

# Vammaispoliittinen ohjelma

Liikuntatoimen ajatuksia osallistamisesta ja vaikuttamisesta

Pasi Koistinen

Liikuntajohtaja

# Liikuntalaki, kunnan tehtävä

1. Järjestää liikuntapalveluja ja terveyttä edistävää liikuntaa eri kohderyhmät huomioon ottaen
2. Tukemalla kansalaistoimintaa mukaan lukien seuratoiminta
3. Rakentamalla ja ylläpitämällä liikuntapaikkoja

Lisäksi kunnan tulee kuulla asukkaitaan liikuntaa koskevissa keskeisissä päätöksissä sekä arvioida asukkaitensa liikunta-aktiivisuutta.

# Lähtötilanne

- Liikuntatoimen soveltavan liikunnan ryhmiä viikoittain 21 kpl (keväällä 2020)
  - Ryhmissä liikkuu 227 henkilöä
- Erityisryhmien uinti- ja kuntosalikortteja voimassa n. 200 kpl
  - Yhteensä myönnetty 420 kpl
- Urheiluseurojen järjestämiä soveltavan liikunnan ryhmiä 7 kpl
- Järjestöjen ja yhdistysten järjestämiä soveltavan liikunnan ryhmiä
- Liikuntapaikkarakentamiseen liittyy estettömyyssuunnitelma

Myö Liikuttaa!  
Soveltavan liikunnan  
kehittämissuunnitelma  
2020-2025

# Kysely Lappeenrannan erityisliikunnasta

- Toteutettiin huhti- kesäkuussa sähköisesti
  - suunnattu ensisijaisesti lappeenrantalaisille erityisryhmiin kuuluville henkilöille, mutta siihen pystyi vastaamaan myös kaikki erityisliikunnasta kiinnostuneet henkilöt
  - Kartoitettiin asiakkaiden kokemuksia ja mielipiteitä kaupungin erityisliikunnasta. Lisäksi asiakkailta pyydettiin kehittämideoita.
  - Vastaajia oli 79, joista 61 ilmoitti että heidän toimintakykynsä on heikentynyt vamman tai sairauden takia
  - Vastaajia tasaisesti kaikista ikäluokista (alle 20v – yli 70v.)
  - Vastaajilla laajasti erilaisia toimintakykyä heikentäviä tekijöitä

- Vastaajista lähes kaikki harrastivat liikuntaa
  - Puolet liikkui soveltavan liikunnan ryhmissä
  - Joka kolmas ei ole osallistunut soveltavan liikunnan ryhmään mutta haluaisi osallistua
- Kyselyssä selvitettiin mitä liikuntaa vastaajat harrastavat ja mitä haluaisivat harrastaa
  - kiinnostusta ryhmäliikuntaan, vesiliikuntaan, tanssiin, kehonhuoltoon ja pallopeleihin

# Millaista liikuntaa harrastat? / Millaista liikuntaa haluaisit harrastaa?

	Prosentti	Prosentti
kävely / sauvakävely / kelaus	77.6%	41.0%
uinti / vesijumppa / muu vesiliikunta	41.4%	52.5%
pyöräily / hiihto / juoksu	22.4%	24.6%
kuntosali	36.2%	37.7%
ryhmäliikunta	15.5%	39.3%
tanssi / muu musiikkiliikunta	12.1%	36.1%
kehonhuolto (jooga, venyttely, tai vastaava)	12.1%	34.4%
pallopelit	13.8%	24.6%
kamppailulajit	3.4%	6.6%
hyötyliikunta	34.5%	24.6%

- 60% on tyytyväisiä liikuntatoimen järjestämään soveltavaan liikuntaan  
→ monipuolistetaan tarjontaa ja kehitetään toimintaa asiakkaiden toivomaan suuntaan
- 40% on tyytyväisiä seurojen järjestämään soveltavaan liikuntaan  
→ lisätään yhteistyötä seurojen kanssa ja pyritään kehittämään seuroille tukimuotoja soveltavan liikunnan järjestämiseen (tilat? koulutus? toiminnan aloittamisen tukeminen?)
- 60% tietää mitä liikuntamahdollisuuksia on  
→ lisätään ja selkeytetään tiedotusta, hyödynnetään useampia tiedotuskanavia (yhteistyötahojen tiedottaminen, sosiaalinen media)
- 85% on tyytyväisiä liikuntatiloihin  
→ huomioidaan esteettömyys ja kaikki asiakkaat tiloja kunnostettaessa ja kehittäessä



# Asiakkaiden ilmaisemia kehittämisiäideoita

- Ryhmät:
  - Enemmän vaihtoehtoja ja mahdollisuuksia
  - Kehitysvammaisille lapsille lisää liikuntamahdollisuuksia, erityisesti vaikeasti vammaisille lapsille
  - Lisää seurojen järjestämää harrastustoimintaa
  - Ryhmiä työttömille ja työkyvyttömyyseläkkeellä oleville
  - Liikunnan järjestäminen asumisyksikössä
- Erityisryhmien uinti- ja kuntosalikortti:
  - Toiveita kriteerien päivittämisestä
- Tiedotus:
  - Tiedottamisen kehittäminen ja laajempi markkinointi, eri ikäryhmien huomioiminen
  - Wilman kautta tiedottaminen lasten vanhemmille
- Tilat:
  - Keskustan uimahallin kuntosali helpommin saavutettavaksi
  - Keskustan uimahalliin kunnollinen invapukutila

# Kehittämissuunnitelma

- Taustalla Myö liikuttaa! - Lappeenrannan liikkumisohjelma 2025
  - Kiinnitetään erityishuomiota soveltavan liikunnan asiakasryhmien huomioimiseen
- Asiakkaiden ääni kuuluviin keväällä 2020 toteutettu erityisliikunnan kyselyn kautta
- Kehittämissuunnitelman tarkasteleminen useammasta näkökulmasta
  - Vammaisneuvosto
  - Eksoten kokemusasiantuntijat
  - Eksoten
  - EKLU
  - Kehitysvammaisten Palvelusäätiö
  - Invalidiliitto

# Suunnitelma

1. Erityisliikunnasta soveltavaan liikuntaan
  - Nykyisten erityisliikunnan verkkosivujen ja liikuntaryhmien nimien muuttaminen sovelletun liikunnan suuntaan
2. Yhteistyön kehittäminen Eksoten, seurojen, järjestöjen ja yhdistysten kanssa
3. Tiedottamisen kehittäminen ja uusien liikkujien tavoittaminen
  - Yhteistyö tiedonvälittämisessä, useat tiedotuskanavat, verkkosivujen selkeyttäminen
4. Liikuntamahdollisuuksien lisääminen
  - Liikuntatoimen tarjoaman liikunnan monipuolistaminen
  - Lisää seurojen järjestämää soveltavaa liikuntaa
  - Matalan kynnyksen liikuntaryhmien lisääminen

5. Erityisryhmien uinti- ja kuntosalikortin kriteerien tarkastelu ja päivittäminen
6. Liikuntapaikkojen esteettömyyden tarkastelu
  - Huomioidaan liikuntatilojen kunnostamisessa ja uudistamisessa esteettömyys ja kaikkien asiakasryhmien mahdollisuus hyödyntää tiloja
  - Liikuntatilojen esteettömyystiedot verkkosivuille
7. Kaikille avoimet liikuntatapahtumat
  - Yhteistyö suunnittelussa, markkinoinnissa ja toteutuksessa
8. Liikuntaneuvonnan kehittäminen sovellettu liikunta huomioiden
  - tiedon lisääminen ja uusien asiakkaiden tavoittaminen
  - Pienryhmäliikuntaneuvonnan kokeilu

# Mitä on jo tehty?

- Nettisivuilla erityisliikunta muutettu sovelletuksi liikunnaksi
  - Liikuntaryhmien nimet muutettu
- Osallistuminen Liikuntatieteellisen Seuran hankkeeseen *Erytisliikunnanohjaaja – kohti soveltavan liikunnan kehityskumppanuutta 2020-2023*
  - Yhteistyöseuroja ja –järjestöjä hankittu
- Kolme uutta liikuntaryhmää syksyksi 2020
  - Mielenterveysryhmän vesijumppa
  - Liikuntakerho kehitysvammaisille lapsille
  - Sovellettu kehonhuolto