



# SOVELTAVAN LIKUNNAN KEHITTÄMISSUUNNITELMA 2024 →



**KEMPELE**  
AKATEMIA



**KEMPELE**

# Soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelma

- Kempeleeseen on laadittu soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelma moniammatillisen kehittämisryhmän toimesta (vaka, koulut, Akatemia, Pohde, urheiluseurat, työllisyys)
- Suunnitelman tavoitteena on kehittää soveltavan liikunnan tarjontaa, osaamista sekä kohderyhmän osallisuutta.
- Keskeisimpiä nostoja esteettömyys, tarjonnan monipuolisuus, kohderyhmän tavoittaminen sekä osaamisen lisääminen

# Soveltavan liikunnan määritelmä



- Soveltavalla liikunnalla tarkoitetaan sellaisten henkilöiden liikuntaa joiden on vamman, sairauden tai muun toimintakyvyn heikentymisen tai niiden sosiaalisiin tilanteisiin aiheuttaman vaikutuksen vuoksi vaikea osallistua yleisesti tarjolla olevaan liikuntaan
- Soveltavan liikunnan kohderyhmänä ovat erityisesti toimintarajoitteiset, pitkäaikaissairaat sekä ne ikääntyneet henkilöt, joiden toimintakyky on heikentynyt.
- Liikuntaa sovellettaessa ja järjestettäessä otetaan huomioon osallistujan toimintakyky. Soveltavan liikunnan termi ohjaa siihen, että toiminta on jo valmiiksi sovellettua.
- Soveltava liikunta Kempeleessä tällä hetkellä:
  - Tukea tarvitsevat lapset ja nuoret, joilla vaikeuksia pärjätä / toimia isoissa ryhmissä tai ns. perusliikuntaryhmissä. Vapaa-ajalla sekä varhaiskasvatuksessa ja koulussa.
  - Aikuiset kehitysvammaiset (toimintakeskus Zytyke).
  - Pitkäaikaistyöttömät, mielenterveyskuntoutujat ja muut työkäiset, joilla kynnyksellä ns. yleisiin liikuntaryhmiin / liikkumaan.
  - Toimintarajoitteiset ikäihmiset

## Lakeja ja suosituksia

- Liikuntalaki (tavoite): Edistää eri väestöryhmien mahdollisuuksia liikkua ja harrastaa liikuntaa. Edistää eriarvoisuuden vähentämistä liikunnassa.
- YK: vammaisoikeussopimus: osallisuus kaikkeen; koko väestölle tarkoitettut yhteisön palvelut ja järjestelyt ovat vammaisten henkilöiden saatavissa yhdenvertaisesti muiden kanssa
- Suositukset soveltavan liikunnan ja paraurheilun kehittämiseksi 2023-2026

# Painopisteitä



## Hyvän kasvun ohjelma

- Toimenpiteitä, jotka ohjaa/tukee myös soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelmaa
  - Fyysisen aktiivisuuden lisääminen
  - Tunne-, turva- ja vuorovaikutustaitojen vahvistaminen
  - Kiusaamisen ehkäiseminen
  - Osallistavan toimintakulttuurin edistäminen
  - Kasvatuksen, opetuksen ja vapaa-aikapalvelujen sisällöllinen kehittäminen

## Hyvinvointisuunnitelma 2022-2026:

- Lasten ja nuorten fyysisen ja psyykkisen jaksamisen vahvistaminen
- Eri ikäisten liikuntaolosuhteiden ja -palvelujen kehittäminen
- Kulttuuri- ja tapahtumatarjonnan lisääminen
- Yhteistyörakenteiden luominen ja yhteistyön kehittäminen hyvinvointialueen kanssa

## Lapsiystävällinen kunta

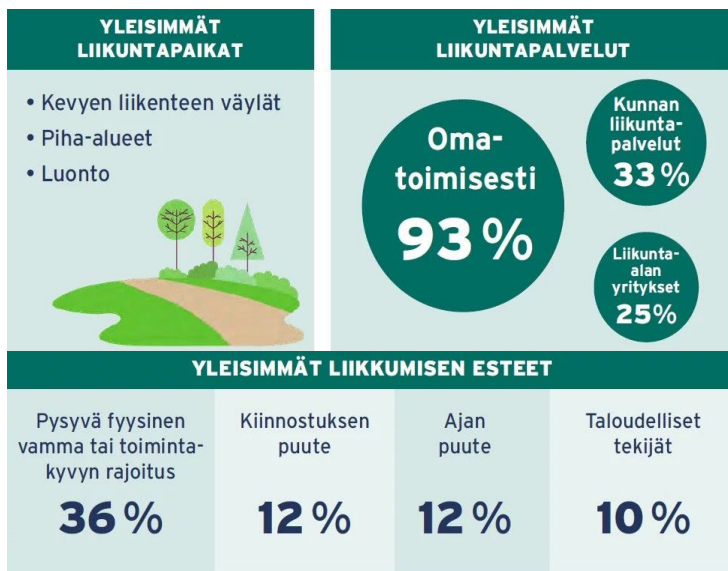
- Haavoittuvassa asemassa olevien lasten, nuorten ja heidän perheiden osallisuuden kehittäminen

# Toimintarajoitteisten henkilöiden hyvinvoinnin ja liikkumisen taustoja 1/2

- Toimintarajoitteisten liikkujakysely (PSAVI 229 vastaajaa)
  - 30 % (70 hlö) liikkuu alle kaksituntia viikossa
  - 45 % (104 hlö) vain max. 1 päivänä viikossa rasittavaa liikuntaa
  - Liikkumispaikat
    - 264 vastausta lähiympäristössä tai puistossa/kevyen liikenteen väylillä liikkujaa
    - 120 vastausta kunnan sisä- tai ulkoliikuntapaikoilla liikkumiseen
  - Liikkumisen esteet:
    - 41 % (93 hlö) liikuntapaikat tai sopivat ryhmät liian kaukana
    - 17 % (39 hlö) kuljetus tai kyyti puuttuu
    - 7 % (16 hlö) esteettömyys
    - 23 % (52 hlö) saattaja tai avustaja puuttuu

# Toimintarajoitteisten henkilöiden hyvinvoinnin ja liikkumisen taustoja 2/2

## Yli 70-vuotiaat



## Työikäiset



# Tukea tarvitsevien lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja liikkumisen taustoja



- Tukea tarvitsevien lasten ja nuorten harrastaminen Kempeleessä (vastaajia: 124 / n.200)
  - 37 % yksi tai useampi harrastus
  - 63 % minulla ei ole harrastusta / ei ole mieleistä harrastusta / en pysty osallistumaan
- TOP 5 harrastamisen mahdollistajat
  - Mieleinen tekeminen 56 %
  - Ammattitaitoinen ohjaaja 56 %
  - Pienryhmä 50 %
  - Hinta 35 %
  - Sijainti 35 %
- TOP 5 harrastamista rajoittavat tekijät
  - Ei mieleistä tekemistä 44 %
  - Ryhmien koko 42 %
  - Hankala toimia ryhmässä 40 %
  - Harrastuspaikan sijainti / kulkeminen 37 %
  - Ohjaajia liian vähän, ei saa riittävästi tukea 31 %



Soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelma	
<b>OSA-ALUEET</b>	<b>TAVOITEET JA TOIMENPITEITÄ</b>
<b>Soveltavan liikunnan kokonaisuus</b> -Tarjonnan, osaamisen ja osallisuuden kehittäminen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Soveltavan liikunnan moniammatillinen kehittämisryhmä</li> <li>- Kyselyt, monipuolinen tarjonta ja tapahtumat</li> <li>- Koulutukset</li> </ul>
<b>Lasten ja nuorten soveltava liikunta</b> -jokaisella lapsella on mahdollisuus osallistua harrastukseen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Osaamisen vahvistaminen varhaiskasvatuksessa, kouluilla, urheiluseuroissa ja Akatemia Actionissa</li> <li>- Monipuolinen tarjonta</li> </ul>
<b>Ikääntyneiden ja pitkäaikaissairaiden +65 soveltava liikunta</b> -Ikäihmisten ryhmä- ja yksilöohjauksella tavoitetaan vähän liikkuvia ja heikentyneen toimintakyvyn omaavia ikäihmisiä ja heille tarjotaan monipuolisia liikuntamahdollisuuksia ennaltaehkäisevästi. Palveluja myös heille, joilla toimintakyky heikentynyt.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Monipuolinen tarjonta ympäri Kempelettä</li> <li>- Yhteistyö erityisesti Pohteen kuntoutuspalveluiden kanssa (asiakkaiden ohjautuminen, tilojen käyttö)</li> </ul>
<b>Työikäiset</b> - Liikkumismahdollisuudet, houkutteleva tarjonta, pienempi kynnys lähteä ja osallistua	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Liikkumismahdollisuuksista viestiminen</li> <li>- Yksilöohjaus</li> <li>- Liikuntaa siellä missä henkilöt ovat (päivätoiminta, asumisyksiköt jne.)</li> </ul>
<b>Yhteistyö hyvinvointialueen kanssa</b> - Kehitetään yhteistyötä ja parannetaan palveluihin ohjautumista sosiaali- ja terveyspalveluiden ja kunnan liikuntapalveluiden välillä, edistetään toimintarajoitteisten henkilöiden liikunnallista arkea sekä liikunnan ja urheilun yhdenvertaista harrastamista.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- yhteistyöpalaverit, tarjonnasta tietoa</li> <li>- Asiakkaan palvelupolku</li> </ul>
<b>Seurayhteistyö ja seurojen tarjoamat mahdollisuudet</b> - Seuroille ja yhdistyksille selkeä tuki ja ohjeistus soveltavan liikunnan toteuttamiseen liittyen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Koulutukset</li> <li>- Tuki toimintaa järjestäville</li> <li>- Yhteistyössä järjestettävät pienryhmät</li> </ul>
<b>Olosuhteet</b> -Lisätään tietämystä liikuntamahdollisuuksista ja –paikoista.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Esteettömyyden huomioiminen rakentamisessa</li> </ul>

# Tarkemmat sisällöt

- Soveltavan liikunnan kokonaisuus: dia 11
- Lasten ja nuorten soveltava liikunta: dia 12
- Ikääntyneiden ja pitkäaikaissairaiden +65 soveltava liikunta: dia 13
- Työikäiset: dia 14-15
- Yhteistyö hyvinvointialueen kanssa: dia 16
- Seurayhteistyö: dia 17
- Olosuhteet: dia 18

# Soveltavan liikunnan kokonaisuus

## Tarjonnan, osaamisen ja osallisuuden kehittäminen



**KEMPELE**  
AKATEMIA

TAVOITE	TOIMENPIDE	AIKATAULU JA VASTUUTAHO	MITTARIT JA ARVOINTI
<p>1. Kempeleessä toimii moniammatillinen soveltavan liikunnan yhteistyöryhmä</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelman seuranta</li><li>- Kehittäminen ja ideointi</li></ul>	<p>1. Kehittämistyön pohjalta kasattava säännöllisesti kokoontuva moniammatillinen yhteistyöryhmä.</p> <p>2. Säännölliset kokoontumiset ja kaikkien kehittämissuunnitelman toimenpiteiden seuranta</p>	<p>1. Ryhmän nimeäminen. Käynnistyy syksyllä 2024, koollekutsuja erityisliikunnan koordinaattori.</p> <p>2. Kokoontuu säännöllisesti 3-4kk välein. (osaksi hyvän kasvun ohjelmaa)</p>	<p>1. Ryhmän kokoonpano</p> <p>2. Kokouksien määrä ja toimenpiteiden seuranta</p>
<p>2. Tarjonnan kehittäminen kysynnän ja toiveiden mukaan</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Osallisuus / kohderyhmän kuuleminen tarjontaa ja mahdollisuuksia kehitettäessä</li><li>- Kyselyt</li></ul>	<p>1. Lasten ja nuorten harrastamisen kysely kevät 2024 ja kyselyn vastauksien huomioiminen</p> <p>2. Kuntalaisten soveltavan liikunnan kysely</p> <p>3. Valtakunnallisen toimintarajoitteisten liikkujien kyselyn vastausten huomioiminen tarjontaa suunniteltaessa (kysely 2 vuoden välein)</p>	<p>1. Keväällä 2024 tehdyn kyselyn vastausten huomioiminen kauden 2024-2025 toimintaa suunniteltaessa ja kehittämiskohteita valittaessa / erityisliikunnan koordinaattori yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa</p> <p>2. Kyselyn toteutus toimintarajoitteisille vuoden 2025-2026 aikana / soveltavan liikunnan kehittämisryhmä.</p> <p>3. Valtakunnallisen kyselyn huomioiminen toimintaa suunniteltaessa kehittämiskohteita valittaessa / erityisliikunnan koordinaattori yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa</p>	<p>1. Kyselyiden vastaukset ja niiden analysointi. Toiminnan / tarjonnan peilaaminen vastauksiin</p> <p>2. Kyselyiden vastaukset ja niiden analysointi. Toiminnan / tarjonnan peilaaminen vastauksiin</p> <p>3. Vastausten huomioiminen toimintaa kehitettäessä</p>
<p>3. Kohderyhmän huomioiminen tapahtumissa</p>	<p>1. Kohdennetut liikuntatapahtumat</p> <p>2. Kaikille avoimet tapahtumat</p>	<p>1. Kohdennetut liikuntatapahtumat (min 2kpl), erityisliikunnan koordinaattori</p> <p>2. Kempele Akatemia ja muut tapahtumien järjestäjät</p>	<p>1. Toteutuneiden tapahtumien määrä / vuosi</p> <p>2. Tapahtumien määrä</p>
<p>4. Yhdenvertaiset mahdollisuudet osallistua liikuntaan varhaiskasvatuksessa, koulussa ja vapaa-ajalla</p>	<p>1. Osaamisen vahvistaminen varhaiskasvatuksessa, koukuissa ja seuroissa sekä toimintakeskuksessa sekä asumisyksiköissä</p> <p>2. Soveltavan liikunnan välineitä saatavilla</p> <p>3. Tarjonnan kehittäminen tavoitteen 2 ja kohderyhmien tavoitteiden mukaan</p>	<p>1. Erityisliikunnan koordinaattori, sivistyspalvelut ja varhaiskasvatus</p> <p>2. Erityisliikunnan koordinaattori, sivistyspalvelut ja varhaiskasvatus</p> <p>3. Soveltavan liikunnan kehittämisryhmä</p>	<p>1. Toteutuneet koulutukset ja osallistujamäärä</p> <p>2. Soveltavan liikunnan välineiden määrä &amp; määräraha hankintaan</p> <p>3. Tavoitteiden ja toimenpiteiden toteutuminen</p>

# Lasten ja nuorten soveltava liikunta

Jokaisella lapsella on mahdollisuus osallistua harrastukseen



KEMPELE  
AKATEMIA

TAVOITE	TOIMENPIDE	AIKATAULU JA VASTUUTAHO	MITTARIT JA ARVOINTI
<p>1. Varhaiskasvatuksen henkilökunnan osaamista lisätään</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tuen tarpeen määrä kasvaa, erilaisten liikkujien ja oppijoiden huomioiminen liikunnassa, soveltamisen osaamisen lisääminen, erilaisten liikkujien huominen</li></ul>	<p>1. Koulutukset varhaiskasvatuksen henkilöstölle</p> <p>2. Pienryhmät. Painopisteenä tukea tarvitsevat lapset, joilla haasteita saada onnistumisia isoissa ryhmissä</p> <p>3. Tiimi/ryhmä kohtaiset koulutukset/mentorointi</p>	<p>1. Soveltavan liikunnan koulutus vuosien 2025-2026 aikana</p> <p>Varhaiskasvatuksen johtaja, päiväkodin johtajat, erityisliikunnan koordinaattori, liikuntavastaavat</p> <p>2. Tavoite aikataulu: jokainen esikoulutalo, vähintään yksi pienryhmä kauden aikana. Vakan liikuntavastaavat, varhaiskasvatuksen henkilökunta</p> <p>3. Tarpeen mukaan järjestettävät. Johtajat ja muu henkilökunta</p>	<p>1. Toteutuneiden koulutusten määrä ja koulutukseen osallistuneiden henkilöiden lukumäärä</p> <p>2. Toteutuneiden pienryhmien määrä ja niihin osallistuneiden lasten määrä</p> <p>3. Toteutuneet tiimikohtaiset koulutukset</p>
<p>2. Koulun henkilökunnan osaamisen lisääminen</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Soveltavan liikunnan ja soveltamisen osaamisen lisääminen ja jalkauttaminen</li></ul>	<p>1. Koulutukset koulun henkilökunnalle</p> <p>2. Luokka/ryhmä kohtaiset koulutukset/mentorointi/demotunnit</p>	<p>1. Tavoite aikataulu: lukuvuosien 2024-2025 ja 2025-2026 kaikilla kouluilla järjestetty soveltavan liikunnan koulutus. Liikunnan kehittämisryhmä, koulunkäynnin ja oppimisen tuen –ryhmä</p> <p>2. Tarpeen mukaan. Tavoite: kohdataan kaikki pienryhmät lukuvuoden aikana.</p> <p>Opettajat, erityisopettajat, varehthorit</p>	<p>1. Toteutuneiden koulutuksien määrä</p> <p>2. Toteutuneet vierailut</p>
<p>3. Tukea tarvitsevien lasten, nuorten ja heidän perheiden osallisuuden kehittäminen</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tukea tarvitsevien lasten ja nuorten ääni kuuluviin</li><li>- Unicef lapsiystävällinen kunta: heikoimmassa asemassa olevien osallisuuden kehittäminen</li></ul>	<p>1. Kysely harrastamisesta erityisen tuen oppilaille kevät 2024</p> <p>2. Kuuleminen harrastustarjontaa ja liikunta- ja leikkipaikkoja suunniteltaessa. Vanhempien vertaisasiantuntija –ryhmä</p> <p>3. Kyselyiden säännöllisyys ja niiden seuranta</p>	<p>1. Kysely lasten ja nuorten harrastamisesta kevät 2024</p> <p>2. Erityisliikunnan koordinaattori, vammaisneuvosto, syksy 2024</p> <p>3. Harrastuskyselyt kahden vuoden välein</p>	<p>1. Kyselyyn vastanneiden määrä</p> <p>2. Vertaisasiantuntijoiden määrä ja toteutuneet kuulemiset</p> <p>3. Vastaajat ja vastauksien muutokset</p>
<p>4. Ryhmätarjonnan kehittäminen yhteistyössä vakan, koulujen, akatemian ja urheiluseurojen sekä Pohteen kesken</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Riittävä tuki ja osaaminen, kaikilla mahdollisuus osallistua harrastukseen</li><li>- Monipuolinen harrastustoiminta (soveltava liikunta ja kaikille avoin harrastustoiminta)</li><li>- Kyselyissä esiin nousseiden harrastamisen mahdollistajien huomioiminen</li></ul>	<p>1. Varhaiskasvatustarjonnan tukea tarvitsevien liikuntatarjonnan kehittäminen</p> <p>2. Erityistä tukea tarvitsevien harrastusryhmät koulupäivän aikana, harrastuspolku Akatemia Actioniin (Harrastamisen Suomen malli)</p> <p>3. Akatemia Actionin ja vapaa-ajan ryhmien kehittäminen kyselyiden näkökulmasta</p> <p>4. Ohjaajien osaamisen vahvistaminen ja kiinnostuneiden ohjaajien löytäminen</p> <p>5. Yksilörajajien mahdollisuuksien esille tuominen toimintarajoitteisille lapsille ja nuorille</p>	<p>1. Ryhmien pilotointi kaudella 2024-2025 ja jatko kehitys siitä eteenpäin.</p> <p>2. Kaudelle 2024-2025 ensimmäiset koulupäivän aikana toteutuvat ryhmät. Erityisliikunnan koordinaattori, Harrastamisen Suomen malli koordinaattori, koulunkäynnin ja oppimisen tuen ryhmä,</p> <p>3. Kyselyn pohjalta kauden 2024-2025 tarjottavien ryhmien tarkastelu ja kehittämistarpeet tuleville vuosille</p> <p>4. Seuratoimijoiden ja vapaa-ajanryhmien ohjaajien kouluttaminen</p> <p>5. Liikuntapalvelut, urheiluseurat</p>	<p>1. Toteutuneet ryhmät ja osallistujamäärä</p> <p>2. Uusien ryhmien määrä / ”toiveiden toteutuminen”</p> <p>3. Seurojen tavoittaminen, monenko kanssa käyty keskustelu</p>

# Ikääntyneiden ja pitkäaikaissairaiden +65 soveltava liikunta



**KEMPELE**  
AKATEMIA

Ikäihmisten ryhmä- ja yksilöohjauksella tavoitetaan vähän liikkuvia ja heikentyneen toimintakyvyn omaavia ikäihmisiä ja heille tarjotaan monipuolisia liikuntamahdollisuuksia ennaltaehkäisevästi. Palveluja myös heille, joilla toimintakyky heikentynyt.

TAVOITE	TOIMENPIDE	AIKATAULU JA VASTUUTAHO	MITTARIT JA ARVOINTI
1. Kohdennettu mainostaminen +65 vuotiaille tai jo +60v	1. Ikäihmisten palveluoppaan toteuttaminen ja jako kohderyhmälle. Kuntatiedotteessa senioreiden liikunnan osuus näkyvästi 3. Asiakkaiden ohjautuvuuden seuranta	1. Seniorineuvosto, liikunta- ja hyvinvointikoordinaattori, viestintä 2. Liikuntapalvelut	1. Palveluoppaan laajuus, jakomäärä 2. Kysely asiakaskontaktien yhteydessä
2. Toiminnan kehittäminen edelleen molemmille puolille kuntaa ja eri aikoina	1. Tulevien kausien suunnitelmia tehdessä huomioitava. Tarkastellaan ryhmien määrää aluittain 90440 ja 90450	1. Liikuntapalvelut, opisto, kausi 2024-2025 alkaen	1. Ryhmien määrä ja sijainti
3. Esteettömät ja kohdenneet liikuntapaikat (ulko- ja sisäliikunta) - Tutkimuksissa ja kyselyissä tulee ilmi, että suosituimpia liikkumapaikkoja ovat lähiliikunta-alueet/puistot sekä jalankulku- ja pyöräilyväylät	1. Liikuntapaikkojen rakentamisessa huomioidaan esteettömyys ja ikäihmisille kohdentaminen 2. Rakentamisen prosesseihin esteettömyyden huomioiminen ja asiantuntijoiden hyödyntäminen	1. Tekniset palvelut, liikuntapalvelut 2. Tekniset palvelut, liikuntapalvelut	1. Liikuntapaikkarakentamisen investointisuunnitelman toteutuminen. 2. Toteutuneet prosessit
4. Yhteistyö hyvinvointialueen kanssa (palveluketju/-polku)	1. Yhteistyön kehittäminen (omat tarkemmat tavoitteet)	1. Liikuntapalvelut, hyvinvointialue	1. kts. Hyvinvointialue yhteistyö dia
5. Moniammatillinen yhteistyöryhmä ikäihmisten liikuntaan	1. Yhteistyöryhmän käynnistäminen 2024-2025	1. Liikuntapalvelut, opisto, seniorineuvosto, yhdistykset ja seurat sekä hyvinvointialue	1. Työryhmän kokoontumiset
6. Liikkuva arki (prosessiomaisen liikuntaneuvonnan kehittämishanke v. 2024) - painopisteenä ikäihmiset ja lapsiperheet	1. Prosessiomaisen liikuntaneuvonnan kehittäminen 2. Liikuntaneuvonnan vaikuttavuuden näkyväksi tekeminen	1. Liikuntapalvelut, hankkeen liikuntasuunnittelija 2. Liikuntapalvelut, hankkeen liikuntasuunnittelija	1. Hankkeen mittarit 2. Hankkeen mittarit
7. Toimintarajoitteisten ikäihmisten liikuntatarjonta ja -mahdollisuudet	1. Liikuntatarjonnan tarkastelu kysynnän mukaan	1. Erityisliikunnan koordinaattori, kuntoutus	1. Osallistujamäärät

## Liikkumismahdollisuudet, houkutteleva tarjonta, pienempi kynnyks lähteä ja osallistua

### Työkäiset, pääosin itsenäisesti selviävät ihmiset joilla on pitkäaikaissairaus, vamma tai muu rajoite

TAVOITE	TOIMENPIDE	AIKATAULU JA VASTUUTAHO	MITTARIT JA ARVOINTI
<p>1. Kohderyhmän tavoittaminen</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Haasteena tavoittaa työkäiset soveltavan liikunnan asiakkaat</li></ul>	<p>1. Kohdennettu mainostaminen ja asiakkaan palvelupolku terveydenhuollosta</p> <p>2. Kohderyhmälle kohdennettua mainostamista Pohteen vammais- ja sosiaalipalveluiden kautta sekä työllisyyspalveluissa</p> <p>3. Tiivistetään yhteydenpitoa ylläolevien palveluiden kanssa</p>	<p>1. Kauden alkaessa, uusien ryhmien alkaessa sekä tarpeen ja tilanteen mukaan / liikuntapalvelut</p> <p>2. Liikuntapalvelut, sosiaali- ja vammaispalvelut sekä työllisyyspalvelut</p> <p>3. Ylläolevat</p>	<p>1. Uusien asiakkaiden määrä</p> <p>2. Uusien asiakkaiden määrä</p> <p>3. Asiakkaiden ohjautuminen</p>
<p>2. Liikkumisen kynnyksen madaltaminen</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Kohderyhmälle tyyppillistä ajatus leimaantumisesta, liikkumaan lähtemisen korkea kynnyks.</li><li>- Aktiiviset omatoimisia ja kulkevat Zimmarin, Kempele Opiston sekä 3.sektorin palveluissa</li><li>- kyselyiden huomioiminen: liikuntatottumukset ja toimintarajoitteisten liikkujakysely</li></ul>	<p>1. Arkiaktiivisuuteen kannustaminen ja arkiympäristön liikkumismahdollisuuksien hyödyntäminen. Viestintä ja tiedottaminen, tiedon löytyminen helposti nettisivuilta</p> <p>2. Liikuntakorttien tarkastelu / laajentaminen</p> <p>3. Yksilö/liikuntaneuvonnan tarjoaminen ja kehittäminen</p> <p>4. Liikuntatarjonnan kehittäminen</p> <p>5. Tukipalvelut</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sosiaalipalveluista saatavilla harrastuksiin rahallista tukea esim. kuntosalijäsenyyteen</li><li>• Avustajat, kyytipalvelut jne.</li></ul>	<p>1. Liikuntapalvelut, tekniset palvelut ja viestintä 2024 →</p> <p>2. Liikuntapalvelut 2024</p> <p>3. Liikuntapalvelut</p> <p>4. Liikuntapalvelut, Kempele Opisto, 3.sektori 2024→</p> <p>4. Liikuntapalvelut syksy 2024 →</p> <p>5. Pohde (liikuntapalveluissa tietoisuus näistä)</p>	<p>1. Nettisivujen käyttö ja mahdollisuuksista somettaminen</p> <p>2. Liikuntakorttien määrä</p> <p>3. Liikuntaryhmien ja osallistujien määrä</p> <p>4. Liikuntaneuvontaan osallistuneet ja liikuntaneuvonnan mittarit</p> <p>5. Avustusmäärät</p>
<p>3. Toimintarajoitteisten työkäisten liikuntatarjonnan kehittäminen</p>	<p>1. Potentiaalisen asiakasmäärän selvittäminen</p> <p>2. Liikuntaryhmiä kohderyhmälle</p>	<p>1. Liikuntapalvelut ja vammaispalvelut</p> <p>2. Liikuntapalvelut</p>	<p>1. Yhteistyön sujuvuus</p> <p>2. Asiakasmäärä vs. ryhmätarjonta</p>

## Liikkumismahdollisuudet, houkutteleva tarjonta, pienempi kynnyks lähteä ja osallistua

### Vammaiset ja pitkäaikaissairaat, jotka tarvitsevat laajemman tukiverkoston

TAVOITE	TOIMENPIDE	AIKATAULU JA VASTUUTAHO	MITTARIT JA ARVIOINTI
Liikuntaa siellä missä asiakkaat ovat - Karsitaan kulkemisen esteet minimiin.	1. Palveluiden piirissä olevien liikunta siellä missä he ovat (asumisyksiköt, päivä ja työtoiminta jne.). 2. Henkilökunnan kouluttaminen / osaamisen hyödyntäminen. • Työkaluja mm. Helmi – malli aktiivisuuden ja liikkumisen edistämiseksi	1. & 2. Asumisyksiköt, toimintakeskus, erityisliikunnan koordinaattori	1. & 2. Koulutukset, liikunnan puheeksi otto, oman toiminnan määrä
Esteettömyys liikuntatiloissa ja paikoikoilla - Mahdollistetaan tasavertainen osallistuminen	1. Rakentamisen prosesseihin esteettömyyden huomioiminen ja asiantuntijoiden hyödyntäminen	1. Tekniset palvelut, liikuntapalvelut	1. Toteutuneet rakentamiset ja peruskorjaukset, esteettömyyskartoitusten määrä
Liikuntamahdollisuuksia kaikille - Mahdollistetaan tasavertainen osallistuminen	1. Yhteistyössä järjestettävät liikuntaryhmät 2. Kunnan liikuntapaikkojen hyödynnettävyys helposti	1. Liikuntapalvelut, palveluiden tarjoajat 2. Liikuntapalvelut, palveluiden tarjoajat	1. määrät 2. tiedottaminen, kävijämäärälaskurit??

# Yhteistyö hyvinvointialueen kanssa



Kehitetään yhteistyötä ja parannetaan palveluihin ohjautumista sosiaali- ja terveystalv palveluiden ja kunnan liikuntapalveluiden välillä, edistetään toimintarajoitteisten henkilöiden liikunnallista arkea sekä liikunnan ja urheilun yhdenvertaista harrastamista.

TAVOITE	TOIMENPIDE	AIKATAULU JA VASTUUTAHO	MITTARIT JA ARVOINTI
1. Asiakkaan palvelupolku kuntoutuksesta omatoimiseen ja ohjattuun liikuntaan sekä liikuntaneuvontaan	1. Kuntoutujat saattaen omatoimiseen liikuntaan / liikuntaryhmiin 2. Liikuntapalveluiden työntekijät voivat pyynnöstä vierailla kuntoutuksen ryhmissä, jos useampi kuntoutuja joka ohjautuu liikuntapalveluiden ohjattuihin ryhmiin 3. Yksittäisiä kuntoutuja ohjataan liikuntaneuvontaan erityisesti silloin, jos kuntoutuja tarvitsee tukea esim. omatoimisen liikunnan aloittamisessa 4. Säännölliset yhteistyöpalaverit kuntoutuksen kanssa	1. Kevät 2024 → Kuntoutus ja liikuntapalvelut 2. Kevät 2024 → Kuntoutus ja liikuntapalvelut 3. Kevät / syksy 2024 → Kuntoutus ja liikuntapalvelut 4. Kevät 2024 → Kuntoutus ja liikuntapalvelut  Kaikki toimenpiteet jatkuvia yhteistyönmuotoja liikuntapalveluiden ja Pohteen kuntoutuksen välillä. Tavoite käynnistää yhteistyö kevään 2024 aikana.	1. Ohjautuneet asiakkaat 2. Vierailujen määrä 3. liikuntaneuvonnan kävijät ja mittarit 4. palaverit
2. Vammais- ja sosiaalipalveluissa vinkataan omatoimisesta ja ohjatusta liikunnasta sekä liikuntaneuvonnasta	1. Vammais- ja sosiaalipalveluiden palvelu- ja sosiaaliohjaajilla tieto liikuntamahdollisuuksista yms. Tiedotetaan aktiivisesti sosiaali- ja vammais- ja palveluihin Kempeleen ja alueellisista liikuntamahdollisuuksista 2. Liikuntamahdollisuuksien puheeksi ottaminen perheitä/asiakkaita tavatessa	1. Kevät 2024 → liikuntapalvelut, sosiaali- ja vammais- ja palvelut 2. Kevät 2024 → liikuntapalvelut, sosiaali- ja vammais- ja palvelut	1. Infotut asiakkaat ja uudet asiakkaat liikuntaryhmiin 2. Puheeksi ottojen määrä
3. Asiakkaan palvelupolku perusterveydenhoidosta	1. Perusterveydenhuollossa tieto liikkumisen mahdollisuuksista ja liikkumisen tukemisen palveluista kuten liikuntaneuvonta 2. Säännöllinen tiedottaminen	1. Ja 2. Liikuntapalvelut, perusterveydenhuolto	1. Asiakkaiden ohjautuminen
4. Tietoisuus tukipalveluista ja niiden vaikutuksista liikunnalliseen arkeen ja liikunnan harrastamiseen	1. Hyvinvointialueen soveltavan liikunnan yhteistyöryhmää kuntien ja Pohteen välille (Kempele mukana) • Työryhmän tavoitteena on mm. selvittää toimintarajoitteisten henkilöiden palvelupolkuja, joka sisältää esim. liikunnan pariin ohjautumisen, tiedottamisen ja tarpeiden selvittämistä, liikuntaan liittyvien välineiden hankinta, kyyditys-, avustaja- ja muiden tukipalveluiden kriteerien tietoisuutta ja mahdollisuuksia sekä näiden päätösten vaikutuksista harrastamiseen.	1. Kevät 2024 → Pohde, Suomen Paralympiakomitea, kunnat	1. Työryhmän kokoontumiset ja tuotos



# Seurayhteistyön kehittäminen / toiveet



KEMPELE  
AKATEMIA

Seuroille ja yhdistyksille selkeä tuki ja ohjeistus soveltavan liikunnan toteuttamiseen liittyen.

TAVOITE	TOIMENPIDE	AIKATAULU JA VASTUUTAHO	MITTARIT JA ARVOINTI
Soveltavan liikunnan tuki toimintaa järjestäville tahoille	<ol style="list-style-type: none"><li>Mikäli seura tarjoaa soveltavan liikunnan / kaikille avoimen harrastamisen toimintaa kunnalta kohdennettu tuki tähän toimintaan<ul style="list-style-type: none"><li>Toiminta huomioidaan salivuoroja jaettaessa</li><li>Maksuton salivuoro</li><li>Tuki ohjaajapalkkioissa, jotta voidaan taata riittävä tuki</li></ul></li><li>Seuratuki</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>Liikuntapalvelut</li><li>Yhteisöllisyysvaliokunta</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>Tukea hakeneet</li><li>Tuen määrä</li></ol>
Potentiaalisen kysynnän selvittäminen	<ol style="list-style-type: none"><li>Kyselyillä selvitetään potentiaalista kyselyä ja tieto jaetaan seuroille.</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>Erytisliikunnan koordinaattori</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>Uudet ryhmät / kyselyyn vastanneiden määrä</li></ol>
Osaamisen lisääminen urheiluseuroissa	<ol style="list-style-type: none"><li>Osaamisen selvittäminen<ul style="list-style-type: none"><li>Keskustelut seuratoimijoiden ja valmentajien/ohjaajien kanssa</li></ul></li><li>Maksutonta koulutusta liikunnan soveltamisen osaamisen kehittämiseen henkilöille jotka ohjaavat soveltavan liikunnan ryhmiä</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>Erytisliikunnan koordinaattori</li><li>Erytisliikunnan koordinaattori</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>Keskustelut</li><li>Koulutettujen määrä</li></ol>

# Olosuhteet

Lisätään tietämystä liikuntamahdollisuuksista ja -paikoista.

Huomioidaan esteettömyys ja erikohderyhmät viestinnässä ja rakentamisessa.

TAVOITE	TOIMENPIDE	AIKATAULU JA VASTUUTAHO	MITTARIT JA ARVOINTI
Lisätään tietämystä liikuntamahdollisuuksista ja -paikoista.	<ol style="list-style-type: none"><li>Tieto liikuntapaikoista löydettävissä nettisivuilla<ul style="list-style-type: none"><li><a href="https://www.kempele.fi/vapaa-aika/liikuntapalvelut/liikuntapaikat.html">https://www.kempele.fi/vapaa-aika/liikuntapalvelut/liikuntapaikat.html</a> sivuston läpikäynti ja täydentäminen / korjaaminen saavutettavaksi</li></ul></li><li>Esteettömyystiedot nettisivuille</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>Tekniset palvelut, viestintä ja liikuntapalvelut</li><li>Erytisyliikunnan koordinaattori, viestintä</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>Ja 2. Päivitettyt sivut ja kävijämäärät</li></ol>
Liikuntatiloista ja -paikoista on olemassa ajankohtainen esteettömyys tieto ja se on helposti löydettävissä nettisivuilta.	<ol style="list-style-type: none"><li>Toteutetaan sisäliikuntapaikkojen esteettömyyskatselmuksel / -kartoitukset</li><li>Toteutetaan ulkoliikuntapaikkojen esteettömyyskatselmuksel / -kartoitukset</li><li>Rakentamisen prosesseihin esteettömyyden huomioiminen ja asiantuntijoiden hyödyntäminen</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>Erytisyliikunnan koordinaattori, kiinteistöpalvelut</li><li>Erytisyliikunnan koordinaattori, liikuntapaikkamestari</li><li>Tekniset palvelut, liikuntapalvelut</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>Määrä</li><li>Määrä</li><li>Määrä</li></ol>
Eri kohderyhmien huomioiminen liikunta ja leikkipaikoissa sekä jalankulku- ja pyöräilyväylillä	<ol style="list-style-type: none"><li>Kohdennetut liikuntapaikat (lasten luontopolku, ikäihmisten kuntopuisto jne.)</li><li>Erytisyliikunnan ja liikuntarajotteisten huomioiminen leikkipuistojen välineistössä<ul style="list-style-type: none"><li>Kaikkiin uusiin ja peruskorjattaviin leikkipuistoihin asennetaan vähintään yksi inklusiivinen väline ja osa leikkialueesta on kovalla esteettömällä pinnalla.</li></ul></li><li>Pyöräverkkoa ja sen kehittämistä ohjaavan suunnitelman päivittäminen</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>Tekniset ja liikuntapalvelut</li><li>Tekniset palvelut</li><li>Tekniset palvelut</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>Kohdennettujen liikuntapaikkojen määrä</li><li>Toteutuneet saneeraukset ja investoinnit<ul style="list-style-type: none"><li>Saneeraus ja rakentamisvauhti on 1 rakennettava ja 1 saneerattava <b>tai</b> 2 saneerattavaa leikkipuistoa.</li></ul></li></ol>
Lähiliikunta-alueet sekä jalankulku- ja pyöräilyväylät pyritään pitämään esteettömässä kunnossa läpi vuoden	<ol style="list-style-type: none"><li>Seurataan kunnossapidon luokkia</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>tekniset palvelut, liikenneväylät -yksikkö</li></ol>	



**KEMPELE**  
AKATEMIA



**KEMPELE**  
HYVÄ KASVAA KEMPELEESSÄ



Kempeleen kunta | Asemantie 1 | PL 12, 90441 Kempele |  
puh. (08) 5587 2200 | faksi (08) 5587 2298 | [www.kempele.fi](http://www.kempele.fi)