



Erityisliikunnanohjaajien TYÖSEMINAARI 7.11.2019

Vertaisohjaajat voimavarana ohjauksessa,

Lempäälän kunnan liikuntapalvelut Paula Eloranta



Historia ja termejä

- Vertaisohjaajatoimintaa on Lempäälässä järjestetty KKI ohjelman alusta alkaen reilu 20 v.

Vertaisohjaajatoiminta

- Vertaisohjaaja
- Kimppaohjaaja
- Ulkoiluystävä



Vertaisohjaajatoiminta

- Vertaisohjaajatoiminta on mukavaa, iloa päiviin tuovaa toimintaa.
- Vertaisohjaajien- ja ulkoiluystävätoimintaan osallistuminen on vapaaehtoista, toimimme vapaaehtoistyön periaatteiden mukaisesti. Vastuu on tavallisen ihmisen vastuuta lähimmäisestä.
- Vertaisohjaajat kokoontuvat säännöllisesti kerran kuussa ohjaajapalaveriin sekä osallistuvat eri sisältöisiin liikuntakoulutuksiin ja virkistyspäiviin sen mukaan, mitä omaan aikatauluun sopivasti mahtuu.



Voimavarana omatoimisten ohjauksissa

- Vertaisohjaajat opastavat kuntosaleilla laitteiden käyttöä, ohjaavat tuolivoimistelua ja peliryhmiä mm. sovellettua lentopalloa, bocciaa ja pelkkistä.
- Vertaisohjaaja voi toimia myös avustajana liikunnanohjaajan ryhmissä ja tapahtumissa.
- Vertaisohjaajat vastaavat toiminnasta vain ohjatun tuokion ajan.
 - Ikäihmiset toimivat omalla vastuulla mm. suihku- ja pukuhuonetoiloissa sekä kuljetuksiin siirtymisissä.
- Ulkoiluystävä ulkoilee ikäihmisen kanssa yhteisesti sovitun ajan, päivän kunnon mukaisesti.
 - Ulkoiluystävän kanssa ikäihminen ulkoilee omalla vastuulla.



Kenelle vertaisohjaajaryhmät on suunnattu?

- Vertaisohjaajien ohjaamat ryhmät on tarkoitettu pääsääntöisesti omassa kodissa asuville, omatoimisille liikkujille.
- Ikä noin 60 – 95 vuotta, toiminta sovelletaan ryhmän mukaan.
- Ryhmät soveltuvat henkilöille, jotka toivovat ystäviä ja juttuseuraa liikunnan lisäksi.
- Vertaisohjaajien liikuntaryhmät ovat maksuttomia.

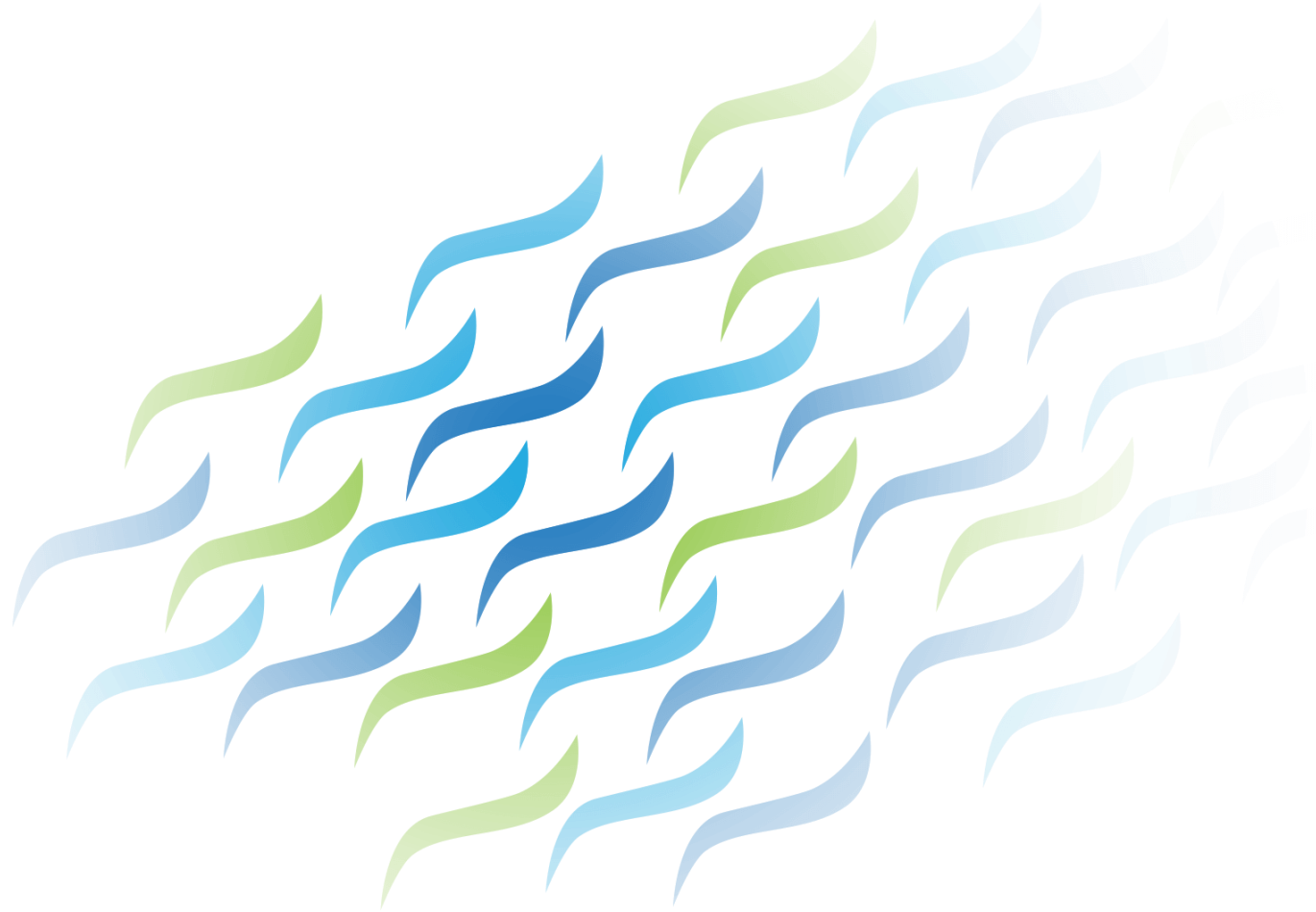


Vertaisohjaajatoiminta Lempäälässä

- Vertaisohjaajaryhmiä toimi kevään 2019 päätyttyä 19 kpl, ja kimpparyhmiä 11 kpl. Yhdistysten vertaisohjaajaryhmiä kunnan vertaisohjaajatoiminnassa oli 10 ryhmää.

Toiminta	Ryhmämäärät		Osallistujamäärät		Käyntimäärä
	Kevät	Syky	Kevät	Syky	
Vertaisohjaajaryhmät	19		306		K 3303
Kimpparyhmät	11		148		K 1609
	30		454		K 4912

- Vrt. liikuntapalveluiden ohjaamisessa ryhmissä 30 kpl, osallistujia 407/vko ja käyntimäärä 3685/kevätkausi.
- Vertaisohjaajatoiminnan piirissä 60 osallistujaa.
 - 20 vertaisohjaajaa
 - 17 kimpparyhmän ohjaajaa
 - 18 yhdistysten vertaisohjaajana ja
 - 5 hlöä toimii muissa avustavissa tehtävissä.



KIITOS!

MUKAVAA TALVEN ODOTUSTA KAIKILLE!

