

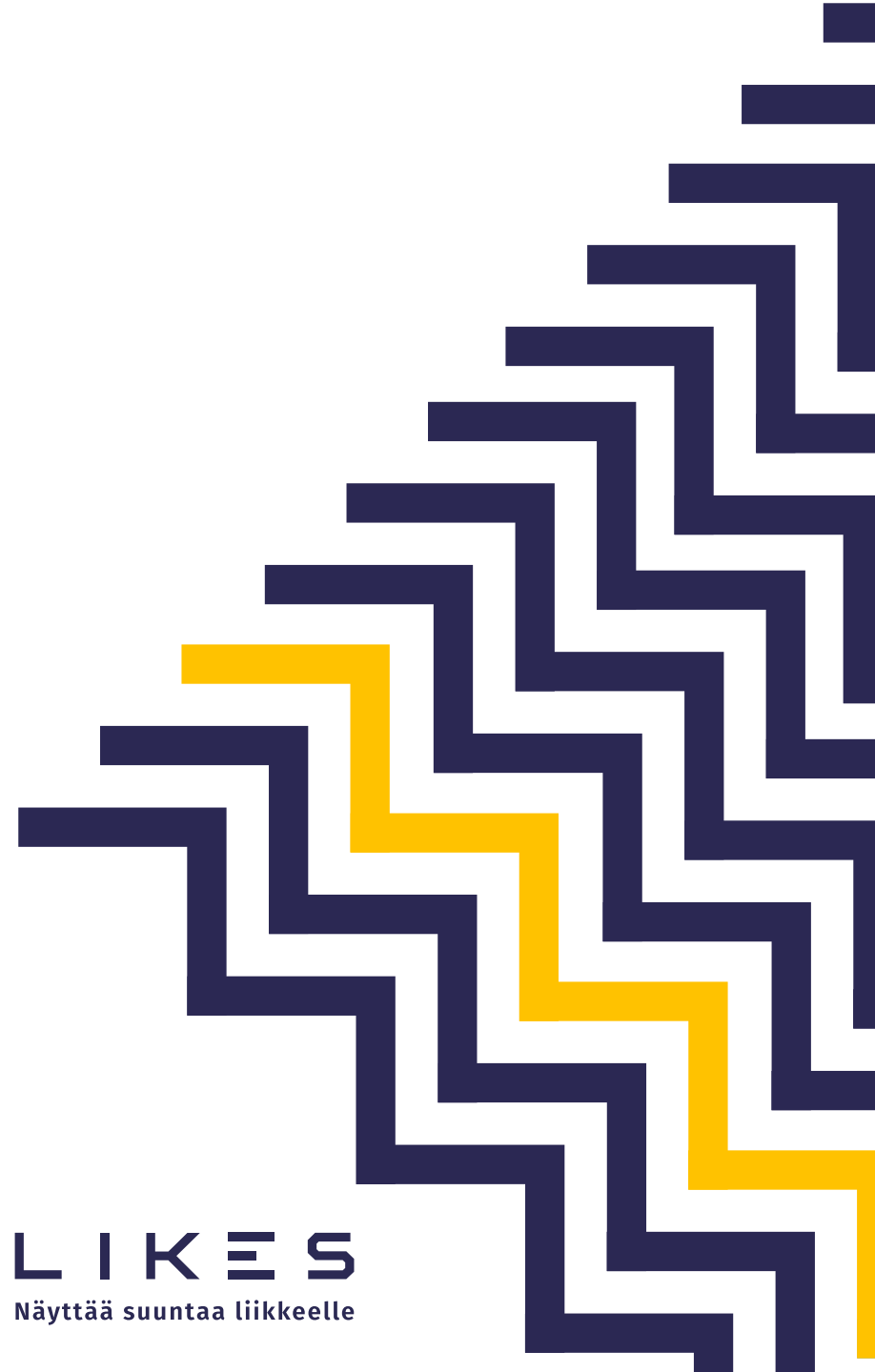
Liikkuva aikuinen -ohjelmakooste

Liikunnallisen elämäntavan paikallisten
kehittämishankkeiden seuranta ja arviointi 2021

Likes
Strateginen tietotuotanto
Elina Tarkiainen, Marianne Turunen & Kaarlo Laine

**LIKKUVA
AIKUINEN**

L I K E S
Näyttää suuntaa liikkeelle





Valtionavustuksen tarkoitus ja painopisteet

Tarkoitus

Liikunnallisen elämäntavan paikallinen kehittämisavustus on opetus- ja kulttuuriministeriön myöntämä ja aluehallintovirastojen jakama hankeavustus, jota voivat hakea kunnat sekä varhaiskasvatusta järjestävät rekisteröidyt yhteisöt ja säätiöt.

Avustuksen päätavoitteena on lisätä väestön liikuntaa ja fyysistä aktiivisuutta elämäntavassa, erityisesti vähän liikkuvien osalta. Avustusten avulla toimeenpannaan valtakunnallisia liikunnanedistämishankkeita eli Liikkuvat-ohjelmia paikallisella tasolla.

Painopisteet

Avustuksen pääpainopisteet vuonna 2021 olivat **Liikkuva varhaiskasvatus, Liikkuva aikuinen ja Ikiliikkuja -ohjelmien tavoitteisiin kytkeytyvät toimet.**

Avustuksen muut painopisteet olivat matalan kynnyksen lasten ja nuorten liikunta, soveltava liikunta, useiden ikäryhmien liikunta ja muu esimerkiksi yhdenvertaisuutta ja sukupuolten tasa-arvoa liikunnallisessa elämäntavassa edistävä toiminta.

[\(OKM 2021\)](#)

Liikkuva aikuinen -toiminta liikunnallisen elämäntavan paikallisissa kehittämishankkeissa

Liikunnallisen elämäntavan paikallisia kehittämisavustuksia myönnettiin vuonna 2021 yhteensä 154 hankkeelle 2 998 520 euroa.

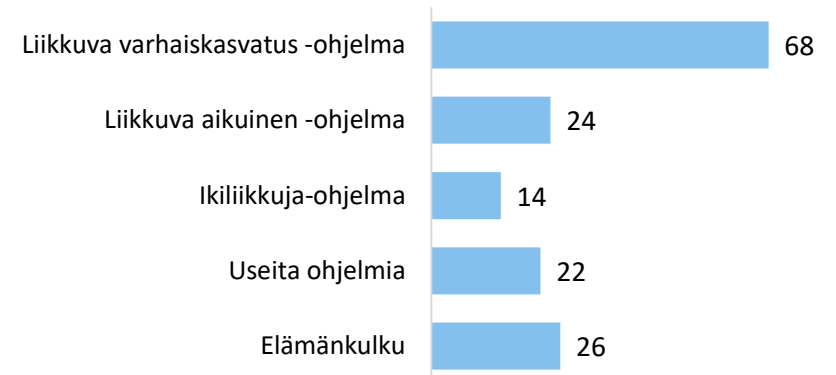
Yhteensä 78 hanketta ilmoitti hankkeen kohdistuvan 1–100 prosenttisesti Liikkuva aikuinen -toimintaan eli työikäisten liikuntaan:

100 %	13 hanketta
80–99 %	5 hanketta
51–79 %	5 hanketta
5–50 %	55 hanketta

Muita kohderyhmiä olivat varhaiskasvatus ja esiopetus, muut lapset ja nuoret, ikäihmiset, soveltava liikunta ja elämäntilanne.

Liikkuva aikuinen -ohjelman tavoitteena on edistää työikäisten liikkumista pääpainopisteinä liikuntaneuvonnan palveluketjun ja liikkuvan työelämän kehittäminen. Toimenpidesuunnitelmien perusteella 24 hanketta kohdistui pääasiassa työikäisille. Nämä hankkeet olivat ilmoittaneet, että hankkeen toiminnasta vähintään 50 % kohdistui aikuisväestölle.

Liikunnallisen elämäntavan paikalliset kehittämishankkeet pääasiallisen kohdentumisen mukaan v. 2021 (hankkeiden lkm).



Useiden ohjelmien hankkeet voivat sisältää työikäisten hankkeita yhtenä kohderyhmänä. Elämäntilanne-hankkeiden tavoitteena oli pääasiassa edistää kaikkien kuntalaisten liikkumista ja hyvinvointia.

Kunta	Hanke	Myönnetty avustus	Työikäiset %	Ensisijainen kohderyhmä
Hanko	HANG ON ! - kaupunki liikkuu 2.0	24 000 €	100 %	Liikkuva aikuinen
Hyvinkää	Terveenä työelämässä	30 000 €	100 %	Liikkuva aikuinen
Kemi	Liikettä Kemiin!	47 900 €	100 %	Liikkuva aikuinen
Kontiolahti	Tsempparit - ryhmämuotoinen liikuntaneuvonta Kontiolahdella	5 000 €	100 %	Liikkuva aikuinen
Koski Tl	Liikkuva aikuinen -kehittämishanke 2020-2022 Kosken Tl kunnassa	6 500 €	100 %	Liikkuva aikuinen
Mynämäki	Sytyke - liikuntaan hanke	3 000 €	100 %	Liikkuva aikuinen
Punkalaidun	Terveyttä työikäisille	7 000 €	100 %	Liikkuva aikuinen
Siilinjärvi	Liikkuva Siilinjärveläinen	5 800 €	100 %	Liikkuva aikuinen
Sodankylä	Liikkuva työelämä - hanke	4 000 €	100 %	Liikkuva aikuinen
Taipalsaari	Syketä Taipalsaarelle	3 000 €	100 %	Liikkuva aikuinen
Tuusula	Tuusulan hyvinvointivalmennus -hanke	11 000 €	100 %	Liikkuva aikuinen
Vehmaa	Hyvää virtaa Vehmaan työpaikkaliikuntaan	5 600 €	100 %	Liikkuva aikuinen
Lahti	TYÖHYVINVOINTIA LIIKKUMALLA	25 000 €	100 %	Liikkuva aikuinen
Oulainen	Liikuntaneuvontaa 18-64-vuotiaille Oulaisissa 2020 - 2022	21 800 €	95 %	Liikkuva aikuinen
Pello	Pellolaiset liikheele 2021	8 000 €	80 %	Elämäntulku
Pyhtää	Work Power Liikkuva työelämä -hanke	14 000 €	80 %	Liikkuva aikuinen
Rusko	Liikkumisen iloa monipuolisesti	7 500 €	80 %	Liikkuva aikuinen
Viitasaari	Liikuntaneuvonnan kehittäminen Wiitaunionissa	18 900 €	80 %	Liikkuva aikuinen
Kannus	Hyvinvoiva aikuinen	58 050 €	70 %	Liikkuva aikuinen
Lapua	Hyvinvointiohjauksen kehittäminen	18 700 €	70 %	Liikkuva aikuinen
Juuka	Löydä itsesi liikkujana	13 000 €	60 %	Liikkuva aikuinen
Keminmaa	Keminmaan liikuntaneuvonnan palveluketjun kehittäminen ja toteuttaminen	17 900 €	60 %	Useita ohjelmia
Pornainen	Luonto- ja lähiliikunnasta aktiivisuutta arkeen Pornaisissa	8 000 €	60 %	Liikkuva aikuinen
Lappeenranta	Myö liikutaa! (2.)	53 000 €	50 %	Useita ohjelmia
Ikaalinen	Vaikuta liikunnalla-hanke	12 050 €	50 %	Liikkuva aikuinen
Kotka	Kotkas liikutaa yhes	43 000 €	50 %	Elämäntulku
Kerava	Elintapaohjaus ja liikkuminen Sydänten Kerava -ohjelmassa	16 000 €	50 %	Useita ohjelmia

Työikäisten liikunnan osuus hankkeissa kohderyhmittäin

Yhteensä 78 hanketta ilmoitti hankkeen kohdistuvan työikäisille. Hankkeet luokiteltiin kohderyhmittäin toimitasuunnitelmien perusteella. Hankkeista 24 kohdisti toimintansa ensisijaisesti työikäisille.

Jatkuu seuraavalla sivulla →

Työikäisten liikunnan osuus hankkeissa kohderyhmittäin

Kunta	Hanke	Myönnetty avustus	Työikäiset (%)	Ensisijainen kohderyhmä	Kunta	Hanke	Myönnetty avustus	Työikäiset (%)	Ensisijainen kohderyhmä
Parkano	Hyvinvointia liikuntaneuvonnasta	17 100 €	45 %	Useita ohjelmia	Ranua	Etsivä liikunta II Ranua	16 000 €	20 %	Useita ohjelmia
Vihti	Liikunnallinen elämäntapa vihtiläisen hyvinvoinnin perustana 2021	10 000 €	40 %	Useita ohjelmia	Ylitornio	Liikuttavampi arki Ylitorniolla	15 200 €	20 %	Useita ohjelmia
Orimattila	Liikkuva arki Orimattilassa 2021	14 000 €	40 %	Elämäntakuu	Kokemäki	Ilo meillä irti on.....Liikkuva varhaiskasvatus Kokomäellä	4 500 €	20 %	Liikkuva varhaiskasvatus
Kärkölä	Liikkuva Kärkölä 2021-2023	23 000 €	40 %	Elämäntakuu	Alavus	Pienestä pitäen liikkujaksi 3	14 400 €	20 %	Liikkuva varhaiskasvatus
Konnevesi	Yks-kaks-kolme, Konnevesi kuntoon!	31 500 €	40 %	Useita ohjelmia	Hämeenkyrö	Liikuntaa lähiympäristössä	12 200 €	20 %	Elämäntakuu
Nakkila	Kuperkeikkaa läpi elämän 4	15 300 €	35 %	Useita ohjelmia	Kihniö	Liikunta osaksi hyvinvointia	8 900 €	20 %	Elämäntakuu
Humppila	Liikunnallinen elämäntapa - Liikkuva Humppila	15 000 €	30 %	Elämäntakuu	Kalajoki	Meriluonto liikunnan lähteenä III	35 000 €	20 %	Useita ohjelmia
Puumala	Vauhtia Viikareihin!	4 000 €	30 %	Liikkuva varhaiskasvatus	Siikajoki	Lysti liikkuu!	6 500 €	20 %	Liikkuva varhaiskasvatus
Utsjoki	Liikkuva ja hyvinvoiva Utsjoki	17 500 €	30 %	Elämäntakuu	Rautalampi	"KATO, OSSOON KUPERKEIKAN"	2 100 €	17 %	Liikkuva varhaiskasvatus
Salla	Digiliikuntaa ja biohakkerointia	17 700 €	30 %	Elämäntakuu	Luoto	Rörelseglädje - för hållbara barn	14 400 €	17 %	Liikkuva varhaiskasvatus
Rauma	Lusikallinen liikuntaa lääkkeeksi, Rauma	9 000 €	30 %	Ikiliikkuja	Porvoo	Liikutaan Porvoon Mitalla 2020-2030 / toiminta 2021	61 000 €	15 %	Elämäntakuu
Orivesi	Liikkuva ORI2	18 900 €	30 %	Elämäntakuu	Iisalmi	Lapset liikkeelle Iisalmessa, jatkohanke	4 500 €	15 %	Liikkuva varhaiskasvatus
Valkeakoski	Varhaiskasvatusta ja liikuntaneuvontaa	19 500 €	30 %	Useita ohjelmia	Kokkola	Iloa ja liikettä pienille & Tuu mukaan - harrasteliikunta	32 150 €	14 %	Liikkuva varhaiskasvatus
Laukaa	Liikkuva Laukaa	30 500 €	30 %	Useita ohjelmia	Kotka	Myö liikkuen leikitää ulkoon ja sisäl	27 000 €	10 %	Liikkuva varhaiskasvatus
Joutsa	Joutsa Liikkuu 2020-2022	18 400 €	30 %	Elämäntakuu	Helsinki	Hyvinvoiva oppilas #paraskouluPT	50 000 €	10 %	Elämäntakuu
Kinnula	Kinnula liikkuu	7 500 €	30 %	Elämäntakuu	Hirvensalmi	Ompun liikuntahanke	3 800 €	10 %	Liikkuva varhaiskasvatus
Myrskylä	Arkiliikunta osana hyvinvointia Myrskylässä 2020-2022	20 000 €	25 %	Elämäntakuu	Liperi	Liikunnan ilo meidän päiväkodin arkeen	2 100 €	10 %	Liikkuva varhaiskasvatus
Asikkala	Liikkuva & Hyvinvoiva Asikkala	34 000 €	25 %	Useita ohjelmia	Kolari	Liikuthan Kolarissakin	5 500 €	10 %	Useita ohjelmia
Muurame	Liikkuva Muurame	6 000 €	25 %	Useita ohjelmia	Pori	Hei me liikutaan- yhdessä !	25 000 €	10 %	Liikkuva varhaiskasvatus
Äänekoski	Liikkuvampi Äänekoski	9 000 €	25 %	Useita ohjelmia	Lieto	Liikkuva Lieto ja Liikkuva varhaiskasvatus	20 400 €	10 %	Useita ohjelmia
Kuortane	Liikkuva Kuortane – Liikkumalla parempi mieli	13 250 €	25 %	Elämäntakuu	Aura	Lisää liikuntamahdollisuuksia lapsen päivään	5 000 €	10 %	Liikkuva varhaiskasvatus
Loimaa	Liikuntaa ja digiä loimaalaisille	11 900 €	23 %	Useita ohjelmia	Sauvo	Luonto liikuttaa lasta -hanke	4 000 €	10 %	Liikkuva varhaiskasvatus
Riihimäki	Liikkuva Riihimäki	55 000 €	20 %	Useita ohjelmia	Seinäjoki	Porukalla luontoon	39 900 €	10 %	Liikkuva varhaiskasvatus
Vantaa	Aktiivinen elämäntapa - Liikkuva Vantaa	89 000 €	20 %	Elämäntakuu	Veteli	Yhdessä liikkeelle ja luontoon2	15 000 €	10 %	Liikkuva varhaiskasvatus
Liperi	Kaikki yhes koos - perheet liikkuvat	5 800 €	20 %	Liikkuva varhaiskasvatus	Vaasa	Vipinää vekaroihin	29 550 €	10 %	Liikkuva varhaiskasvatus
					Eurajoki	Leila 3 -Leikkien liikkuvaan arkeen	12 000 €	5 %	Liikkuva varhaiskasvatus

Liikkuva aikuinen -hankkeet

24
Hankkeiden lukumäärä

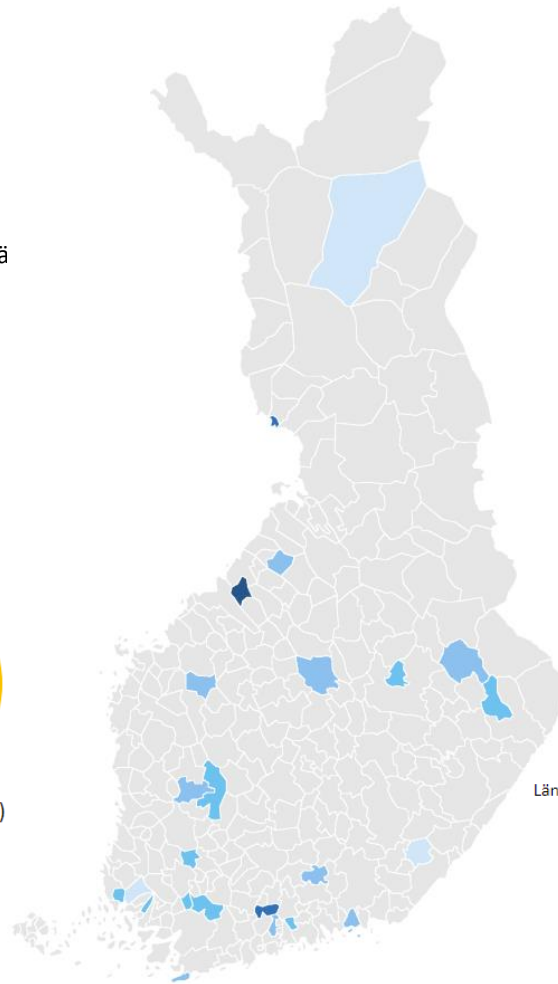
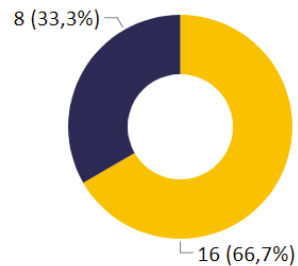
24
Kuntien lukumäärä

366 000 €
Myönnetty avustus

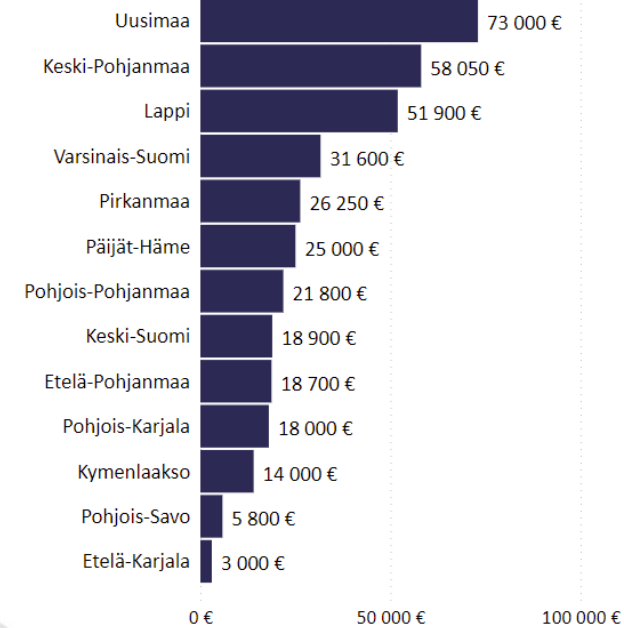
Myönnetty avustus kunnittain
vuonna 2021.



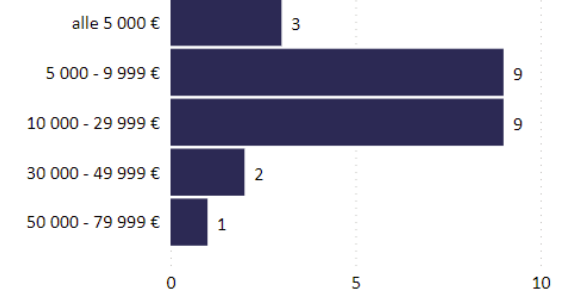
Jatkava hanke
(hankkeiden lkm)



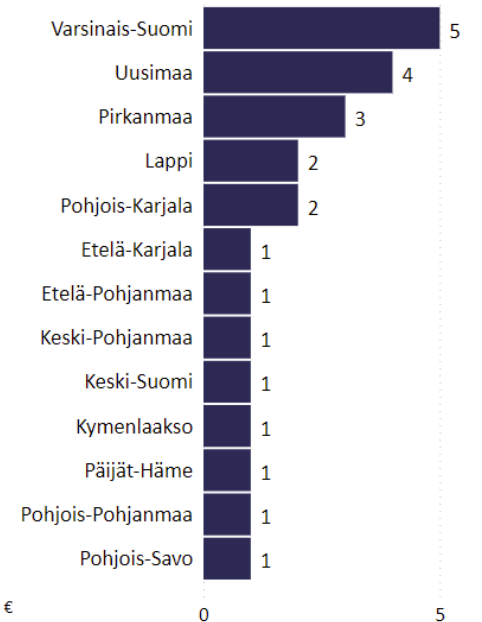
Myönnetty avustus maakunnittain



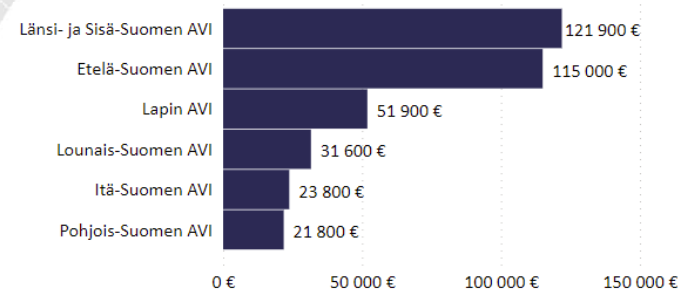
Hankkeiden lukumäärä myönnetyn
avustuksen mukaan



Hankkeiden lukumäärä maakunnittain



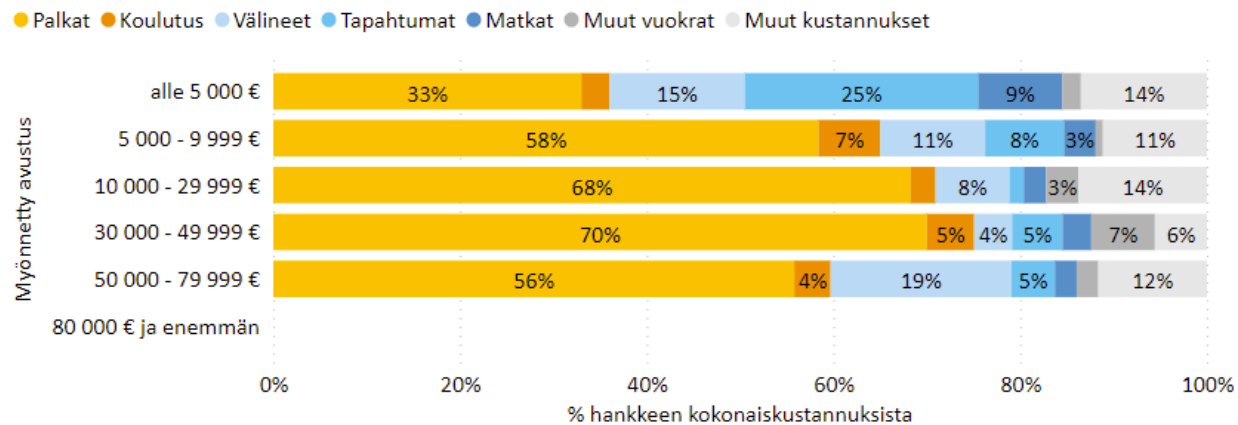
Myönnetty avustus AVI-alueittain



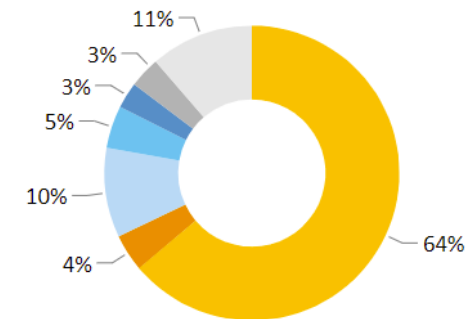
Liikkuva aikuinen -hankkeiden kustannusarviot kululajeittain

Suurin osa Liikkuva aikuinen -hankkeiden kustannuksista oli palkkoja (64 %). Suuremmissa hankkeissa panostettiin enemmän hankkeen koordinointiin ja erillisen hanketyöntekijän palkkaukseen. Mitä suurempi hanke, sitä todennäköisemmin hankkeen koordinointiin palkattiin työntekijä. Pienemmissä hankkeissa palkkakustannukset olivat yleisimmin tuntiohjaajien palkkioita tai osa-aikaisten hanketyöntekijöiden palkkoja.

Suunniteltu kustannusten jakautuminen myönnetyn avustuksen mukaan (% kokonaiskustannuksista)



Suunniteltu kustannusten jakautuminen myönnetyn avustuksen mukaan (% kokonaiskustannuksista)



Hankkeiden toimenpiteet

Liikkuva aikuinen -hankkeiden päätavoitteena oli lisätä liian vähän liikkuvien työikäisten liikkumista ja hyvinvointia.

Tavoitteisiin pyrittiin seuraavilla toimenpiteillä:

- Tapahtumat ja tempaukset
- Liikuntaneuvonta ja liikuntaneuvonnan palveluketjun kehittäminen
- Koulutukset
- Työhyvinvointiin liittyvät kampanjat
- Matalan kynnyksen lajikokeilut ja ryhmäliikunta
- Kuntotestaus ja mittaukset
- Luontoliikunta
- Etäliikunta

Toimenpiteet Liikkuva aikuinen -hankkeiden toimintasuunnitelmissa



n=24

Sisällöt eri kokoluokan hankkeissa

Hankkeiden koko määriteltynä myönnetyn avustuksen mukaan

Pieni hanke

Hankkeet sisälsivät erilaisia liikuntaan aktivoivia toimenpiteitä, kuten esimerkiksi matalan kynnyksen ryhmäliikuntaa ja tapahtumia.

Pienistä hankkeista kolmasosa oli työyhteisöhankkeita. Työntekijöitä aktivoitiin liikkumaan työmatkoilla, työpäivien aikana ja vapaa-ajalla. Toimenpiteinä oli mm. liikuntavuoroja, lajikokeiluja, haasteita, kampanjoita, liikuntaneuvontaa ja mittauksia.

Puolet pienistä työikäisten hankkeista ei kohdentunut Liikkuva aikuinen -ohjelman painopisteisiin. Näissä hankkeissa työikäisille kuntalaisille järjestettiin erilaisia liikuntaan aktivoivia toimenpiteitä, esimerkiksi liikuntaryhmiä, liikuntaneuvontaa, tapahtumia, yleisöluentoja, kuntotestejä ja luontoliikuntaa.

Pieni hanke (n=12): myönnetty avustus alle 10 000 €.

Keskikokoinen hanke

Hankkeissa kehitettiin usein liikuntaneuvonnan palveluketjua.

Keskikokoisten hankkeiden toimenpiteet kohdentuivat Liikkuva aikuinen -ohjelman painopisteiden mukaisesti.

Noin 80 % keskikokoisista hankkeista kehitti päätoimenpiteenä liikuntaneuvonnan palveluketjua ja noin 40 % kohdentui työyhteisöihin. Samassa hankkeessa voi olla sekä liikuntaneuvonnan palveluketjun kehittämistä että työyhteisöliikuntaa.

Keskikokoinen hanke (n=9): myönnetty avustus 10 000–29 999 €.

Suuri hanke

Toimenpiteet kohdentuivat monipuolisesti työikäisille kuntalaisille.

Suuret hankkeet olivat sisällöltään monipuolisia ja kohderyhmiltään laajoja. Hankkeet sisälsivät useita fokusoituja kohderyhmiä (mm. maahanmuuttajanaiset, kaupungin henkilöstö, työelämän ulkopuolella olevat ja eläkkeelle jäävät) osana kokonaisuutta. Toimenpiteinä oli mm. pelivuoroja, lajikokeiluja, liikuntaneuvontaa, koulutusta, mittauksia ja hyvinvointipäiviä.

Suuri hanke (n=3): myönnetty avustus 30 000–58 050 €

Liikkuva aikuinen -ohjelman painopisteet hankkeissa

Liikkuva aikuinen -ohjelman painopisteet korostuivat työikäisiin kohdistuvien hankkeiden tavoitteissa. Hankkeiden toimenpiteet liittyivät yleisimmin liikuntaneuvontaan.

Liikuntaneuvonnan palveluketjun kehittäminen

Hankkeissa kehitettiin liikuntaneuvonnan palveluketjua poikkihallinnollisesti yhteistyökumppaneiden kanssa. Tavoitteena oli luoda kuntiin pysyvää liikuntaneuvonnan toimintamallia osaksi kuntien peruspalveluja. Kohderyhmänä olivat liian vähän liikkuvat kuntalaiset.

Liikkuva työelämä

Hankkeissa vahvistettiin kunnan henkilöstön työ- ja toimintakykyä liikunnallisoin keinoin työmatkoilla, työpäivän aikana ja vapaa-ajalla. Toimenpiteinä oli mm. työyhteisökampanjoita ja -kilpailuja, mittauksia, ryhmäliikuntaa ja maksuttomia liikuntavuoroja.

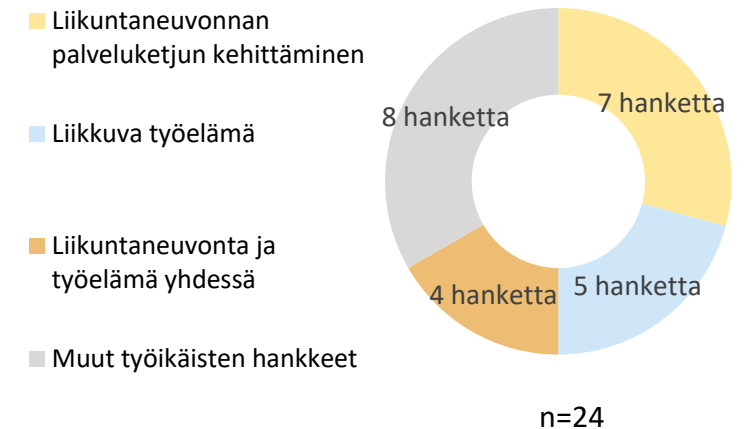
Liikuntaneuvonnan palveluketjun kehittäminen ja Liikkuva työelämä yhdessä

Hankkeet kohdentuivat kokonaan tai osittain kunnan työntekijöille ja liikuntaneuvonnan palveluketjua kehitettiin osana hanketta. Yhdessä hankkeessa toimintaa laajennettiin lisäksi yksityisen sektorin työntekijöille. Hankkeissa luotiin rakenteita liikkumisen tukemiseen ja matalan kynnyksen liikuntapalveluille. Kolmessa työyhteisöhankkeessa kohderyhmänä olivat myös työelämän ulkopuolella olevat.

Muut työikäisten hankkeet

Hankkeissa aktivoitiin työikäisiä liikkumaan erilaisin keinoin tarjoamalla mm. matalan kynnyksen liikuntaryhmiä, lajikokeiluja ja tapahtumia. Hankkeiden sisällöt eivät kohdentuneet Liikkuvan aikuisen painopistealueiden mukaisesti, mutta esim. liikuntaneuvonta oli usein osana hankekokonaisuutta.

Liikkuva aikuinen -hankkeiden painopisteet



Yhteistyö hankkeissa

Liikkuva aikuinen -hankkeiden tyypillisimpiä yhteistyökumppaneita olivat kunnan sosiaali- ja terveystoimet, liikunta- ja urheiluseurat, yksityiset palveluntarjoajat, muut paikalliset järjestöt ja yhdistykset sekä työterveyshuolto.

Liikuntaneuvonnan palveluketjun kehittämiseen painottuvissa hankkeissa yleisimpiä yhteistyötahoja olivat kunnan sosiaali- ja terveystoimet, liikunta-, vapaa-aika- ja nuorisopalvelut sekä järjestöt ja yhdistykset.

Työyhteisöhankeissa yleisimpiä yhteistyötahoja olivat liikunnan aluejärjestöt, liikunta- ja urheiluseurat, työterveyshuolto ja yksityiset palveluntarjoajat.

Liikuntaneuvonnan palveluketjun kehittämisen ja Liikkuvan työelämän tavoitteet toiminnassaan yhdistävissä hankkeissa yleisimpiä yhteistyötahoja olivat liikunta- ja urheiluseurat, työterveyshuolto ja kansalaisopisto.

Muissa työikäisten hankkeissa yleisimpiä yhteistyötahoja olivat järjestöt ja yhdistykset, yksityiset palveluntarjoajat, kunnan sosiaali- ja terveystoimet sekä liikunta- ja urheiluseurat.

Yhteistyötahotiedot perustuvat hakemusvaiheessa ilmoitettuihin tietoihin. Osa hankkeista ei nimennyt tahoja ja osa ilmoitti kumppanien tarkentuvan myöhemmin.

Liikkuva aikuinen -hankkeiden yhteistyötahot hankesuunnitelmissa



n=24

Yhteistyötahojen rooli hankkeissa

Liikkuva aikuinen -hankkeista hieman yli kolmannes suunnitteli yhteistyön tai verkostojen kehittämiseen liittyviä toimenpiteitä.

Suunnitelmat koskivat yhteistyön aloittamista, hanketoiminnan tarpeen kartoitusta, verkostojen rakentamista, poikkisektorisen yhteistyön vahvistamista ja työnjaon vakiinnuttamista.

Yhteistyön tuloksina suunniteltiin tapahtumia, liikuntaneuvonnan palveluketjun kehittämistä, koulutuksia, kampanjoita ja ryhmäliikuntaa. Yhteistyöverkostoja hyödynnettiin hankkeiden kohderyhmien tavoittamisessa ja viestinnässä.

Yhteistyötahojen rooli liikuntaneuvonnan palveluketjun kehittämishankkeissa

Yhteistyötaho	Rooli
Sosiaali- ja terveyspalvelut	Ohjasi kohderyhmää palveluiden piiriin sekä järjesti liikuntaneuvontaa ja liikuntaryhmiä. Kehitti liikuntaneuvonnan kirjaamiskäytäntöjä yhdessä liikuntapalveluiden kanssa.
Liikunta- ja urheiluseura	Järjesti matalan kynnyksen liikuntaryhmiä, joihin liikuntaneuvonnasta ohjaututtiin.
Terveystieteiden tutkimuskeskus/työterveys	Tunnisti ja tavoitti kohderyhmänä olevia asiakkaita. Liikunnallisen elämäntavan puheeksi ottaminen vastaanotolla sekä ohjaaminen liikuntaneuvontaan. Tilojen järjestäminen liikuntaneuvonnalle.
Kunnan liikunta-, vapaa-aika- ja nuorisopalvelut	Kehitti liikuntaneuvonnan kirjaamiskäytäntöjä yhdessä sosiaali- ja terveyspalvelujen kanssa. Perheliikuntaneuvonnan toteutuksessa liikuntapalvelut teki yhteistyötä varhaiskasvatuksen ja terveydenhuollon kanssa.
Liikunnan aluejärjestö	Tarjosi tukea ja apua palveluketjujen kehittämisessä sekä käytännön toimenpiteiden suunnittelussa ja toteuttamisessa.
Toinen hanke	Muiden hankkeiden kautta tehtiin yhteistyötä asiakkaiden ohjaamisessa liikuntaneuvontaan ja kehitettiin liikuntaneuvontakokonaisuutta hankkeiden kohderyhmille.



Hankkeiden toiminnan vakiinnuttaminen

Lähes kaikki hankkeet nostivat hakemuksissa esille toiminnan vakiinnuttamisen.

Liikuntaneuvonnan palveluketju -hankkeet

Hankkeiden tavoitteena oli juurruttaa toiminta osaksi kunnan palvelujärjestelmää. Liikuntaneuvonnan palveluketjun vakiinnuttamisen edellytykseksi koettiin toimenpiteiden vaikuttavuus ja sen osoittaminen. Liikuntaneuvonnan vaikutusten arviointia toteutettiin asiakkaan alku- ja loppukartoituksilla, säännöllisillä palautekyselyillä ja erilaisilla mittauksilla. Lisäksi tilastoitiin asiakasmääriä, käyntikertoja ja keskeytyksiä. Arviointia toteutettiin myös eri tietolähteiden indikaattoreita hyödyntämällä, työpoissaoloja kirjaamalla ja mahdollisia hankkeen aikana muodostuneita taloudellisia säästöjä seuraamalla. Vakiinnuttaminen voi kuitenkin vaatia aikaa.

Liikkuva työelämä -hankkeet

Työyhteisöhankeissa käytäntöjen toivottiin jäävän pysyväksi osaksi työpaikkaliikuntakulttuuria esim. työhyvinvoinnin vuosikellon avulla ja kirjaamalla toimenpiteet terveyden edistämisen suunnitelmiin.

Muut työikäisten hankkeet

Muissa työikäisten hankkeissa toimintojen vakiinnuttaminen tarkoitti yleisimmin hankkeen ryhmäliikunnan jatkumista ja vakiintumista osaksi kunnan liikuntapalvelutarjontaa. Vakiintumisen edellytyksenä oli, että hankkeen aikana perustetut ryhmät nähtiin kannattavina ja liikuntaa lisäävinä palveluina. Lisäksi kokemukset ja palautteet vaikuttivat jatsoon.

Lisätietoa

Elina Tarkiainen

Ohjelmakoordinaattori
Liikkuva aikuinen -ohjelma
Likes | Hyvinvointiyksikkö, Jamk
elina.tarkiainen@liikkuva aikuinen.fi

Kaarlo Laine

Johtava tutkija
Strateginen tietotuotanto
Likes | Hyvinvointiyksikkö, Jamk
kaarlo.laine@jamk.fi

likes.fi

Avustukset

aviavustukset.fi

Marianne Turunen

Tutkija
Strateginen tietotuotanto
Likes | Hyvinvointiyksikkö, Jamk
marianne.turunen@jamk.fi

Liikkuva aikuinen -ohjelma

liikkuva aikuinen.fi



Viittaus: Elina Tarkiainen, Marianne Turunen & Kaarlo Laine. 2021. Liikkuva aikuinen -ohjelmakooste. Liikunnallisen elämäntavan paikallisten kehittämishankkeiden seuranta ja arviointi 2021. Likes.

L I K E S