

# VERKOSTOKIRJE 1/2016

---

## HYVÄ ERITYISLIIKUNNAN VERKOSTON TOIMIJA!

Syksy saapui ja liikuntaryhmät ja muut toiminnot käynnistyivät. Olette toivottavasti kuulleet, että Kari Koivumäen jäädessä eläkkeelle, Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry pitää tiedotuskanavaa auki erityisliikunnan verkostoon eli lähettää sähköisesti verkostokirjeitä ajankohtaisista asioista. Toivomme tämän verkoston olevan vuorovaikutteinen eli jaamme mieluummin myös kuntien kokemuksia eteenpäin. VAU tulee järjestämään myös tapaamisia kuntatoimijoille.

Verkostokirjeiden alustava aikataulu on marras-, helmi-, touko- ja elokuu. Kaikki verkostokirjeet ovat luettavissa myös Liikuntatieteellisen Seuran (LTS) sivuilla, <http://www.lts.fi/soveltava-liikunta>.

### Kuka kirjeet kokoaa?

Olen Tiina Siivonen ja toimin VAU ry:ssä verkostokoordinaattorina. Toimenkuvaani kuuluu erilaisten tapahtumien järjestäminen ja yhteistyön tekeminen eri tahojen kanssa. Teen myös VAU:n jäsenyhdistysten kanssa kehittämistyötä. Koulutan vammaisliikunnan työpajoissa, joita eri tahot voivat tilata. Koulutuksen saralla VAU:lla on ollut hyvää yhteistyötä mm. liikunnan aluejärjestöjen ja Soveltava Liikunta SoveLin kanssa.

Toivon, että olette minuun yhteydessä, jos on jotakin ideoita ja asioita, joita haluaisitte kirjeissä käsiteltävän tai nostettavan esille.

Toivon myös, että muistatte päivittää yhteystietonne tai erityis-/soveltavasta liikunnasta vastaavan kolleganne tiedot, jotta kirje menisi oikealle henkilölle.

Päivityksen voit tehdä sähköpostilla osoitteeseen [tiina.siivonen@vammaisurheilu.fi](mailto:tiina.siivonen@vammaisurheilu.fi).

## AJANKOHTAISTA

### OKM tuet

Opetus- ja kulttuuriministeriön liikunnan tuet ovat haettavissa eli muistathan tarkkailla syksyn hakuaikoja [minedu.fi](http://minedu.fi)-sivustolta.

### Soveltavan liikunnan koulutus- ja tutkimustyöryhmä

Liikuntatieteellisessä Seurassa on käynnistynyt soveltavan liikunnan koulutus- ja tutkimustyöryhmän toiminta. Työryhmä toimii yhteistyössä valtion liikuntaneuvoston yhdenvertaisuus ja tasa-arvojooston kanssa. Työryhmän edistää soveltavan liikunnan tutkimusta ja koulutusta, tiedon kokoamista ja levittämistä sekä toimijoiden välistä yhteistyötä. Työryhmä huolehtii myös vuoden 2018 erityisliikunnan päivien valmistelusta. Työryhmän toimikausi on 2016–2019.

Osana työryhmän toimintaa järjestetään Jyväskylässä 8.12.2016 Soveltavan liikunnan tutkijatapaamisen alan tutkijoille ja toimijoille. Tutkijatapaamisesta lisätietoa täältä. Tervetuloa!

linkki: <http://www.lts.fi/featured-articles/articles/soveltavan-liikunnan-tutkijatapaaminen>

### Uusi Olympiakomitea

Olympiakomitean ja Valon ylimääräisissä kokouksissa 20.6.2016 tehtiin päätökset, jotka yhdistävät kaksi järjestöä. Uusi Olympiakomitea aloittaa toimintansa 1.1.2017 Suomen 100-vuotisen itsenäisyyden juhluvuoden alussa.

Olympiakomitean ylimääräisessä kokouksessa hyväksyttiin myös uudet säännöt. Olympiakomitean tehtävät liittyvät jatkossa laaja-alaisesti liikuntakulttuuriin liikkeen lisäämisestä huippu-urheiluun. Yhdistyksen hallinto muuttuu uusien sääntöjen myötä myös merkittävästi.

Parhaillaan haetaan ehdokkaita uuteen Olympiakomitean hallitukseen. Uuden Olympiakomitean toiminta pohjautuu kokouksissa hyväksytyyn suomalaisen liikunnan ja urheilun menestyssuunnitelmaan. Hallitus valitaan 26.11.2016.

# VERKOSTOKIRJE 1/2016

---

## Suomen suuri vuosi 2017

Suomen itsenäisyyden satavuotisjuhlavuosi 2017 on sukupolvemme merkittävin juhlavuosi. Se antaa mahdollisuuden ymmärtää mennyttä, kokea vuosi yhdessä ja luoda suuntaa Suomen tulevaisuuteen.

Vuonna 2017 suomalaisia odottaa oikea tapahtumien runsaudensarvi. Tutustu suunnitelmiin ja niiden etenemiseen. Uudet, hyväksytyt hankkeet lisätään sivulle, kun hankkeen toteutuminen on varmistunut. Haluatko ehdottaa oman hankkeesi liitettäväksi Suomi 100 –ohjelmaan? Edellytykset ohjelmaan valittaville hankkeille sekä verkkohakulomakkeen löydät sivustolta <http://suomifinland100.fi/info/>

## Unelmat Liikkeelle

Unelmat liikkeelle on valtakunnallisesti levittäytyvä tapa toimia, joka innostaa, osallistaa, verkottaa ja rohkaisee kokeilemaan. Tavoitteena on uudella tavalla lisätä liikettä, iloa ja hyvinvointia suomalaisille - saada unelmat liikkeelle. Toimintaa juurrutetaan eri paikkakunnilla ympäri Suomea, ja sitä tehdään yhdessä. Mukana toiminnassa on järjestöjä, yhdistyksiä sekä jo 130 paikkakuntaa. Toimintaa on pohjustettu jo vuodesta 2014 sekä Unelmien liikuntapäivänä 10.5.2016. Matka jatkuu syyskuussa Liikkumisen unelmakuukautena kohti Liikkumisen unelmavuotta 2017.

Lue lisää <http://www.unelmatliikkeelle.fi/>

## Oletko tutustunut paikkakuntasi Valtteihin?

Valtti-ohjelma on Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU:n pilotti, jonka avulla pyritään löytämään erityistä tukea tarvitseville lapsille liikuntaharrastus. Valtti-ohjelmassa testataan mallia, jossa henkilökohtainen vammaisliikunnan konsultti tai ohjaaja eli Valtti toimii harrastuksen pariin saattajana erityistä tukea tarvitsevalle lapselle tai nuorelle. Valtti-ohjelmaan voivat hakea mukaan 6–23-vuotiaat erityistä tukea tarvitsevat lapset ja nuoret.

Valtit puolestaan ovat vammaisliikunnasta kiinnostuneita liikunnan-, kasvatuksen-, kuntoutuksen tai sosiaalialan opiskelijoita sekä vapaaehtoisia. Vuonna 2016 yhteistyössä on mukana 19 oppilaitosta. Valtti toimii ohjattavana liikuntakaverina, ohjaajana, tukihenkilönä ja konsulttina noin 4–6 viikon

kokeilujakson ajan. Kokeilujakso toteutetaan syksyllä 2016.

Useat Valtit ovat olleet yhteydessä kaupunkien ja kuntien liikuntatoimiin/soveltavaan liikuntaan. He ovat etsineet mahdollista harrastusta lapselle tai nuorelle. Jos siis kuulet Valteista, niin tiedät mistä on kysymys. [www.vammaisurheilu.fi/ajankohtaista/valtti](http://www.vammaisurheilu.fi/ajankohtaista/valtti)

## KOULUTUSTA JA APURAHAA TARJOLLA

Ahos-apuraha on yksi tapa hakea taloudellista tukea niin koti- kuin ulkomailla tapahtuvaan oppimiseen ja kouluttautumiseen.

Lisätiedot: <http://www.vammaisurheilu.fi/palvelut/jasenpalvelut/apurahat-ja-tuet>

**Ikäinstituutti**, <http://www.ikainstituutti.fi/koulutus-ja-tapahtumat/>

**SoveLi ry**, <http://www.soveli.fi/koulutus/>

**Liikuntatieteellinen seura ry (LTS)**, <http://www.lts.fi/koulutus>

**VAU ry**, <http://www.vammaisurheilu.fi/ajankohtaista/tapahtumat/koulutukset-ja-kurssit>

**Popli ry**, <http://www.popli.fi/lastenliikunta/koulutukset/soveltavan-liikunnan-koulutukset/>

## ILMESTYNEET JULKAISUT

Neuroliikkuja paikallistasolla-projekti on päättynyt ja sen lopputuotoksena ilmestyi kaksi julkaisua, jotka ovat luettavissa ja tulostettavissa seuraavista linkeistä.

Neuroliikkujan liikuntapolut - Hyviä käytäntöjä kunnille ja järjestöille (Raija Luona-Helminen, Päivi Mäkilä & Riitta Samstén)

[http://neuroliikkuja.turkuamk.fi/wp-content/uploads/sites/10/2016/03/tarinoita\\_web.pdf](http://neuroliikkuja.turkuamk.fi/wp-content/uploads/sites/10/2016/03/tarinoita_web.pdf)

<http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522166067.pdf>

Soveltava Liikunta SoveLi ry on julkaissut Soveltavan liikunnan aineistoluettelon 2016. Tämä päivitetään kerran vuodessa ja löytyy <http://www.soveli.fi/jasenjarjestot/> sekä <http://www.sport.fi/kirjasto>.

## KÄYNNISSÄ OLEVIA SOVELTAVAN LIIKUNNAN TUTKIMUKSIA

### ”Skeittaukseen ei tarvita jalkoja vaan kavereita” - Vammaiset nuoret liikunnallisissa nuorisokulttuureissa

Tutkimuksessa tarkastellaan vammaisen nuoren asemaa liikunnallisissa nuorisokulttuureissa ja mahdollisuuksia harrastaa liikuntaa yhdessä muiden nuorten kanssa. Tavoitteena on myös analysoida liikunnan merkityksiä vammaisten nuorten arkielämässä. Tutkimuksella on tarkoitus parantaa ymmärrystä liikunnan merkityksestä vammaisen nuoren arkielämässä ja vammaisten nuorten osallisuudesta nykymuotoisissa liikuntayhteisöissä. Tutkimus tarjoaa myös mahdollisuuksia uusien keinojen etsimiseen vammaisten nuorten liikunnan lisäämiseen ja osallisuuden vahvistamiseen liikuntapalveluissa ja -harrastuksissa.

Tutkijat: Päivi Armila ja Anni Rannikko Itä-Suomen yliopistosta sekä Susan Eriksson, Veli Liikanen ja Pasi Torvinen Mikkelin AMK:n tutkimus- ja kehittämiskeskus Juveniasta.

Lisätietoa: [www.mamk.fi/valkku](http://www.mamk.fi/valkku) ja [www.uef.fi/web/yhteiskuntatieteet/tutkimustoiminta/skeittaukseen-ei-tarvita-jalkoja-vaan-kavereita-vammaiset-nuoret-liikunnallisissa-nuorisokulttuureissa](http://www.uef.fi/web/yhteiskuntatieteet/tutkimustoiminta/skeittaukseen-ei-tarvita-jalkoja-vaan-kavereita-vammaiset-nuoret-liikunnallisissa-nuorisokulttuureissa)

### Vammaisten ja pitkäaikaissairaiden nuorten liikunta-aktiivisuus ICF-luokituksen yksilötekijöiden näkökulmasta

Tutkimuksessa selvitetään liikunta-aktiivisuutta ja siihen yhteydessä olevia tekijöitä nuorilla, joilla on lääkärin toteama pitkäaikaissairaus tai vamma. Kansainvälisten tutkimusten mukaan pitkäaikaissairauden tai vamman omaavien nuorten liikunta-aktiivisuus on vähäisempää kuin muiden nuorten. Tutkimuksessa hyödynnetään edustavaa kansallista tutkimusaineistoa ja nuorten omaa raportointia vuosilta 2002, 2006, 2010 ja 2014. Tutkimuksen viitekehystenä käytetään WHO:n kansainvälistä toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden luokitusta (ICF-luokitus).

Tutkija: Ng Kwok, Jyväskylän yliopisto

## Rintasyöpä ja liikunta - rintasyöpäpotilaiden liikunnallinen kuntoutus

Rintasyöpä on naisten yleisin (ja edelleen yleistyvää) syöpätauti Suomessa. Rintasyövän liitännäislääkehoidot altistavat estrogeenin puutokselle, mikä voi mm. alentaa luuntiheyttä ja heikentää toimintakykyä sekä elämänlaatua. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää liikunnallisen kuntoutuksen vaikuttavuutta rintasyövän sairastaneiden naisten terveyteen, etenkin luuston terveyteen ja elämänlaatuun. Tutkimuksessa selvitetään mm. liikunnallisen kuntoutuksen kustannusvaikuttavuutta sekä voidaanko liikunnalla estää syövän liitännäishoitojen aiheuttamaa luukatoa, parantaa elämänlaatua, edesauttaa sopeutumista arkeen ja työelämään hoitojen jälkeen sekä vähentää sairastuvuutta esimerkiksi rintasyövän uusimisiin.

Tutkija: Tiina Saarto, Syöpätautien klinikka, HYKS  
Lisätietoa: [www.minedu.fi/OPM/Liikunta/liikuntatieteellinen\\_tutkimus/hankkeet/saarto.pdf](http://www.minedu.fi/OPM/Liikunta/liikuntatieteellinen_tutkimus/hankkeet/saarto.pdf)

Seuraavissa verkostokirjeissä raportoidaan myös alan tutkimusten tuloksia. Lisää tietoa Soveltavan liikunnan tutkimuksesta osoitteessa [www.erityisliikunta.fi](http://www.erityisliikunta.fi)

Liikkumisen ja liikuttamisen iloa,



Tiina Siivonen  
puh. 0404 833 4869,  
[tiina.siivonen@vammaisurheilu.fi](mailto:tiina.siivonen@vammaisurheilu.fi)