



## SELVITYS VALTIONAVUSTUKSEN KÄYTÖSTÄ

<b>Hakija</b> Loimaan kaupunki (1927453-8)	<b>Hankkeen tai toiminnan nimi</b> Liikkuva Loimaa	
<b>Diaarinumero</b> LSAVI/7426/2018	<b>Hakuvuosi</b> 2018	
<b>Myöntöpäivä</b> 01.03.2019	<b>Myönnetty summa</b> 12000,00	<b>Myöntänyt aluehallintovirasto</b> Lounais-Suomen aluehallintovirasto (LSAVI)

### Raportoija

<b>Sukunimi</b> Pärkö	<b>Etunimet</b> Manne Tapio
<b>Puhelin</b> 0505936249	<b>Sähköposti</b> manne.parko@loimaa.fi

### Toteutus

**Myönnetty avustuksen käyttöaika**  
01.03.2019 - 31.12.2019

**Toteutunut avustuksen käyttöaika**  
01.03.2019 - 31.12.2019

**Hankkeen tai toiminnan tavoitteet hakemuksessa**  
VARHAISKASVATUS

Keskeiset tavoitteet:

- Liikunnallistaa varhaiskasvatuksen toimintakulttuuria -> lapsille entistäkin aktiivisempi ja viihtyisämpi varhaiskasvatuspäivä, jolla vastataan lasten päivittäisiin liikuntasuosituksiin.
- Tukea perheitä lasten liikuntakasvatuksessa, jonka avulla lasten aktiivisuus lisääntyisi myös vapaa-ajalla.
- Lisätä varhaiskasvatukseen ohjattuja liikuntatuokiota, joissa tuetaan lasten perusmotoristen taitojen kehittymistä.
- Lisätä lasten osallisuutta päivittäisen liikunnan suunnittelussa, jonka avulla lisätään lasten omaehtoista liikkumista.

**TYÖIKÄISTEN YLIPAINOISTEN LIIKUNTARYHMÄ**

Keskeiset tavoitteet:

- Lisätä työikäisten ylipainoisten ja liikkumattomien liikuntaa ja arkiaktiivisuutta, jonka avulla edistetään terveyttä ja hyvinvointia.
- Liikuntaryhmän avulla tutustutaan eri liikuntamuotoihin. Kolmen kuukauden projektin aikana osallistujat löytäisivät omat mieleisensä liikuntamuodot ja ottaisivat ne osaksi omaa arkeaan.

**+75 –VUOTIAIDEN SENIOREIDEN HANKE**

Keskeiset tavoitteet:

- Tavoitteena on edistää kotona asuvien, toimintakyvyltään heikentyneiden ikäihmisten (+75v) itsenäistä selviytymistä ja elämänlaatua terveysliikunnan avulla.

**Toteutuiko hanke tai toiminta pääosin hakemuksessa esitetyllä tavalla?**

Kyllä

Ei

### Toiminnan kuvaus

Liikkuva Loimaa -hankkeen tavoitteena oli liikunnan ja sitä kautta hyvinvoinnin lisääminen varhaiskasvatuksessa, työikäisillä ja ikäihmisillä. Hankkeen tavoitteena oli antaa varhaiskasvatuksen henkilökunnalle työkaluja lasten liikunnan lisäämiseen päiväkodeissa ja perhepäivähoidossa sekä aktivoida perheitä vapaa- ajalla liikunnan lisäämiseen. Painonhallintaryhmä koostui työikäisistä Loimaan kaupungin työntekijöistä ( 15 hlö), joilla oli BMI oli yli 30 ja jonkin verran tuki- ja liikuntaelinsairauksia. Ryhmä kokoontui joka viikko, yhteensä 14 kertaa. +75 vuotiaiden senioreiden hankkeessa liikuntaneuvontaa toteutettiin ikäihmisten kuntosaliharjoittelun alkeiskursseilla. Hankkeen aikana nämä osa- alueet toteutuivat joka kohderyhmällä.

Hanke oli Loimaan kaupungin liikuntapalveluiden hanke, jossa yhteistyökumppaneina olivat varhaiskasvatus- sekä sosiaali- ja terveyspalvelut.

Ks. liitteenä oleva loppuraportti.

### Arvioi hankkeen tai toiminnan vaikutuksia

Hankkeen avulla varhaiskasvatuksen henkilöstö sai toimintamalleja ja välineitä lasten liikunnan lisäämiseen osana päivittäistä toimintaa.

Painonhallintaryhmään osallistuneet olivat motivoituneita ja liikunnan lisääminen ja ruokavalioon tehdyt muutokset antoivat tuloksia, kiloja karisi 2- 4kg / hlö, olo keveni ja energisyys lisääntyivät. Hankkeessa tavoiteltiin sitä, että ryhmäläisten liikkuminen lisääntyisi ja että omasta kunnosta huolehtiminen kuuluisi osana arkielämää. Ryhmässä keskusteltiin paljon terveysliikunnan hyvistä vaikutuksista. Terveyttä tuottaakseen liikunnan tulee olla usein toistuvaa, säännöllistä, jatkuvaa ja toteuttajansa kuntoon ja terveyteen nähden kohtuullisesti kuormittavaa.

+75 vuotiaiden senioreiden hankkeessa liikuntaneuvontaa toteutettiin ikäihmisten kuntosaliharjoittelun alkeiskursseilla. Kurssseja järjestettiin kaikkiaan neljätoista (14) ja hankkeen aikana kuntosalikurssin kävi 168 ikäihmistä, jotka saivat ohjausta ja opastusta omatoimiseen kuntosaliharjoitteluun. Tehoharjoittelujakso kuntosalilla tavoitti myös toivotusti +75- vuotiaita kotona yksin asuvia, joilla oli jo vähän havaittavissa toimintakyvyn heikentymistä. Opintopiirit Mellilän ja Niinijokin kylillä tavoittivat motivoituneen ikäihmisjoukon, osa innostui kuntosaliharjoitteluunkin.

Ks. liitteenä oleva loppuraportti.

### Jatkotoimenpiteet

Toimintaa jatketaan päiväkodeissa osana normaalia toimintaa ja liikuntapalvelut ovat jatkossakin tarjoamassa tukea mm. ideapäivien muodossa varhaiskasvatuksen henkilökunnalle.

Painonhallintohallintaryhmän toimintaa jatketaan uuden hankkeen avulla (Liikutaan yhdessä).

Ikäihmisten kuntosaliharjoittelun alkeiskurssit ja liikkuva Minä opintopiirit jatkuvat liikuntapalvelujen toimintana.

Hankkeen aikana kehitellyt toimintamuodot on suunniteltu sellaisiksi, että ne voidaan toteuttaa jatkossa myös ilman ulkopuolista avustusta osana varhaiskasvatuksen ja liikuntapalvelujen toimintoja.

## Toteutuneet hyväksyttävät kustannukset ja rahoitus

### Kustannukset

Kustannus	Hakemuksessa (€)	Toteutuneet (€)	Erittely
<b>Palkkakustannukset sivukuluineen / työpalkkio</b>	17500,00	16660,00	Hankkeeseen osallistuneiden liikunnanohjaajien (kaksi ohjaajaa) henkilöstökulut.
<b>Matka- ja kuljetuskustannukset</b>	900,00	803,00	Hanketyöntekijöiden toimintaan ja koulutuksiin liittyvät matkakustannukset.
<b>Kurssi- ja koulutuskustannukset</b>	2300,00	457,00	Hankkeeseen liittyvän koulutuksen kustannukset.
<b>Välinehankinnat (erittelyyn alustava listaus hankittavista välineistä)</b>	4375,00	6380,00	Hankkeen toteuttamisen edellyttämät välinehankinnat.
<b>Tapahtumat, retket</b>	0,00	0,00	-
<b>Muut vuokrat, leasingkustannukset</b>	0,00	0,00	-
<b>Muut kustannukset</b>	1900,00	3938,00	Mm. luentopalkkio, painatus- ja ilmoituskuluja, hankkeeseen liittyvä kirjallisuus,

			vertaisohjaajien paidat (vaatteisto).
<b>Yhteensä (€)</b>	26975,00	28238,00	

#### Rahoitus

Rahoituslähde	Hakemuksessa (€)	Toteutuneet (€)	Erittely
<b>Valtionavustus myönnetty summa</b>	13487,50	12000,00	
<b>Kunnan rahoitus/kuntien omarahoitus</b>	13487,50	16238,00	Ks. edellä
<b>Yksityinen omarahoitus</b>	0,00	0,00	-
<b>Muu julkinen rahoitus ja avustukset</b>	0,00	0,00	-
<b>Yksityinen rahoitus</b>	0,00	0,00	-
<b>Toiminnasta saatavat tulot</b>	0,00	0,00	-
<b>Muu rahoitus</b>	0,00	0,00	-
<b>Yhteensä (€)</b>	26975,00	28238,00	

Kuinka paljon valtionavustus kattaa hankkeen tai toiminnan kustannuksista?

42,50 %

Lisätietoja kustannuksista tai rahoituksesta

#### Liitteet

Liikkuva Loimaa, loppuraportti 2019.pdf  
Toteutumraportti.pdf

#### Asioija

**Asioijan etunimi**

Manne

**Asioijan sukunimi**

Pärkö

**Asioijan valtuutustieto**

Oma ilmoitus valtuudesta yrityksen/yhteisön puolesta asiointiin

