatko liikuntapalvelut kohdentaneet entistä enemmän henkilöstöresursseja erityisliikuntaan? | 1,3 |
| Ovatko liikuntapalvelut kohdentaneet entistä enemmän taloudellisia resursseja erityisliikuntaan? | 1,2 |

Huittinen: "Erityisliikunnanohjaajan työaikaa on saatu hankkeen aikana kohdennettua aikaisempaa enemmän juuri erityisliikuntaan."

Huittinen: "Hankkeessa mukana olevien paikkakuntien yhteistapaamiset ovat olleet kannustavia ja niistä on saatu uusia ideoita toiminnan edelleen kehittämiseen."

Järvi-Pohjanmaa: "Paljon on tulevaisuudessakin tehtävä vaikka hanke päättyy, mutta tästä on hyvä jatkaa. Erityisliikunnan asiat ovat henkilökohtaisestikin tulleet liikuntasihteerin sydämen asiaksi ja koen saaneeni hankkeen aikana valtavan innostuksen tehdä tätä työtä kaiken muun työni lisäksi."

Liikuntapalveluiden henkilöstön tietämys ja sitoutuminen erityisliikuntaan parani merkittävästi. Tietämystä kehitettiin jakamalla henkilöstölle tietoa erityisliikunnasta yhteisissä tapaamisissa. Osa henkilöstöstä osallistui myös erityisliikunnan koulutuksiin ja tilaisuuksiin. Liikuntapalveluiden henkilöstö oli hyvin sitoutunutta erityisliikunnan kehittämistoimintaan, ja kehittämistyö jatkuu kunnissa myös hankkeen päätyttyä.

Muiden hallinnonalojen viranhaltijoiden ja luottamushenkilöiden tietämystä ja sitoutumista erityisliikuntaan onnistuttiin parantamaan vain jonkin verran. Tämä tapahtui järjestämällä jokaisessa kunnassa erityisliikunnan kehittämisiltoja tai keskustelutilaisuuksia sekä

kutsumalla viranhaltijoita työryhmien jäseniksi. Erityisliikunnan kehittämisillat ja keskustelutilaisuudet osoittautuivat hyviksi keinoiksi tehdä tiedotus- ja vaikuttamistyötä erityisliikunnan aseman parantamiseksi kunnissa, mutta selvien kehitysaskelien ottaminen vaatii toistoa ja pitkäjänteistä tiedotustyötä. Myös peruskartoitusten ja kehittämissuunnitelmien käsittely lautakunnissa ja kunnanhallituksissa lisäsi luottamushenkilöiden tietoutta alueen erityisliikuntapalveluista ja niiden kehittämistarpeista.

Erityisliikunnan suunnitelmallisuus parani liikuntapalveluissa merkittävästi. Suunnitelmallisuutta parannettiin jokaisessa kunnassa laatimalla erityisliikunnan kehittämissuunnitelmat, joita ryhdyttiin toteuttamaan hankkeen aikana. Lähes kaikissa kunnissa suunnitelmat hyväksyttiin lautakunnissa. Hankkeen päätyttyä suunnitelmat päivitetään, joten jokaisessa kunnassa on voimassa olevat kehittämissuunnitelmat tuleviksi vuosiksi. Erityisliikunta otettiin myös monissa kunnissa osaksi erilaisia asiakirjoja. Esimerkiksi Kalajoella liikuntapalveluiden talousarviosta varattiin tietty osuus erityisliikuntaan.

Yhdistysten mahdollisuudet hakea avustuksia paranivat vain vähän. Mahdollisuuksia parannettiin muuttamalla avustussäännöstöä niissä kunnissa, joissa säännöstö ei huomionnut erityisliikuntaa ja eläkeläis-, kansanterveys- sekä vammaisjärjestöjä avustusten hakijoina. Osassa kuntia avustussäännöstö ja -käytännöt olivat jo entuudestaan kunnossa. Yhdistysfoorumien yhteydessä erityisliikuntaa järjestäville yhdistyksille tiedotettiin avustuksien hauista ja kannustettiin hakemaan avustuksia.

Kunnissa onnistuttiin kohdentamaan vain vähän uusia resursseja erityisliikuntaan. Sen sijaan nykyisiä resursseja kohdennettiin enemmän erityisliikuntaan. Liikuntatoimen henkilöstö käytti hankkeen myötä enemmän työaikaansa erityisliikunnan tehtäviin kuin ennen hanketta. Osassa kuntia pystyttiin suuntaamaan ohjaajien työpanosta aikaisempaa enemmän erityisliikuntaan. Liikuntapalveluiden taloudellisten resurssien kohdentuminen erityisliikuntaan lisääntyi lähinnä, kun kunnat järjestivät hankkeen aikana entistä enemmän erityisliikunnan koulutuksia ja hankkivat välineitä sekä järjestivät erilaisia tapahtumia ja tilaisuuksia.

Kokonaisuudessaan liikuntapalveluiden niukkojen henkilöstöresurssien ja kireän kuntatalouden sekä säästöpainneiden takia resursseissa ei tapahtunut merkittävää parannusta. Resurssien kasvua korvasi kuitenkin se, että toiminnan painoalue liikuntapalveluissa suuntautui enemmän kohti erityisliikuntaa.

- **Pysyvät toimintakäytännöt ja hyvät toimintatavat**

Arviointiasteikko: 0=ei lainkaan, 1=vähän, 2=melko paljon ja 3=paljon. Yhteensä 6 vastausta.

Keskiarvo

| | |
|---|-----|
| Onko kunnassa otettu käyttöön uusia erityisliikunnan hyviä toimintakäytäntöjä ja -tapoja? | 2,0 |
|---|-----|

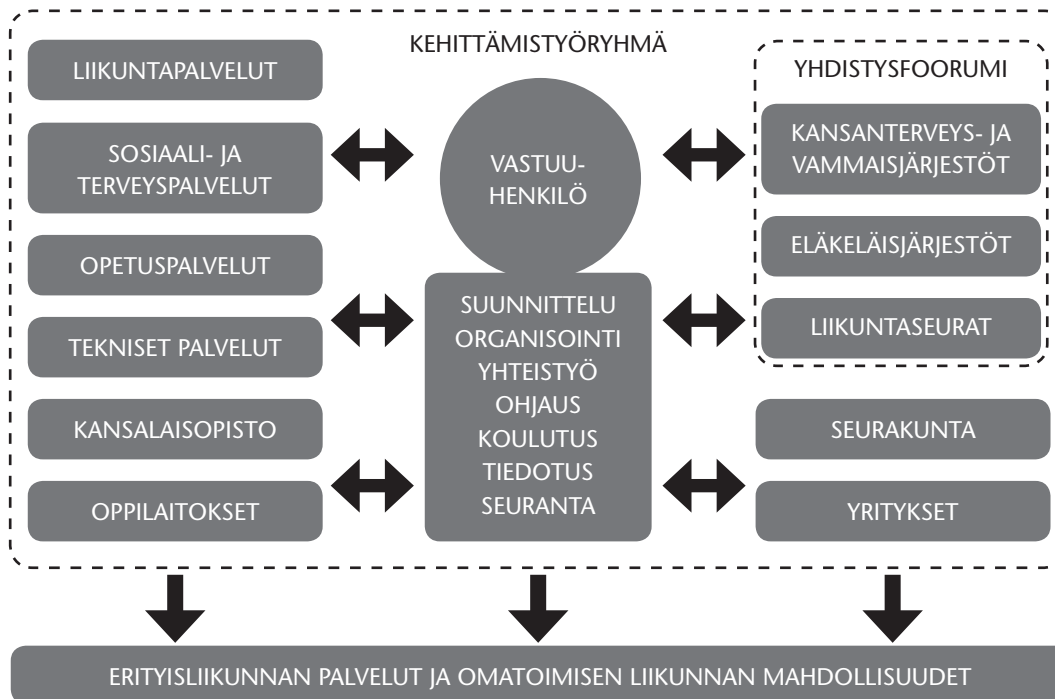
Järvi-Pohjanmaa: "Erityisliikunnan kehittämistyöryhmän yhteiskokouksia jatketaan 2-3 kertaa vuodessa tai useammin asioiden niin vaatiessa."

Huittinen: "Yksi uusi käytäntö on soveltavan liikunnan yhdistysfoorumi, jossa käydään läpi erityisliikunnan ajankohtaiset asiat, tapahtumat, mahdolliset hankkeet jne."

Kunnat ottivat käyttöön erilaisia erityisliikunnan hyviä toimintakäytäntöjä. Jokaiseen kuntaan ryhdyttiin hankkeen aikana rakentamaan pysyvää toimintamallia, joilla erityisliikuntapalveluita organisoitaisiin ja järjestettäisiin kunnassa hankkeen päätyttyä. Tämä tarkoitti käytännössä henkilöstöresurssien osoittamista erityisliikuntaan ja erilaisten hyvien toimintamallien käyttöönottoa.

Neljässä kunnassa ryhdyttiin rakentamaan toimintamallia päätoimisen erityisliikunnanohjaajan varaan. Euraan, Orimattilaan ja Alajärvelle ei saatu palkattua vielä hankkeen aikana erityisliikunnanohjaajaa. Kalajoelle saatiin kokopäiväisen resurssin sijaan puolipäiväinen ohjaajaresurssi. Loviisassa erityisliikunnan henkilöstöresurssi löydettiin nykyisistä liikunnanohjaajista, joista yksi valittiin erityisliikunnan koordinaattoriksi. Muutamaan kuntaan valittiin erityisliikunnan vastuuhenkilö, joka pyrkii mahdollisuuksiensa mukaan viemään kunnassa eteenpäin erityisliikuntaa (kuva 3). Huittisissa toimintamallina oli jo hankkeen käynnistyessä päätoimisen erityisliikunnanohjaajan varaan rakentuva malli, jota lähdettiin jatkokehittämään. Mänttä-Vilppulassa ei saatu henkilöä vastaamaan erityisliikunta-asioista vaan toimintamalli on tarkoitus rakentaa työryhmätyöskentelyn varaan.

Osana pysyvemmän toimintamallin rakentamista kunnissa otettiin käyttöön erilaisia hyviä toimintatapoja palveluiden organisoimiseksi ja järjestämiseksi. Näitä olivat esimerkiksi kehittämistyöryhmät, yhdistysfoorumit, erityisliikuntakalenterit, ohjaajakoulutukset ja keskustelutilaisuudet. Nämä hyvät toimintatavat näyttäivät jäävän myös pysyviksi toimintatavoiksi kunnissa.



Kuva 3. Erityisliikunnan vastuuhenkilöön perustuva järjestämismalli

- **Omatoiminen liikunta**

Arviointiasteikko: 0=ei lainkaan, 1=vähän, 2=melko paljon ja 3=paljon. Yhteensä 6 vastausta.

| | Keskiarvo |
|---|-----------|
| Ovat omatoimisen liikunnan mahdollisuudet parantuneet kunnassa? | 1,8 |

Omatoimisen liikunnan mahdollisuudet parantuvat jonkin verran kunnissa. Omatoimisen liikunnan mahdollisuuksia parannettiin erilaisin keinoin kunnissa. Mänttä-Vilppulassa ja Eurassa lanseerattiin avustajakortit. Monessa yhteistyökunnassa oli jo käytössä erityisliikuntakortteja, jotka mahdollistavat avustajan mukaan ottamisen liikuntaharrastukseen. Järvi-Pohjanmaalla oli käytössä kehitysvammaisille ystäväkortti, jonka käyttöä päätettiin jatkaa.

HYVÄ KÄYTÄNTÖ • Saattaja-/avustajakortti helpottaa ja tukee niiden henkilöiden liikunnan harrastamista, joilla on erityisiä vaikeuksia liikkumisessa ja jotka eivät pysty ilman avustajaa selviytymään harrastuksestaan. Avustaja auttaa kortin haltijaa henkilökohtaisesti liikunta- ja pukeutumistilanteissa sekä mahdollisissa hätätilanteissa. Avustajakortti parantaa palveluiden saavutettavuutta ja kuntalaisten tasa-arvoa. Kun avustettava henkilö ei joudu maksamaan kaksinkertaista osallistumismaksua eikä joudu joka kerta perustelemaan avustajan tarvetta, madaltuu kynnys harrastaa liikuntaa. Samalla yhtenäistyvät eri toimipisteiden käytännöt avustajan huomioimisessa.

Muutamassa kunnassa järjestettiin erilaisia liikunnanohjaajan vetämiä kuntosaliharjoittelun koulutuksia, minkä jälkeen kuntalaisten oli mahdollista jatkaa harjoittelua itsenäisesti. Esimerkiksi Järvi-Pohjanmaalla järjestetyt ikäihmisten kuntosaliharjoittelun starttikurssit olivat suosittuja ja koettiin hyviksi keinoiksi innostaa ikäihmisiä lihaskuntoharjoitteluun. Kunnissa järjestetyissä liikuntatapahtumissa erityisryhmiin kuuluvia kannustettiin liikkumaan esittelemällä erilaisia liikuntamahdollisuuksia ja liikkumisen apuvälineitä.

Omatoimisen liikunnan mahdollisuuksia parannettiin muutamassa kunnassa myös uusilla välineillä ja tiloilla. Esimerkiksi Järvi-Pohjanmaalle hankittiin liikuntatoimeen soveltavan liikunnan välineitä. Loviisassa rakennettiin hankkeen aikana seniorikuntosali ja muutama erityisryhmille soveltuva lähiliikuntapaikka. Mänttä-Vilppulassa rakennettiin boccia-kenttä ja hankittiin uimahalliin uusi allashissi.

HYVÄ KÄYTÄNTÖ • Liikuntapalveluiden välinelainoilla mahdollistetaan yhdistyksille ja muille toimijoille liikunnan järjestäminen ja tutustuminen uusiin lajeihin ilman omia välinehankintoja. Esimerkiksi Alajärvellä kasattiin liikuntapalveluihin soveltavan liikunnan puuhakassi, johon hankittiin välineet mm. sisäcurlingiin, bocciaan ja puhallustikkaan. Paikalliset toimijat voivat lainata välineitä liikuntapalveluista esimerkiksi kerhoihinsa, tapahtumiinsa tai liikuntaryhmiinsä.

• Erityisliikunnan tapahtumat

Arviointiasteikko: 0=ei lainkaan, 1=vähän, 2=melko paljon ja 3=paljon. Yhteensä 6 vastausta.

Keskiarvo

| | |
|---|-----|
| Onko erityisliikuntaan liittyvien tapahtumien määrä lisääntynyt kunnassa? | 2,0 |
|---|-----|

Huittinen: "Syksyllä 2015 toteutettiin uusi Liikunta Iloksi -tapahtuma, joka on tarkoitus saada jokavuotiseksi tapahtumaksi."

Eura: "Soveltavan liikunnan happening tapahtumaa oli hieno järjestää yhteistyössä eri tahojen kanssa."

Erityisliikunnan tapahtumia onnistuttiin lisäämään kunnissa. Eurassa, Huittisissa, Loviisassa, Orimattilassa ja Järvi-Pohjanmaalla järjestettiin isot erityisliikuntatapahtumat vuoden 2015 aikana. Tapahtumat keräsivät hyvin kuntalaisia liikkumaan ja tutustumaan erilaisiin liikuntamahdollisuuksiin sekä saamaan tietoa apuvälineistä. Kalajoella järjestettiin Tuomo Himangan vetämänä ja yhteistyössä Kalajoen Liikkuva Koulu-hankkeen kanssa soveltavan liikunnan koulukiertue. Kiertueen aikana käytiin läpi kaikki Kalajoen koulut, ja oppilaat pääsivät soveltamaan erilaista liikuntaa.

Kunnissa järjestettiin myös paljon erilaisia muita pienempiä tapahtumia, kampanjoita ja tempauksia asukkaiden liikuttamiseksi, kuten toimintakeskusten salibandyturnauksia, yhdistysten petankkiturnaus, Sydänviikon ja vanhustenviikon tempauksia, yhdistysten liikuntapäiviä ja tutustumisia liikuntapaikkoihin.

Tapahtumien järjestämiseksi syntyi kunnissa uusia ja entistä laajempia yhteistyöverkostoja, kun tapahtumat järjestettiin monien toimijoiden yhteistyönä. Useissa tapahtumissa liikuntapalvelut tarjosivat tilat ja järjestivät osan toiminnasta, mutta pääosan toiminnasta järjestivät paikalliset yhdistykset ja oppilaitosten opiskelijat, jotka toivat tapahtumissa myös avustajina. Tapahtumat todettiin onnistuneiksi, joten näillä toimivilla konsepteilla ja verkostoilla on helppoa järjestää vastaavia tapahtumia myös tulevana vuosina.

• Esteettömyys

Arviointiasteikko: 0=ei lainkaan, 1=vähän, 2=melko paljon ja 3=paljon. Yhteensä 6 vastausta.

| | Keskiarvo |
|---|-----------|
| Onko tietämys kunnan liikuntapaikkojen esteettömyydestä parantunut? | 2,5 |
| Onko liikuntapaikkojen esteettömyyttä parannettu? | 1,5 |

Huittinen: "Erityisliikunnanohjaaja oli mukana yhdessä teknisen palvelukeskuksen kanssa urheilutalon peruskorjauksen ja laajennuksen tarveselvityksen toteutuksessa."

Tietämys liikuntapaikkojen esteettömyydestä parani merkittävästi kunnissa. Kaikissa kunnissa tehtiin selvityksiä liikuntapaikkojen esteettömyydestä. Esimerkiksi Orimattilassa tehtiin yhteistyössä Pajulahden urheiluopistossa opiskelleen koulutetun kartoittajan kanssa esteettömyyskartoitus urheilutalosta. Kartoituksen pohjalta kasattiin kaupungin internetsivuille tietopaketti urheilutalon esteettömyydestä asiakkaita varten. Eurassa ja Huittisissa tehtiin oppilastyönä ja hyödyntämällä Satakunnan ammattikorkeakoulun sähköistä Oiva-työkalua kolmesta liikuntapaikasta esteettömyys selvitykset, jotka tuottivat käytännönläheisiä toimenpide-ehdotuksia esteettömyyden parantamiseksi. Kaikki tehdyt selvitykset on lueteltu liitteessä 2.

HYVÄ KÄYTÄNTÖ • Sähköinen oiva-työkalu nopeuttaa esteettömyyden arviointia ja raportointia. **Satakunnan ammattikorkeakoulun** kehittämä työkalu toimii nettipohjaisena ja on käytettävissä esimerkiksi tabletilla. Työkalu sisältää eri arviointimenetelmien lomakkeita, kuten julkiseen ympäristöön esteettömyyden kartoittamiseen tarkoitettua ESKEH-menetelmän lomakkeet. Työkalu tuottaa automaattisesti tekstiä, mikä nopeuttaa lopullisen raportin luomista.

.....

Liikuntapaikkojen esteettömyyttä pystyttiin parantamaan vain vähän. Tehtyjen kartoitusten ja selvitysten perusteella oli mahdollista lähteä kehittämään liikuntapaikkojen esteettömyyttä yhteistyössä teknisen toimen kanssa. Esimerkiksi Huittisissa tehtiin pieniä parannuksia palvelukeskuksen tiloihin, ja Mänttä-Vilppulassa uimahallin edustalle saatiin esteettömät pysäköintipaikat. Osassa kunnista otettiin liikuntapaikkojen peruskorjausten ja rakentamisen yhteydessä suunnitteluvaiheessa entistä paremmin huomioon erityisryhmien näkemykset. Esimerkiksi Mänttä-Vilppulassa vammaisneuvoston edustajat otettiin mukaan uuden jäähallin suunnitteluun. Liikuntapaikkojen esteettömyyden kehittäminen jäi kuitenkin tuleville vuosille.

HYVÄ KÄYTÄNTÖ • Esteettömällä liikuntareitillä mahdollistetaan kaikenikäisten ja -kuntoisten ulkoliikunta- ja luontoharrastaminen niin omatoimisesti kuin ryhmissä. **Seinäjoen** Joupilanvuoren Esteetön Kuntoreitti sijaitsee kahden kilometrin päässä kaupungin keskustasta. Ahkerassa käytössä olevan reitin varrella ovat esteettömät elämiskohteet, levähdyspaikkoja, esteettömiä vessoja ja sähköpistokkeita esim. pyörätuolin latausta varten. Lisätietoa www.seinajoki.fi tai www.esteeton.fi.

Helsingissä sijaitseva Maunulan esteetön liikuntapolku on helppokulkuinen ja turvallinen ulkoilureitti, joka sopii erityisesti vanhuksille sekä liikkumis- ja toimimisesteisille. Polulla riittää käyttäjiä, sillä polun välittömässä läheisyydessä sijaitsee sairaala, terveysasema, sosiaalikeskus ja kaksi vanhainkotiä. Polulla voivat liikkua esteettä niin rollaattorin ja pyörätuolin käyttäjät, näkövammaiset kuin muistiongelmista kärsivätkin. Lisätietoa www.hel.fi.

• Tiedottaminen ja näkyvyys

Arviointiasteikko: 0. ei lainkaan, 1. vähän, 2. melko paljon ja 3. paljon. Yhteensä 6 vastausta.

| | Keskiarvo |
|---|-----------|
| Onko tiedottaminen erityisliikunnasta parantunut? | 2,2 |
| Onko erityisliikunnan näkyvyys parantunut kunnassa? | 2,5 |

Järvi-Pohjanmaa: "Erityisliikunta on saanut näkyvyyttä ja asiat tulleet tutuksi kuntalaisille. Tiedetään jo paljon paremmin mitä, missä ja milloin tapahtuu."

Eura: "Liikuntakalenteri oli hieno juttu, kun eri tahojen järjestämät avoimet erityisliikuntaryhmät saatiin kerättyä kalenteriksi, jota on helppo jakaa esim. fysioterapian asiakkaille."

Erityisliikunnan tiedottamista ja näkyvyyttä onnistuttiin parantamaan merkittävästi. Jokaiseen kuntaan valmistui erityisliikuntakalenterit. Kuntiin perustetut kehittämistyöryhmät ja kunnissa järjestetyt yhdistysfoorumit sekä yleisötilaisuudet osoittautuivat myös hyviksi keinoiksi parantaa tiedonkulkua erityisliikunnasta ja saada toimijoilta palautetta palveluista.

Näkyvyys lisääntyi kunnissa useiden tilaisuuksien, tapahtumien ja lehti- sekä radiojuttujen avulla. Parantuneen näkyvyyden ansiosta erityisliikunta-asiat nousivat kunnassa keskusteluihin. Liikuntapalveluiden henkilöstö profiloitui enemmän erityisliikunta-asioihin, mikä lisäsi yhteydenottoja eri toimijoilta.

HYVÄ KÄYTÄNTÖ • Erityisliikuntakalenteri kokoaa yhteen hajanaiset tiedot alueen erityisliikuntatarjonnasta ja omatoimisen liikunnan mahdollisuuksista. Kalenterin kokoaminen ja levittäminen parantaa tiedottamista, mutta kalenteri on myös hyvä työkalu kunnan eri toimijoille, kuten fysioterapeuteille, terveydenhoitajille tai lääkäreille asiakkaiden ohjaamiseen liikunnan pariin.

Tukikeskuksen ääni

Kuka liikuttaisi päihde- ja mielenterveyskuntoutujia?

Anne-Maarit Miikkulainen toimii Orimattilassa päihde- ja mielenterveyskuntoutujille kohdenetun Sarastuksen tukikeskuksen vastaavana ohjaajana. Sarastuksen asiakkaiden pitäisi olla juuri niitä henkilöitä, joita julkiset liikuntapalvelut haluaa tavoittaa: vähän liikkuvia henkilöitä, joilla pienikin liikkumisen lisäys parantaisi hyvinvointia ja kuntoutusta, kuten mielenterveyttä. Asiakkaiden liikuttaminen on osoittautunut kuitenkin monella tapaa hyvin haasteelliseksi.

Ensimmäinen haaste löytyy itse liikkujista. Liikunta on aikalailla viimeinen asia, joka on asiakkailla mielessä. Moninaisten ongelmien takia liikunta on jäänyt elämässä kauas taka-alalle. Sarastus on järjestänyt asiakkailleen liikuntaa toimintansa alusta alkaen. Sarastuksessa on yritetty ohjata asiakkaita liikkumaan tarjolla oleviin palveluihin ja ryhmiin. Ilman jatkuvaa henkilökohtaista ohjausta ja motivointia, omatoiminen liikkuminen loppuu lyhyeen. Erilaisiin diagnoosiperusteisiin ryhmiin ei välttämättä haluta leimautua: *”Haluan liikkua täysjärkisten kanssa”*, totesi eräsikin asiakas. Liikunnan järjestämiseen kannustaa kuitenkin se, että kun liikkumisen korkea kynnyks on ylitetty, asiakkaiden palaute on ollut yleensä positiivista.

Hyväksi ja tehokkaaksi keinoksi liikuttaa asiakaskuntaa on havaittu kuntoutuksen arjessa päiväsaikaan tapahtuva matalankynnyksen ryhmäliikunta. Kuntien avokuntoutukselle on tyypillistä, että niillä ei ole liikuntatoimintaan varattuja resursseja ja osaamista. Myöskään yhteistyö liikuntatoimen ja sosiaali- ja terveyspalveluiden välillä ei toimi riittävän hyvin, jotta liikuntaa voitaisiin tarjota yhteistyössä. Sarastus ei tee tässä poikkeusta: sen oma sählyvuoro uhkasi loppua, kun mistään ei löytynyt muutamaa kymppiä viikossa tilavuokraan. Joskus liikkuminen on todellakin pienestä kiinni.

Nyt ratkaisua Sarastuksen tilanteeseen haetaan yhteistyön avulla. Liikuntapalveluiden avulla toiminnalle on järjestynyt tilat. Vierumäen urheiluopiston opiskelijasta löytyi ryhmälle osaa-va ohjaaja. Ainakin tämän syksyn aikana päihde- ja mielenterveyskuntoutujille on tarjolla Orimattilassa ohjattua matalan kynnyksen ryhmäliikuntaa. Seuraava askel on vakiinnuttaa toiminta eli löytää sille resurssit ja ratkaista kysymys: kenelle kuuluu päihde- ja mielenterveyskuntoutujien liikuttaminen kunnassa?

Teksti: Saku Rikala

5. Kuntien soveltavan liikunnan palveluiden tulevaisuus

Kuntien erityisliikunnan ja soveltavan liikunnan palveluiden tulevaisuus on yhteyksissä yhteiskunnan muutoksiin. Kehitykseen vaikuttavat muun muassa liikuntakulttuurin muutokset, liikunnan asema kunnallisena peruspalveluna, kuntatalouden kehitys, väestölliset muutokset sekä sosiaali- ja terveydenhuollon palvelurakennemuutos ja sen vaikutus kuntien tulevaan rooliin.

Muuttuvat odotukset ja kasvavat palvelutarpeet

Liikuntakulttuuri jatkaa laajentumistaan. Liikunnan edistämisen kohderyhmiksi ymmärretään kunnissa aiempaa selvemmin koko väestö, ei vain liikunnasta kiinnostuneet. Tavoitteena on kuntalaisten liikunnallinen elämäntapa. Kuntien tulee myös arvioida asukkaiden liikuntaaktiivisuutta. Kunnissa kiinnitetään jatkossa entistä enemmän huomiota vähän liikkuviin ja liikuntaharrastuksen lisäämisen rinnalla myös muuhun fyysiseen aktiivisuuteen.

Liikuntakulttuurissa jatkuu myös eriytyminen. Liikunnan lajikirjon kasvu tulee jatkumaan. Liikunnasta tulee myös aiempaa selvemmin kulutusta, ja liikkujista kuluttajia. Liikunnalta odotetaan jatkossa aiempaa enemmän. Liikkujilla on yhä selvemmin omat yksilölliset toiveensa ja tarpeensa. Useat kuntalaiset ovat myös valmiita maksamaan saadakseen haluamiansa liikunta-palveluita. Kunnallisten palvelujen täydentäjänä yrityksillä on tulevaisuudessa huomattava merkitys. Yritykset tuottavat palveluita maksukykyisille.

Maahanmuuton kasvaessa ja väestön ikääntyessä liikunnan kenttä jatkaa monikulttuuristumistaan ja ikääntymistään. Maahanmuuttajien kotouttaminen ja ikäihmisten liikuttaminen tulevat jatkossa olemaan yhä keskeisempi osa kuntien liikuntapalveluiden tehtäväkenttää.

Näiden edellä mainittujen kehityssuuntien myötä kunnat kohtaavat jatkossa liikunnassa eri intressiryhmien yhä erilaisempia muuttuvia odotuksia ja kasvavia palvelutarpeita, myös soveltavassa liikunnassa.

Jatkossa liikuntaseurat voivat nousta vastaamaan kasvaviin palvelutarpeisiin. Seurojen kiinnostus myös erityisryhmien liikuttamiseen on kasvanut viime vuosina. Jos kunnat pystyvät madaltamaan seurojen kynnystä ottaa toimintaansa mukaan erityisryhmiä, saadaan yksi merkittävä lisäresurssi erityisryhmien liikuttamiseen. Samalla paine kuntien soveltavan liikunnan palveluille vähenee, ja kunnat voivat kohdentaa entistä tehokkaammin omaa toimintaansa.

Priorisointia, osallisuutta ja kuntien muuttuva toimintakenttä

Valtion ja kuntien taloustilanne näyttää säilyvän kireänä tulevinakin vuosina. Valtion ja kuntien liikuntaresurssit tuskin kasvavat tulevaisuudessa vaikka palvelutarve kasvaa. Tämä lisää tarvetta priorisointiin liikuntapolitiisessa päätöksenteossa. Samaan aikaan liikuntapolitiikan keskiöön nousee yhä voimakkaammin yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon tavoite, joiden toteutumista arvioidaan yhä laajemmin kaikessa toiminnassa. Kaikilla tulee olla mahdollisuus harrastaa liikuntaa, ja kaikille avoimen liikuntatoiminnan merkitys korostuu.

Rajallisia voimavaroja joudutaan jatkossa suuntaamaan yhä kohdennetummin. Voimavaroja on tärkeä suunnata niiden ryhmien terveyden edistämiseen, joiden kokema terveys on huonoin ja joilla omat mahdollisuudet tervehtensä ylläpitoon ja edistämiseen ovat heikoimmat¹⁸. Näihin ryhmiin panostaminen on perusteltua niin yksilön kuin yhteiskunnan edun kannalta.

¹⁸ Valtion liikuntaneuvoston suositukset.

Soveltavan liikunnan aseman parantuminen on sidoksissa siihen, että liikunnan asema kunnallisena peruspalveluna vahvistuu¹⁹. Nykyisin liikunnan peruspalveluluonne ei ole riittävän tunnettu kaikissa kunnissa. Toisaalta tulevaisuudessa tarvitaan edelleen toimia soveltavan liikunnan aseman parantamiseksi liikuntasektorin sisällä. Resursseja tulisi suunnata liikuntasektorin sisällä sinne, missä palvelutarve kasvaa ja niille, joiden liikuntamahdollisuuksien turvaaminen on yhä voimakkaammin julkisen sektorin vastuulla. Kaikki tämä vaatii yhä parempaa näyttöä palveluiden merkityksestä ja tarpeesta eri kohderyhmillä.

Uudistetun liikuntalain (2015) mukaan kuntien tulee jatkossa kuulla asukkaitaan liikuntaa koskevissa keskeisissä päätöksissä. Kunnan ratkaisut liikunnan edistämiseksi perustuvat tulevaisuudessa yhä parempaan näyttöön kuntalaisten todellisista tarpeista ja haasteista²⁰. Samalla osallisuus liikuntapalveluiden järjestämisessä tulee korostumaan tulevaisuudessa. Tämän avulla on mahdollista myös parantaa resurssien käytön tehokkuutta ja liikunnan asemaa peruspalveluna.

Soveltavan liikunnan asemaan kunnissa vaikuttaa myös sosiaali- ja terveydenhuollon palvelurakennemuutos, joka muuttaa olennaisesti kuntien tehtäväkenttää ja roolia. Kunnilta poistuu vastuu järjestää sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita. Keskeisiä kunnille jääviä tehtäviä ovat muun muassa opetus, varhaiskasvatus, kaavoitus, kulttuuri, kirjasto, liikunta ja nuoriso-työ. Kunnilla on edelleen iso merkitys asukkaitensa hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi sekä ylläpitämisessä. Laadukkaat terveyttä edistävän liikunnan palvelut nousevat entistä keskeisemmäksi keinoksi kunnille edistää hyvinvointia ja terveyttä alueellaan. Tärkeää on, että palvelurakennemuutoksen jälkeen kuntien soveltavan liikunnan palvelut pystytään liittämään saumattomaksi osaksi uusia palveluketjuja.

Palveluiden keskiöön heikoimmassa asemassa olevat

Soveltava liikunta pysyy julkisen liikuntatoiminnan keskiössä tulevaisuudessakin ja kenties yhä voimakkaammin, mutta käsitys siitä tulee muuttumaan. Yhä suuremmaksi kysymykseksi nousee, että keille tulisi suunnata soveltavan liikunnan palveluita?

Kaikkia ei voida liikuttaa. Tulevaisuudessa kuntien tulee ja myös kannattaa keskittyä entistä enemmän heikoimmassa asemassa oleviin kuntalaisiin. Heitä ovat järjestöjen ja muiden toiminnan ulkopuolelle jäävät ja he, jotka eivät pysty harrastamaan omatoimisesti liikuntaa. Heidän tavoittamiseksi ja liikuttamiseksi kunnissa täytyy lisätä yhteistyötä eri toimijoiden välillä.

Kun resurssit eivät kasva, mutta palvelutarve kasvaa ja moninaistuu sekä palveluiden kohderyhmä muuttuu yhä haastavammaksi liikuttaa, täytyy löytää yhteisistä voimavaroista keinoja vastata uudenaikaiseen palvelutarpeeseen. Tätä varten soveltavan liikunnan ei kannata jäädä omaksi erilliseksi saarekkeeksi kunnissa. Soveltavan liikunnan on nivouduttava tiiviimmin osaksi muita palveluita, ja kuntalaisten osallisuutta palveluiden suunnittelussa tulee kasvattaa.

¹⁹ Valtionhallinto liikunnan edistäjänä 2011–2015. Valtion liikuntaneuvoston julkaisu 2015:4.

²⁰ Valtionhallinto liikunnan edistäjänä 2011–2015. Valtion liikuntaneuvoston julkaisu 2015:4.

LIITTEET

LIITE 1

Soveltavan liikunnan keskeinen lainsäädäntö

Perustuslain (731/1999) sivistyksellisten oikeuksien mukaan julkisen vallan on turvattava, sen mukaan kuin lailla tarkemmin säädetään, jokaiselle yhtäläinen mahdollisuus saada kykujensä ja erityisten tarpeidensa mukaisesti kehittää itseään varattomuuden sitä estämättä. Itsensä kehittäminen pitää sisällään myös jokaiselle yhtäläiset mahdollisuudet liikunnan harjoittamiseen. Velvoite koskee niin valtiota kuin kuntia.²¹ Lisäksi perustuslaissa säädetään julkisen vallan velvollisuudesta edistää väestön terveyttä.²²

Sivistykselliset oikeudet sisältävät perustelun ja veloitteen erityisryhmien liikunnan edistämiseksi. Sivistyksellisissä oikeuksissa veloitetaan julkista valtaa takaamaan jokaiselle yhtäläiset mahdollisuudet kehittää itseään. Erityisryhmillä ei ole ilman erityistoimia yhtäläisiä mahdollisuuksia itsensä kehittämiseen, kuten liikunnan harjoittamiseen.²³

Perustuslain yhdenvertaisuus-pykälässä ja yhdenvertaisuuslaissa (1325/2014) säädetään ihmisten yhdenvertaisuudesta. Ketään ei saa asettaa ilman hyväksyttävää perustetta eri asemaan tai syrjiä esimerkiksi iän, alkuperän, kansalaisuuden, terveydentilan, vammaisuuden tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella. Viranomaisten, kuten valtion ja kuntien viranomaisten, velvollisuutena on edistää yhdenvertaisuutta toiminnassaan.

Lait sallivat positiivisen erityiskohtelun. Joitain ihmisryhmiä voidaan tukea erityistoimin, mikäli tämä turvaa tai edistää tasa-arvoa eikä syrji muita ihmisryhmiä.

Julkisen vallan toimet, joilla se edistää erityisryhmien liikuntaa, edistävät samalla myös yhdenvertaisuutta ja sopivat hyvin positiiviseen erityiskohtelun menettelyyn.

Kuntalain (410/2015) mukaan kunnat edistävät asukkaidensa hyvinvointia. Kunnat hoitavat itsehallintonsa nojalla itselleen ottamat tehtävät sekä laissa kunnille erikseen säädetty tehtävät. Liikuntalain mukaan yleisten edellytysten luominen liikunnalle on paikallistasolla kuntien tehtävä. Liikuntapalvelut, kuten terveyttä ja hyvinvointia edistävän liikunnan palvelut, ovat osa kuntien lakisääteisiä tehtäviä ja keino edistää asukkaiden hyvinvointia.

Liikuntalain (390/2015) keskeisenä tavoitteena on edistää eri väestöryhmien mahdollisuuksia harrastaa liikuntaa, väestön hyvinvointia ja terveyttä sekä fyysistä toimintakykyä. Kuntien tehtävänä on luoda yleisiä edellytyksiä asukkaidensa liikunnalle järjestämällä liikuntapalveluja sekä terveyttä ja hyvinvointia edistävää liikuntaa huomioon ottaen eri kohderyhmät.

Terveyttä ja hyvinvointia edistävän liikunnan tavoitteena on saada harrastamaan liikuntaa myös ne, joilla on esimerkiksi terveydellisistä syistä ongelmia liikkua terveytensä kannalta riittävästi. Terveyttä ja hyvinvointia edistävä liikunta sisältää toiminnan, jolla kohennetaan vamman tai sairauden takia erityistä tukea tarvitsevien henkilöiden toimintakykyä.²⁴ Soveltava liikunta on toimintaa, jolla kohennetaan vammaisten, pitkäaikaissairaiden ja toimintakyvyltään heikentyneiden iäkkäiden toimintakykyä.

²¹ Ilkka Saraviita: Perustuslaki. 2012.

²² Hallituksen esitys eduskunnalle liikuntalaiksi HE 190/2014 vp.

²³ Heuru, Kauko: Kunta perusoikeuksien toteuttajana 2002.

²⁴ Hallituksen esitys eduskunnalle liikuntalaiksi HE 190/2014.

Kuntien tulee myös luoda edellytyksiä asukkaidensa liikunnalle tukemalla kansalaistoimintaa. Kansalaistoiminnan tukeminen voi olla järjestöavustusten jakamista ja kuntien liikuntatilojen käyttövuorojen maksuttomuutta tai subventoituja hintoja yhdistyksille, kuten eläkeläis-, kansanterveys- ja vammaisyhdistyksille.

Lisäksi kuntien tulee luoda edellytyksiä liikunnalle rakentamalla ja ylläpitämällä liikuntapaikkoja. Liikuntapaikkojen valtionavustuksia myönnetään laajojen käyttäjäryhmien tarpeisiin tarkoitettujen liikuntapaikkojen rakentamiseen, hankkimiseen, perusparannukseen ja niihin liittyvään varustamiseen. Laajoja käyttäjäryhmiä palveleva liikuntapaikka soveltuu mahdollisimman monen liikuntamuodon käyttöön ja erilaisilla ryhmillä tulisi olla mahdollisuus käyttää liikuntapaikkaa.

Kuntien tulee luoda edellytyksiä asukkaiden liikunnalle yhteistyössä eri toimialojen kanssa. Lisäksi kuntien tulee kehittää paikallista, kuntien välistä ja alueellista yhteistyötä. Liikuntaa, kuten myös terveyttä ja hyvinvointia, edistetään kunnissa tehokkaimmin eri toimijoiden yhteistyöllä ja ottamalla liikunnan suunnitteluun sekä toteuttamiseen mukaan eri sidosryhmät. Kuntien tulee myös kuulla kunnan asukkaita liikuntaa koskevissa keskeisissä päätöksissä.

Kansanterveyslain (66/1972) mukaan kansanterveystyöllä tarkoitetaan yksilöön, väestöön ja elinympäristöön kohdistuvaa terveyden edistämistä mukaan lukien sairauksien ja tapaturmien ehkäisy sekä yksilön sairaanhoito. Kunnan on pidettävä huolta kansanterveystyöstä sen mukaan laissa tai muutoin säädetään tai määrätään.

Terveydenhuoltolain (1326/2010) tavoitteena on muun muassa edistää ja ylläpitää väestön terveyttä, hyvinvointia, työ- ja toimintakykyä sekä kaventaa väestöryhmien välisiä terveyseroja. Laki velvoittaa kuntia kehittämään hyvinvointia yhteistyössä eri toimijoiden kanssa. Kuntien tulee myös seurata asukkaidensa terveyttä ja hyvinvointia sekä omia toimenpiteitä, joilla on vastattu kuntalaisten hyvinvointitarpeisiin.

Liikuntalain mukaan kuntalaisten hyvinvoinnin seuraamiseen kuuluu myös kuntalaisten liikunta-aktiivisuuden seuraaminen. Tarkoituksena on, että hyvinvointikertomuksiinkin sisällytetään liikuntaa koskevia tietoja, mikä on yleistynyt selvästi viime vuosina²⁵. Kunnat ovat ottaneet hyvinvointikertomuksiin myös soveltavan liikunnan yhtenä seurattavana toimenpide-alueena.

Vammaispalvelulain (380/1987) tarkoituksena on edistää vammaisten edellytyksiä elää ja toimia muiden kanssa yhdenvertaisena yhteiskunnan jäsenenä. Lain tarkoituksena on myös sekä ehkäistä ja poistaa vammaisuuden aiheuttamia haittoja ja esteitä. Kunnan tehtävänä on huolehtia, että vammaisille tarkoitettut palvelut ja tukitoimet järjestetään sisällöltään ja laajuudeltaan kunnassa esiintyvän palvelutarpeen mukaisesti. Palveluissa ja tukitoimissa tulee huomioida myös asiakkaan yksilöllisen avun tarve.

Vammaispalvelulain mukaan kunnan on järjestettävä vaikeavammaiselle henkilölle kohtuulliset kuljetuspalvelut ja niihin liittyvät saattajapalvelut sekä henkilökohtainen apu esimerkiksi harrastuksia varten. Vammaisen henkilön tarvitsemista palveluista ja tukitoimista on laadittava henkilökohtainen palvelusuunnitelma. Palvelusuunnitelmassa kannattaa tuoda esille liikunnassa ja harrastamisessa tarvittavat palvelut (avustaja, apuväline, kuljetuspalvelut). Suunnitelman liitteenä voi olla esimerkiksi kuntoutussuunnitelma ja fysioterapeutin arvio harrastuksen tärkeydestä tai liikunnan apuvälineen tarpeellisuudesta.²⁶

²⁵ Hakamäki, Pia–Aalto-Nevalainen, Päivi–Saaristo, Vesa–Ståhl, Timo: Liikunnan edistäminen kunnissa 2010–2014. Seurantaportti. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2015:8.

²⁶ www.vammaisurheilu.fi/palvelut/esteettomyys/liikunnan-vammaispalvelut

Maankäyttö- ja rakennuslailla (132/1999) on merkitystä esteettömän liikkumisen kannalta. Lailla säädetään alueiden käytön suunnittelun ja rakentamisen tavoitteita sekä vaatimuksia. Alueiden käytön suunnittelun tavoitteena on edistää turvallisen, terveellisen, viihtyisän, sosiaalisesti toimivan ja eri väestöryhmien (esimerkiksi lasten, vanhusten ja vammaisten) tarpeet tyydyttävän elin- ja toimintaympäristön luomista. Rakennushankkeessa on huolehdittava esteettömyydestä ja käytettävyydestä erityisesti lasten, vanhusten ja vammaisten henkilöiden kannalta. Rakennusten tulee lain mukaan soveltua, sen mukaan kuin rakennuksen käyttö edellyttää, myös sellaisten henkilöiden käyttöön, joiden kyky liikkua tai toimia on rajoittunut. Kevyen liikenteen väylät tulee säilyttää liikkumiselle esteettöminä ja turvallisina.

LIITE 2

Hankkeen yhteydessä syntyneet julkaisut, artikkelit sekä opinnäyte- ja oppilastyöt

Julkaisut

| Kirjoittaja | Julkaisusarja | Otsikko |
|---------------------------------|--|---------------------------------------|
| Timo Ala-Vähälä, Saku Rikala | Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2014:5 | Erytysliikunnan tilanne kunnissa 2013 |

Lehtiartikkelit

| Kirjoittaja | Lehti | Artikkelin otsikko |
|----------------------------------|-------------------------|--|
| Saku Rikala | Liikunta & Tiede 6/2015 | Kohti yhdenvertaisia liikuntapalveluja kunnissa |
| Saku Rikala | SoveLi-lehti 1/2014 | Seitsemän kuntaa kehittämisen polulla |
| Pasi Lapinkangas, Saku Rikala | Kuntalehti 13/2014 | Erytysliikunta tuo tasa-arvoa liikunta- palveluihin |
| Saku Rikala | Liikunta & Tiede 5/2014 | Kansalaisten yhdenvertaisuus vaarantuu pienien kuntien erityisliikunnassa |

Opinnäyte- ja oppilastyöt

| Tekijä | Oppilaitos | Opinnäytetyö tai oppilastyö |
|---|-------------------------------|--|
| Anni Ruohomaa | Satakunnan ammattikorkeakoulu | Pienten liikuntapaikkojen esteettömyyden tilan selvitys osana "Erytysliikuntaa kuntiin"-hanketta |
| Jani Hägg | Pajulahden urheiluopisto | Orimattilan urheilutalon esteettömyyskartoitus |
| Sanna Kanervo | Satakunnan ammattikorkeakoulu | Esteettömyyskartoitus – Vuorenmäen liikuntahalli |
| Katri Niemelä | Satakunnan ammattikorkeakoulu | Esteettömyyskartoitus – Kolhon palloiluhalli Esteettömyyskartoitus – Mäntän liikuntahalli Esteettömyyskartoitus – Parkkivuoren urheilutalo |
| Kaisa Korkeamäki | Vierumäen urheiluopisto | Liikunta osana mielenterveys (-ja päihdepotilaan) kuntoutusta (työnimi) |
| Seinäjoen ammattikorkeakoulun opiskelijat | Seinäjoen ammattikorkeakoulu | Esteettömyyskatselmukset Alajärven, Soinin ja Vimpelin liikuntapaikoista |
| Marjis Viktors Eija Eskelinen | Satakunnan ammattikorkeakoulu | Loviisan liikuntahallin esteettömyyskartoitus |

Kohti yhdenvertaisia kuntien liikuntapalveluita

*Erityisliikuntaa kuntiin 2013–2015 -hankkeen
loppuraportti*

Raportissa kuvataan kuntien erityisliikunnan tilannetta, haasteita ja kehittämishankkeita sekä esitetään suosituksia ja keinoja palveluiden kehittämiseksi. Suositukset perustuvat kokemuksiin, joita saatiin hankkeen seitsemässä yhteistyökunnassa.

*Liikuntatieteellisen Seuran tutkimuksia ja
selvityksiä nro 12, Helsinki 2015*



LTS

*Liikuntatieteellinen Seura
Finnish Society of Sport Sciences*