



SELVITYS VALTIONAVUSTUKSEN KÄYTÖSTÄ

Hakija Loimaan kaupunki (1927453-8)	Hankkeen tai toiminnan nimi Liikutaan yhdessä	
Diaarinumero LSAVI/11553/2019	Hakuvuosi 2019	
Myöntöpäivä 27.02.2020	Myönnetty summa 11000,00	Myöntänyt aluehallintovirasto Lounais-Suomen aluehallintovirasto (LSAVI)

Raportoiija

Sukunimi Pärkö	Etunimet Manne Tapio
Puhelin 0505936249	Sähköposti manne.parko@loimaa.fi

Toteutus

Myönnetty avustuksen käyttöaika
07.01.2020 - 28.02.2021

Toteutunut avustuksen käyttöaika
07.01.2020 - 28.02.2021

Hankkeen tai toiminnan tavoitteet hakemuksessa

Lapset ja nuoret:

Tavoitteena on tarjota loimaalaisille lapsille ja nuorille mahdollisuuksia monipuoliseen sekä turvalliseen liikuntaan. Tärkeää olisi myös, että kynns harrastamiselle olisi mahdollisimman alhainen.

Maahanmuuttajaperheiden kotouttaminen liikunnan avulla:

Tavoitteena on tukea maahanmuuttajaperheiden kotoutumista liikunnan avulla ja edistää heidän sijoittumistaan sosiaaliseen verkostoon lisäämällä ohjattua ja organisoitua liikunnan harrastamisen mahdollisuutta sekä edistää maahanmuuttajien aktiivista osallistumista liikunnan harrastustoimintaan sekä luontoliikuntaa eri vuodenaikoina.

Työikäisten ylipainoisten liikuntaryhmä:

Tavoitteena on 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:

Tavoitteena on edistää kotona asuvien, toimintakyvyltään heikentyneiden ikäihmisten (+75v) itsenäistä selviytymistä ja elämänlaatua terveysliikunnan avulla. Terveysliikunta rakentaa hyvää vanhuutta. Terveysliikunta on osoitettu tehokkaaksi ja edulliseksi tavaksi edistää iäkkäiden hyvinvointia laaja-alaisesti.

Toteutuiko hanke tai toiminta pääosin hakemuksessa esitetyllä tavalla?

Kyllä

Ei

Mitkä asiat ovat vaikuttaneet hankkeen onnistumiseen/ vaikeuksiin merkittäväällä tavalla?

Keväällä 2020 korona sulki liikuntatilat, jolloin kokoontumiset loppuivat. Loput kokoontumiset ja ryhmätoiminnot jatkuivat syksyllä.

Koronan aiheuttaman sulkua- ajan myötä oli löydettävä uusia tapoja tuottaa liikuntamateriaalia sekä uusia tapoja liikuttaa ja aktivoida kuntalaisia ja ryhmäläisiä liikkumaan.

Toiminnalle oli jo luotu pohjaa aikaisemmissa hankkeissa, joten toimintatavat olivat olemassa. Monipuolinen yhteistyö kolmannen sektorin kanssa vahvistui.

Toiminnan kuvaus

Liikkuva Loimaa- liikutaan yhdessä -hankkeen tavoitteena oli liikunnan ja sitä kautta hyvinvoinnin lisääminen sekä maahanmuuttajaperheiden kotoutumisen tukeminen ja madaltaa heidän osallistumistaan liikunnan harrastustoimintaa esim. seuroissa. Hankkeen tavoitteena oli antaa Loimaan evankelisen kansanopiston henkilökunnalle valmis liikuntakonsepti: lukujärjestys, liikuntapaikat, -välineet sekä ohjaus, joita voi käyttää joko sellaisenaan tai muokata kohderyhmälle sopivaksi.

Painonhallintaryhmä oli koottu työikäisistä Loimaan kaupungin työntekijöistä (15 hlö), joilla BMI oli yli 30 ja heillä oli jonkin verran tuki- ja liikuntaelinsairauksia. Ryhmä kokoontui joka viikko, yhteensä 14 kertaa.

+75 -vuotiaiden ikäihmisten liikuntaneuvontaa toteutettiin ikäihmisten kuntosalin alkeiskursseilla sekä puhelimitse, kirjeitse ja liikuntavideoin koronasulun aikana. Keväällä kesken jääneet opintopiirit ym. kokoontumiset pidettiin syyslukukauden aikana loppuun.

Hanke oli Loimaan kaupungin liikuntapalveluiden hanke, jossa yhteistyökumppaneina olivat Loimaan evankelinen kansanopisto, sosiaali- ja terveystyöpalvelut, Loimikoti, kulttuuripalvelut sekä kyläyhdistykset.

Arvioi hankkeen tai toiminnan vaikutuksia tavoitteiden näkökulmasta

Hankkeen avulla ja sen aikana Loimaan evankelinen kansanopisto sai toimintamalleja ja välineitä maahanmuuttajaperheiden liikuttamiseen yhdessä ja erikseen: varusteita, välineitä, tiloja ja järjestettyjä tapahtumia, joissa oli mahdollisuus tutustua mm. lähiliikuntapaikkoihin ja erilaisiin välineisiin mm. koko perheen hiihtopäivänä. Tarkoituksena oli madaltaa osallistumisen kynnyksiä esim. seurojen toimintaan. Perheet löysivätkin seuratoiminnan, mm. lapset lentopallon osalta. Lähi- ja luontoliikuntapaikat olivat koko perheen kiinnostuksen kohteita. Painonhallintaryhmään osallistuneet olivat kiinnostuneita, miten päivittäistä liikunnan määrää saa lisättyä ja pidettyä sen myös osana arkea. Liikunnan lisääminen sekä ruokavalioon tehdyt muutokset antoivat tuloksia ja loppumittausten yhteydessä kiloja karisi 6- 10 kg/ hlö. Olo keveni ja energisyys lisääntyivät. Hankkeessa tavoiteltiin sitä, että ryhmäläisten liikkuminen lisääntyisi, omasta kunnosta huolehtiminen kuuluisi osaksi arkielämää ja kun se tavoite oli saavutettu, sen pitäminen olisikin sitten helpompaa, yksinkin ilman ryhmän tukea.

+75 vuotiaiden senioreiden hankkeessa liikuntaneuvontaa toteutettiin ikäihmisten kuntosaliharjoittelun alkeiskursseilla. Kurssseja järjestettiin kolme ja kuntosalikurssin kävi 14 henkilöä. Kevään koronasulku vaikeutti jonkin verran toimintaa.

Opintopiirit Loimikodilla (18 hlö) ja Heimolinnassa (25 hlö) olivat suosittuja ja kaikki 14 opintokertaa saatiin toteutettua.

Kevään koronasulun alettua liikuntapalvelut tuottivat ja julkaisivat erilaisia videoita, joissa omat vertaisohjaajat ja liikunnanohjaajamme olivat liikuttajina, Loimaan Lehti julkaisi liikuntaohjeita ikääntyneille ja +75-vuotiaille kehitettiin oma kävelykampanja. Näitä liikuntamateriaaleja jaettiin ikääntyneille mm. ateriapalveluiden, seurakunnan ruokakassien sekä eläkeläisjärjestöjen ja vanhustyön kautta. Yhteydenpito myös "mitä kuuluu"-tsemppipuhelujen kautta oli ikääntyneiden mieleen.

Jatkotoimenpiteet

Toimintaa jatketaan Loimaan evankelisessa kansanopistossa käyttämällä mallipohjaa, jonka liikuntapalvelut tarjosivat. Lisäksi liikuntapalvelut tekevät edelleen opiston kanssa yhteistyötä, liikuntatiloja voi varata ja välineitä lainata perheiden liikuttamiseen. Liikunnanohjaajakin voi joskus vieraila, jos resurssit sen sallivat. Edelleen informoidaan liikuntatapahtumista – ja tilaisuuksista, joihin perheet tai lapset voivat osallistua.

Painonhallintaryhmän toimintaa jatketaan uuden hankkeen avulla (Liikuntaa ja Digiä loimaalaisille 2021).

Ikäihmisten kuntosaliharjoittelun alkeiskurssit ja liikkuva Minä -opintopiirit kylillä jatkuvat liikuntapalveluiden toimintana.

Hankkeen kohderyhmät ja niiden osuus hankkeen kokonaistoiminnasta

Kohderyhmä	%-osuus
Varhaiskasvatus ja esiopetus	0
Aikuiset	10

Ikiliikkujat (ikäihmiset)	50
Soveltava liikunta	0
Muu lasten ja nuorten kohderyhmä	0
Elämäntilanne (ikäryhmiä on mahdoton eritellä esim. perheliikunta)	10
Muu kohderyhmä Kotouttava toiminta	30

Arvioi toimenpiteiden vakiintumista osaksi palvelujärjestelmää

Kyllä, toimenpiteet vakiintuvat täysin

Hankkeeseen osallistuneiden määrä (kohdejoukko)

Pojat/miehet
80

Tytöt/naiset
100

Yhteensä
180

Hankkeeseen osallistuneiden varhaiskasvatusyksikköiden määrä
0

Toteutuneet kokonaiskustannukset ja rahoitus

Kustannukset

Kustannus	Hakemuksessa (€)	Toteutuneet (€)	Erittely
Palkkakustannukset sivukuluineen / työpalkkio	16800,00	28549,00	Hankkeeseen osallistuneiden kahden liikunnanohjaajan henkilöstökulut (n.35 % työajasta).
Matka- ja kuljetuskustannukset	1000,00	372,00	Hankkeen toteuttamiseen liittyvät matkakustannukset.
Kurssi- ja koulutuskustannukset	500,00	180,00	Ikäinstituutin liikuntaneuvonta ikäihmisille.
Välinehankinnat (erittelyyn alustava listaus hankittavista välineistä)	1826,00	2708,00	Hankkeen toteuttamiseen liittyvät välinehankinnat (mm. lumikenkiä, luistimia, älyrannekkeita, palloja, mailoja). (Talousraportissa kohdassa kalusto ja muu materiaali).
Tapahtumat, retket	1400,00	0,00	Koronatilanteen takia tapahtumia/retkiä ei toteutettu.
Muut vuokrat, leasingkustannukset	0,00	50,00	Opintopiirin tilan vuokra.
Muut kustannukset	1900,00	2582,00	Hankkeen toteuttamiseen liittyvät ilmoitukset/mainokset sekä hiihtovaunun ja sähkömaastopyörien vuokrat (talousraportissa kohdassa muiden palvelujen ostot).
Yhteensä (€)	23426,00	34441,00	

Rahoitus

Rahoituslähde	Hakemuksessa (€)	Toteutuneet (€)	Erittely
Valtionavustus myönnetty summa	11713,00	11000,00	
Kunnan rahoitus/kuntien omarahoitus	11713,00	23441,00	Hankkeen toteuttamiseen käytetty omarahoitusosuus.
Yksityinen omarahoitus	0,00	0,00	-
Muu julkinen rahoitus ja avustukset	0,00	0,00	-
Yksityinen rahoitus	0,00	0,00	-
Toiminnasta saatavat tulot	0,00	0,00	-
Muu rahoitus	0,00	0,00	-
Yhteensä (€)	23426,00	34441,00	

Kuinka paljon valtionavustus kattaa hankkeen tai toiminnan kustannuksista?

31,94 %

Lisätietoja kustannuksista tai rahoituksesta

Liitteet

- Liikutaan yhdessä 2020 - hankkeen loppuraportti.pdf
- Toteutumraportti.pdf

Asioija

Asioijan etunimi

Manne

Asioijan sukunimi

Pärkö

Asioijan valtuutustieto

Oma ilmoitus valtuudesta yrityksen/yhteisön puolesta asiointiin