

Ikiliikkuja-ohjelmakooste

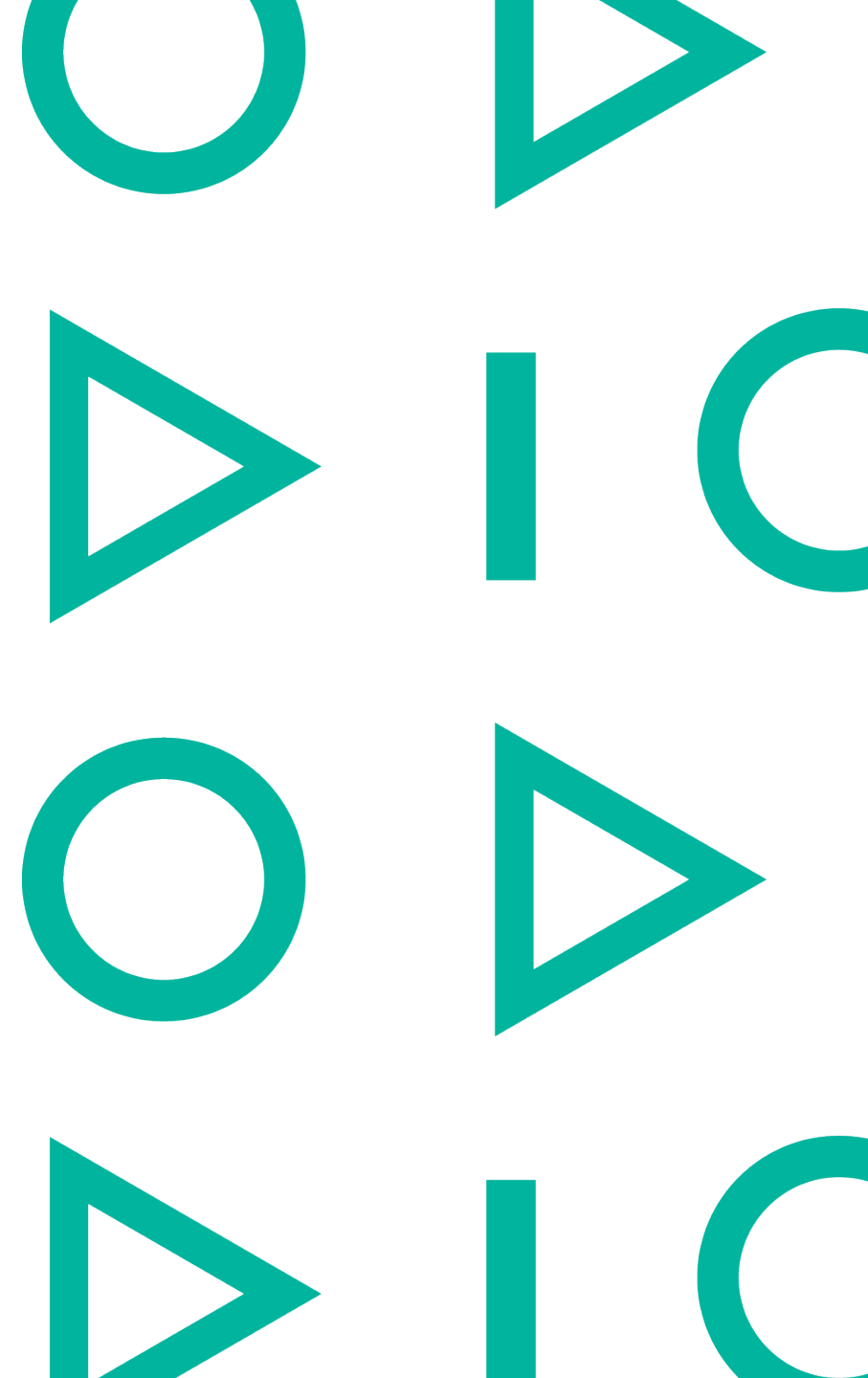
Liikunnallisen elämäntavan paikallisten
kehittämishankkeiden seuranta ja arviointi
2022

Elina Tarkiainen, Likes, Jyväskylän ammattikorkeakoulu
Marianne Turunen, Likes, Jyväskylän ammattikorkeakoulu

Likes
by jamk

IKI-
LIIKKUJA

OPETUS- JA
KULTTUURIMINISTERIÖ



Valtionavustuksen tarkoitus ja painopisteet

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 elämäkulussa, erityisesti vähän liikkuvien osalta. Avustusten avulla tuetaan valtakunnallisten liikunnanedistämishjelmien eli Liikkuvat-kokonaisuuden edistämistä paikallisella tasolla.

Opetus- ja kulttuuriministeriön toimeksiannosta paikallisten kehittämisavustusten seurannasta ja arvioinnista huolehtii Likes/Jamk.

Vuonna 2022 avustuksen pääpainopisteet olivat Liikkuva varhaiskasvatus, Liikkuva aikuinen ja Ikiliikkuja -ohjelmien tavoitteisiin kytkeytyvät toimet. Erityisenä painopisteenä oli varhaiskasvatuksen, koulujen ja oppilaitosten henkilöstö. Avustuksen muita hakukohteita olivat esimerkiksi perheliikunta, luontoliikunta ja soveltava liikunta.

(OKM 2022)

Ikiliikkuja-toiminta liikunnallisen elämäntavan paikallisissa kehittämishankkeissa

Liikunnallisen elämäntavan paikallisia kehittämisavustuksia myönnettiin vuonna 2022 yhteensä 158 hankkeelle 3 477 799 euroa.

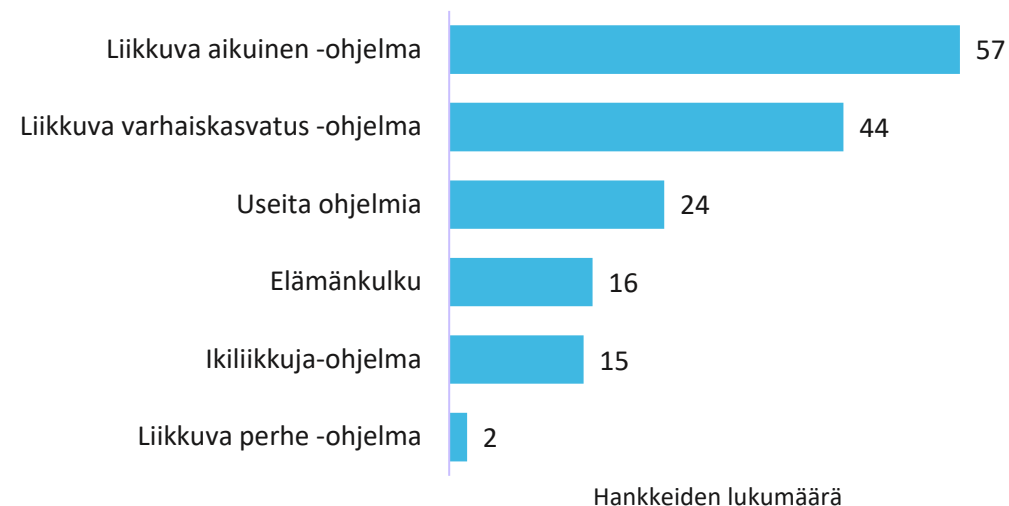
Yhteensä 69 hanketta ilmoitti hankkeen kohdistuvan 5–100 prosenttisesti Ikiliikkuja-toimintaan eli ikäihmisten liikuntaan:

100 %	11 hanketta
80–99 %	3 hanketta
51–79 %	5 hanketta
31–50 %	21 hanketta
5–30 %	29 hanketta

Ikiliikkuja-ohjelman tavoitteena on tukea ilman säännöllisiä palveluja kotona asuvien ja toimintakyvyn heikentymisvaarassa olevien ikäihmisten liikuntaa ja fyysistä aktiivisuutta. **Toimintasuunnitelmien perusteella 15 hanketta kohdistui pääasiassa Ikiliikkuja-ohjelman tavoitteisiin.** Nämä hankkeet ilmoittivat, että 70–100 % hankkeen toiminnasta kohdistui ikäihmisille.

*Tämän ohjelmakoosteen tiedot tulevat hankehakemuksista, jotka ovat suunnitelmia ennen hankkeen toteutusta.

Liikunnallisen elämäntavan paikalliset kehittämishankkeet pääasiallisen kohdentumisen mukaan vuonna 2022



Osa useiden ohjelmien hankkeista sisälsi ikäihmiset yhtenä kohderyhmänä. Elämäkulku-hankkeissa edistettiin yleensä kaikkien kuntalaisten liikkumista ja hyvinvointia.

Ikiliikkuja-hankkeet 2022

Seuraavien sivujen taulukoissa esitellään hankkeet, jotka kohdistuivat Ikiliikkuja-ohjelman tavoitteisiin.

Hankkeista 15 suunnitteli toimenpiteitä pääasiallisesti Ikiliikkuja-ohjelman tavoitteiden mukaisesti (taulukko 1).

Hankkeista 54 sisälsi ikäihmiset yhtenä kohderyhmänä (taulukko 2).

Taulukoissa sarakkeiden 1–4 tiedot ovat avustuspäätöksistä. Sarake 4 on hakijan arvio ikäihmisten osuudesta hankkeen kohderyhmistä. Sarake 5 on arvio hankkeen ensisijaisesta kohderyhmästä hankkeen toimintasuunnitelman perusteella.

Taulukko 1. Ikiliikkuja -ohjelmalle kohdentuvat hankkeet.

Kunta	Hanke	Myönnetty avustus	Ikäihmiset (%)	Ensisijainen kohderyhmä
Hangon kaupunki	Kaatumisten ehkäisy Hangossa/ Förebyggande av fallolyckor i Hangö	19 750 €	100	Ikiliikkuja
Iitin kunta	Aktiivista arkea - Omatoimista arkiliikuntaa tukien	21 500 €	100	Ikiliikkuja
Kaustisen kunta	Tuu Yhesä taas - kausi 2	10 950 €	100	Ikiliikkuja
Korsholms kommun	Rörelse för äldre i vardagen	34 250 €	100	Ikiliikkuja
Kosken Tl kunta	Ikiliikkuja –kehittämishanke 2020-2022 Kosken Tl kunnassa	6 000 €	100	Ikiliikkuja
Lohjan kaupunki	Lisää liikettä ja ruista ranteeseen	25 000 €	100	Ikiliikkuja
Oulaisten kaupunki	Oulaisten ikäihmisten arkiliikuntahanke	15 000 €	100	Ikiliikkuja
Rauman kaupunki	Seniori kulkee – pilleripurkin sulkee	10 000 €	100	Ikiliikkuja
Rautjärven kunta	Liikunnan iloa ja yhdessäoloa - jatkohanke	2 000 €	100	Ikiliikkuja
Siilinjärven kunta	Siilinjärven Ikiliikkuja	5 800 €	100	Ikiliikkuja
Ylöjärven kaupunki	Ikiliikkuja-hanke	21 250 €	100	Ikiliikkuja
Liedon kunta	Liikkuva Lieto - Ikiliikkujat	17 500 €	90	Ikiliikkuja
Punkalaitumen kunta	Tervaskanto	7 000 €	90	Ikiliikkuja
Isonkyrön kunta	Isonkyrön ikiliikkuja Parempi liikkua kuin istua 2 - Liikunnallisen elämäntavan	11 700 €	80	Ikiliikkuja
Vesilahden kunta	kehittämishanke Vesilahdessa	7 000 €	70	Ikiliikkuja

Taulukko 2. Hankkeet, joissa ikäihmiset ovat yhtenä kohderyhmänä, mutta eivät pääpainopisteinä.

Kunta	Hanke	Myönnetty avustus	Ikäihmiset (%)	Ensisijainen kohderyhmä
Loimaan kaupunki	Liikuntaa ja digiä loimaalaisille 2022	14 265 €	65	Useita ohjelmia
Kolarin kunta	Liikuthan me Kolarissakin	4 000 €	61	Useita ohjelmia
Raision kaupunki	Liikkuen läpi elämän Raisiossa	50 225 €	61	Useita ohjelmia
Muuramen kunta	Liikkuva Muurame	6 800 €	60	Useita ohjelmia
Halsuan kunta	Liikuntaa letkeästi	10 000 €	50	Elämänkulku
Kuhmoisten kunta	Hyvinvointia ja toimintakykyä liikunnalla 3	7 000 €	50	Useita ohjelmia
Lappeenrannan kaupunki	Myö liikutaa! (3.)	89 200 €	50	Useita ohjelmia
Larsmo kommun	Vi sänker tröskeln	19 200 €	50	Useita ohjelmia
Maskun kunta	Hyvinvoiva, liikkuva Masku	30 000 €	50	Useita ohjelmia
Oriveden kaupunki	Liikkuva Orivesi 3 / Lipa	18 500 €	50	Elämänkulku
Posion kunta	Posio Liikkuu	20 500 €	50	Elämänkulku
Ranuan kunta	Etsivä liikunta III	12 000 €	50	Useita ohjelmia
Vesannon kunta	Liikunnan riemua eri-ikäisille kuntalaisille	9 300 €	50	Useita ohjelmia
Imatran kaupunki	Kohti liikuntaneuvontaa	10 000 €	45	Useita ohjelmia
Siuntion kunta	Liikkuva opettaja -liikkuva koulu	29 310 €	43	Useita ohjelmia
Hartolan kunta	Hartola ja Sysmä liikkeelle	20 000 €	40	Liikkuva aikuinen
Karkkilan kaupunki	Liikuntaneuvontaa Karkkilassa	25 000 €	40	Liikkuva aikuinen
Lapinjärven kunta	Lapinjärvi liikkuu	20 000 €	40	Useita ohjelmia
Pornaisten kunta	Luonto- ja lähiliikunnasta aktiivisuutta arkeen Pornaisissa	9 500 €	40	Liikkuva aikuinen
Kärkölän kunta	Liikkuva Kärkölä 2021-2023	33 000 €	35	Elämänkulku
Sonkajärven kunta	Liikkuvien ihmisten Sonkajärvi	3 491,5 €	35	Liikkuva varhaiskasvatus
Äänekosken kaupunki	Äänekoski liikkeessä	10 000 €	35	Useita ohjelmia
Kannonkosken kunta	Virtaa ja voimaa vedestä - tehoa tanssista	32 260 €	34	Elämänkulku
Laukaan kunta	Liikkuva Laukaa	35 000 €	33	Useita ohjelmia
Siikajoen kunta	Lysti liikkuu kaiken ikää	54 761 €	32	Useita ohjelmia

Hankasalmen kunta	#hankasalmiliikkuu	12 250 €	30	Liikkuva aikuinen
Hattulan kunta	Hattulan liikuntaneuvonta	38 000 €	30	Liikkuva aikuinen
Joutsan kunta	Hyvinvointia liikunnasta	16 000 €	30	Elämänkulku
Kronoby kommun	Hälligång 2	12 935 €	30	Liikkuva aikuinen
Myrskylän kunta	Arkiliikuntaa osana hyvinvointia Myrskylässä	26 400 €	30	Elämänkulku
Orimattilan kaupunki	Liikkuva arki Orimattilassa 2022	30 760 €	30	Elämänkulku
Padasjoen kunta	Hyvinvointia luontoliikunnasta elämänkaaren eri vaiheissa	10 000 €	30	Elämänkulku
Someron kaupunki	Someron liikuntaneuvonta	10 700 €	30	Liikkuva aikuinen
Vantaan kaupunki	Aktiivinen elämänkaari - Liikkuva Vantaa	105 000 €	30	Elämänkulku
Ylitornion kunta	Liikheele!	26 850 €	30	Useita ohjelmia
Outokummun kaupunki	Okulaari	24 867 €	27	Useita ohjelmia
Konneveden kunta	YKS-KAKS-KOLME, KONNEVESI KUNTOON 2.0	30 825 €	25	Useita ohjelmia
Pirkkalan kunta	Elintapaohjauksen tehostaminen Pirkkalassa	15 000 €	20	Liikkuva aikuinen
Pomarkun kunta	Passi Terveysteen	9 179 €	20	Liikkuva aikuinen
Puumalan kunta	Puumalan Etsivä Liikuntatyö	6 150 €	20	Liikkuva aikuinen
Ruskon kunta	Liikunnasta elämänlaatua	10 000 €	20	Liikkuva aikuinen
Taipalsaaren kunta	Koko ikä liikettä! Taipalsaarella 2.0	3 500 €	20	Liikkuva varhaiskasvatus
Utsjoen kunta	Liikkuva ja hyvinvoiva Utsjoki 2	15 329,6 €	20	Elämänkulku
Asikkalan kunta	Sinä päätät omasta hyvinvoinnistasi! Asikkalan liikunnallisen elämäntavan hanke vuodelle 2022.	37 000 €	15	Useita ohjelmia
Kemin kaupunki	Liikkuminen on Makiaa - Kemissä!	50 000 €	15	Liikkuva aikuinen
Kotkan kaupunki	Kotkas liikutaa yhes	43 750 €	15	Elämänkulku
Lempäälän kunta	Liikkuva Lempäälä 3	7 700 €	15	Useita ohjelmia
Turun kaupunki	Lisää liikettä verkostomaisella liikuntaneuvonnalla	80 300 €	15	Liikkuva aikuinen
Keminmaan kunta	Keminmaan liikuntaneuvonnalle tehdyn palveluketjun toteuttaminen ja asiakastyön kehittäminen	16 450 €	10	Liikkuva aikuinen
Keuruun kaupunki	Liiku Keuruulla	22 250 €	10	Liikkuva aikuinen
Parkanon kaupunki	Liikuntaneuvonta hyvinvointirakenteissa	18 250 €	10	Liikkuva aikuinen
Pellon kunta	Nyt liikheele	15 100 €	10	Liikkuva aikuinen
Eurajoen kunta	Eurajoki liikkeelle	17 315 €	5	Liikkuva perhe
Viitasaaren kaupunki	Liikuntaneuvonnan kehittäminen Wiitaunionin kunnissa	7 904,5 €	5	Liikkuva aikuinen

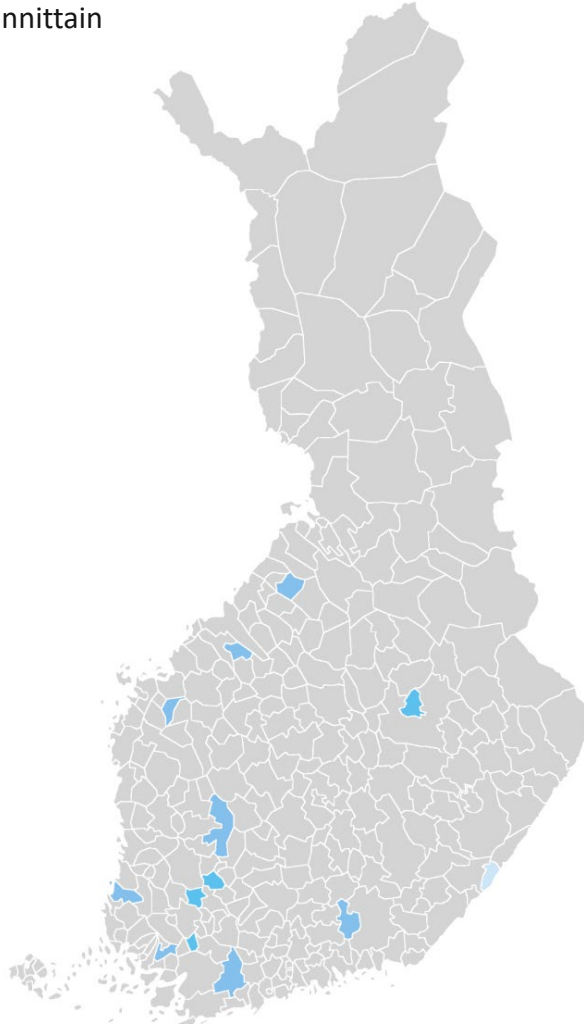
Ikiliikkuja: yhteenveto

15
Hankkeiden lukumäärä

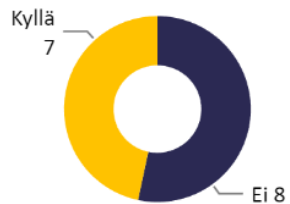
15
Kuntien lukumäärä

214 700 €
Myönnetty avustus

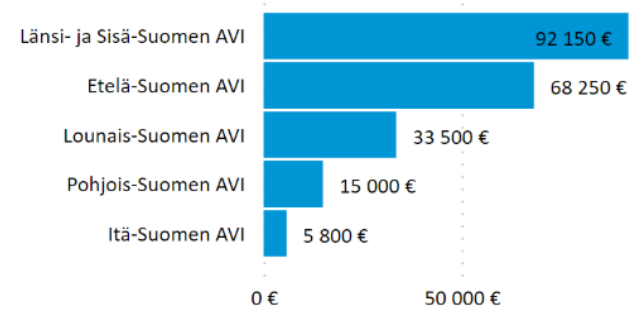
Myönnetty avustus kunnittain
Ikiliikkuja-hankkeisiin



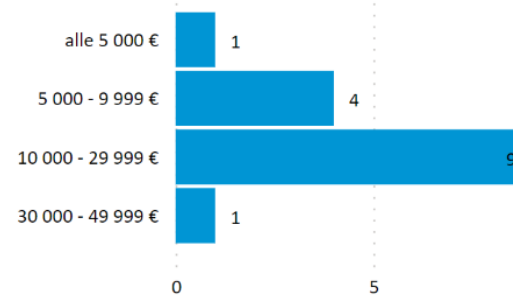
Jatkava hanke (kyllä/ei)



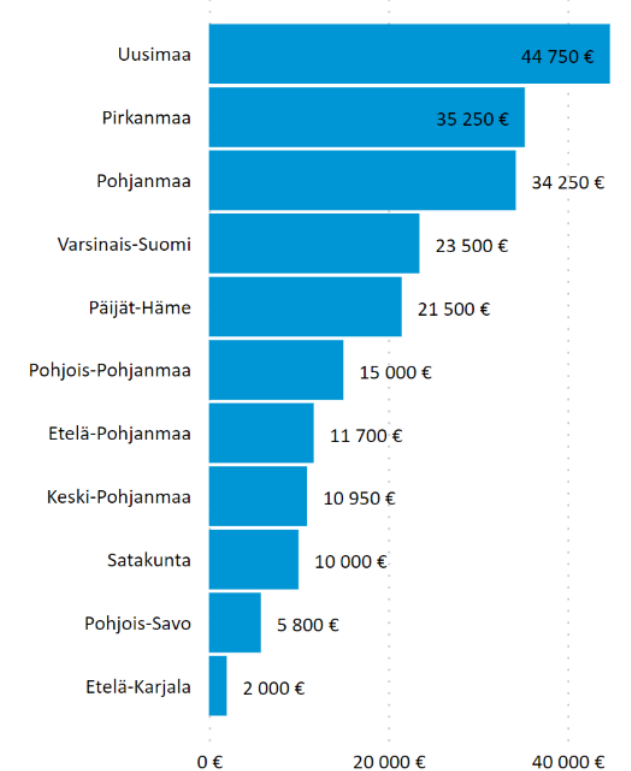
Myönnetty avustus AVI-alueittain
Ikiliikkuja-hankkeisiin



Hankkeiden lukumäärä Ikiliikkuja-hankkeisiin
myönnetyn avustussumman mukaan



Myönnetty avustus maakunnittain
Ikiliikkuja-hankkeisiin



*osuudet on laskettu 15 Ikiliikkuja-hankkeen tiedoista.

Menestystekijät

Ikiliikkuja-hankkeiden onnistuneelle toteutukselle on määritelty yhteensä 13 menestystekijää/hyvää käytäntöä. Nämä käyvät ilmi Ikiliikkuja-ohjelman hakuliitteestä avustuksen hakuilmoituksen yhteydessä. Alla on kuvattuna menestystekijöiden näkyminen hankesuunnitelmissa.

- 1) Liikuntaneuvonta** oli keskeinen toimenpide Ikiliikkuja-hankkeissa. Hankkeista 73 %* sisälsi liikuntaneuvontaa.
- 2) Voima- ja tasapainoharjoittelu** huomioitiin hyvin Ikiliikkuja-hankkeiden sisällöissä mm. tarjoamalla ryhmäliikuntaa, kuntosaliharjoittelua ja lainattavia liikuntavälineitä.
- 3) Virtuaalinen etäjumppa/etäliikunta** oli toimenpiteenä lähes joka toisessa Ikiliikkuja-hankkeessa.
- 4) Senioritanssi** nousi esille vain parin Ikiliikkuja-hankkeen toimintasuunnitelmassa. Yleisempiä toimenpiteitä olivat voima- ja tasapainoharjoittelu, etäliikunta ja ulkoliikunta.
- 5) Ulkoliikunta** oli toimenpiteenä 40 % Ikiliikkuja-hankkeista.
- 6) Liikunta poikkeusoloissa** huomioitiin erilaisin tavoin Ikiliikkuja-hankkeiden toimintasuunnitelmissa. Hankkeissa suunniteltiin etä- ja ulkoliikuntaa sekä hyödynnettiin etäliikunnan teknologisia sovelluksia.
- 7) Vertaiset ja vapaaehtoiset toiminnan tukena** oli toimenpiteenä toimintasuunnitelmien perusteella 60 % Ikiliikkuja-hankkeista. Kouluttamalla vertaisohjaajia ryhmien vetäjiksi pyrittiin turvaamaan toiminnan jatko myös hankkeen jälkeen.
- 8) Perheet toiminnan tukena** jäi Ikiliikkuja-hankkeiden toimintasuunnitelmien sisällöissä hyvin vähäiseksi.
- 9) Ikäihmisten liikuntaraati** oli muutamien hankkeiden toimintasuunnitelmassa mahdollisuus saada ikäihmisten ääni kuuluviin toiminnan suunnittelussa.
- 10) Osaamisen kehittäminen ja koulutukset** olivat 87 % Ikiliikkuja-hankkeiden toimenpiteenä.
- 11) Yhteistyö järjestöjen ja muiden paikallisten toimijoiden kanssa:** Jokaisen Ikiliikkuja-hankkeen yhteistyökumppanina oli paikallinen järjestö tai yhdistys.
- 12) Kuntakoordinaatio ja poikkisektorinen yhteistyö:** Yhteistyöverkoston kehittäminen oli Ikiliikkuja-hankkeiden yleisimpiä toimenpiteitä.
- 13) Yhdenvertaisuus ja sukupuolten tasa-arvo:** Kohderyhmänä olivat yleisimmin toimintakyvyltään heikentyneet ikäihmiset. Palvelujen esteettömyys ja saavutettavuus huomioitiin hyvin. Sukupuolten tasa-arvon huomioiminen jäi konkretian tasolla vähäiseksi.

*osuudet on laskettu 15 Ikiliikkuja-hankkeen tiedoista.

Toimenpiteet

Ikiliikkuja-hankkeiden tavoitteena oli, että kohderyhmän osallisuus, fyysinen aktiivisuus ja liikunta lisääntyvät ja tätä kautta mahdollisuudet toimintakykyiseen vanhuuteen vahvistuvat.

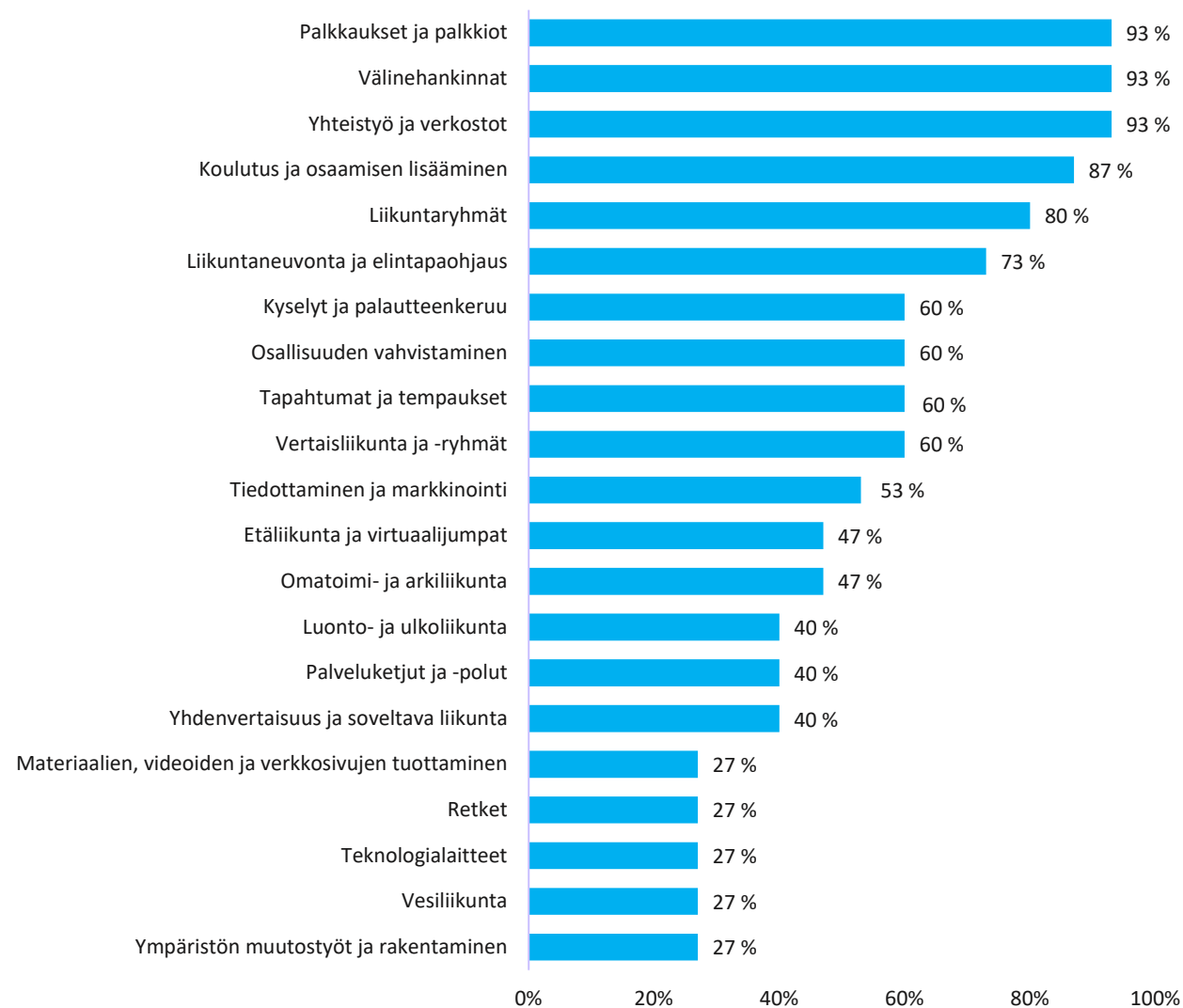
Tavoitteisiin pyrittiin yleisimmin seuraavilla toimenpiteillä:

- Matalan kynnyksen ryhmäliikunta mm. tasapaino- ja voimaharjoittelu, vesiliikunta, senioritanssi
- Liikuntaneuvonta ja elintapaohjaus
- Vertaisohjaajien koulutus
- Tapahtumat ja tempaukset
- Ulkoliikunta
- Etäliikunta esim. virtuaalinen etäjumppa

Toimenpiteiden saavutettavuus huomioitiin viemällä palveluja lähelle kohderyhmää (mm. Kotikulmilla-toiminta, liikuntaneuvontaa kirjastoautossa), tarjoamalla ohjattua liikuntaa ikäihmisten kotiin/palvelutaloihin ja järjestämällä kuljetuspalveluja.

*osuudet on laskettu 15 Ikiliikkuja-hankkeen tiedoista.

Toimenpiteet Ikiliikkuja-hankkeiden toimintasuunnitelmissa (n=15)



Hankkeiden koko

Ikiliikkuja-hankkeiden yleiskuvaus myönnetyn avustuksen mukaan

Pieni hanke	Suuri hanke
Avustus <10 000 € (n=5)	Avustus 10 000–34 250 € (n=10)
<p>Pienissä Ikiliikkuja-hankkeissa järjestettiin yleensä matalan kynnyksen liikuntaryhmiä ja tapahtumia, koulutettiin vertaisohjaajia sekä kehitettiin liikuntaneuvonnan palveluketjua.</p> <p>Ryhmäliikunnan sisällöt olivat yleisimmin voima- ja tasapainoharjoittelua.</p> <p>Pienistä hankkeista 80 % kehitti vapaaehtois- ja vertaisohjaajatoimintaa. Liikuntaneuvontaa tarjottiin ja palveluketjua kehitettiin 60 % hankkeista.</p> <p>Pieniin hankkeisiin tavoiteltiin yhteensä 1 862 osallistujaa (naisia 51 % ja miehiä 49 %). Keskimäärin tavoiteltiin 372 osallistujaa per hanke.</p> <p>*osuudet on laskettu viidestä pienestä Ikiliikkuja-hankkeen tiedoista.</p>	<p>Suuremmissa Ikiliikkuja-hankkeissa toimenpiteet olivat pitkälti samoja kuin pienissä hankkeissa, mutta suunnitelmat laaja-alaisempia.</p> <p>Suuret hankkeet sisälsivät ohjattua liikuntaa, liikuntaneuvontaa, etä- ja ulkoliikuntaa, kampanjoita, tapahtumia ja vertaisohjaajakoulutusta.</p> <p>Suurissa hankkeissa oli enemmän resursseja uusien toimintamallien kehittämiseen, etäliikunnan teknologiaan, palvelujen saavutettavuuteen, hankkeen koordinointiin ja laajempaan yhteistyöhön.</p> <p>Suurimpiin hankkeisiin tavoiteltiin yhteensä 20 909 osallistujaa (naisia 52 % ja miehiä 48 %). Keskimäärin tavoiteltiin 2 090 osallistujaa per hanke.</p> <p>*osuudet on laskettu kymmenestä suuresta Ikiliikkuja-hankkeen tiedoista.</p>

Kustannusarviot

Suurin osa hankkeiden kustannuksista oli palkkoja.

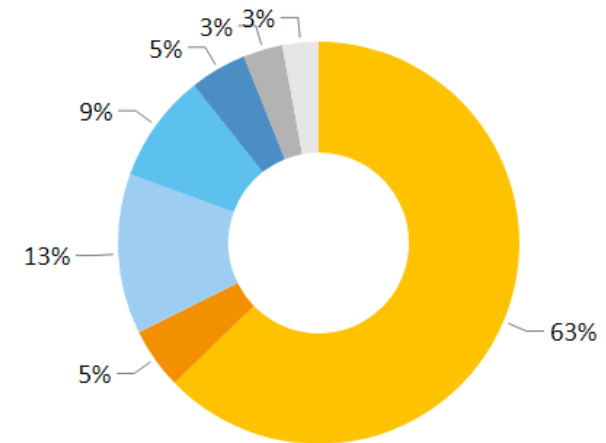
Ikiliikkuja-hankkeet budjetoivat palkkoihin keskimäärin 63 % hankkeen kokonaiskustannuksista. Toiseksi eniten Ikiliikkuja-hankkeet budjetoivat välinehankintoihin (13 %).

Pienissä hankkeissa budjetoitiin suurempi osuus hankkeen kustannuksista koulutukseen kuin suurissa hankkeissa.

*osuudet on laskettu 15 Ikiliikkuja-hankkeen tiedoista.

- Palkkamenot ja työpalkkiot
- Kurssi- ja koulutuskustannukset
- Välinehankinnat
- Matka- ja kuljetuskustannukset
- Tapahtumat ja retket
- Muut vuokrat ja leasingkulut
- Muut kustannukset

Suunniteltu kustannusten jakautuminen Ikiliikkuja-hankkeissa (% kokonaiskustannuksista)



Osallistujat

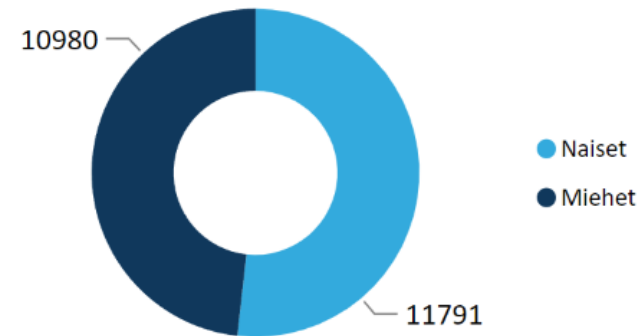
Ikiliikkuja-hankkeet tavoittelivat yhteensä 22 771 osallistujaa (naisia 52 % ja miehiä 48 %). Yksittäisen hankkeen toiminta kohdistettiin vähimmillään 12 ja enimmillään 6 000 osallistujalle.

Hankkeiden kokonaiskustannukset olivat keskimäärin 19 €/osallistuja. Vähimmillään hankkeen budjetti oli 7 €/osallistuja ja enimmillään 430 €/osallistuja.

Osallistujamäärien ilmoittamiskäytännöissä oli eroavaisuuksia hankkeiden välillä. Lukuja tulee tulkita suuntaa antavina.

*osuudet on laskettu 15 Ikiliikkuja-hankkeen tiedoista.

Ikiliikkuja-hankkeiden osallistujien lukumäärä sukupuolittain (n=15)



Yhteistyö

Ikiliikkuja-hankkeista 93 prosenttia suunnitteli yhteistyön ja verkostojen kehittämiseen liittyviä toimenpiteitä.*

Jokaisen Ikiliikkuja-hankkeen yhteistyökumppanina oli paikallinen järjestö tai yhdistys.

Muita yleisiä yhteistyötahoja olivat kunnan vanhuspalvelut ja vanhusneuvosto, kunnan sosiaali- ja terveyspalvelut sekä seurakunta.

Yhteistyötahojen kanssa kehitettiin kuntakoordinaatiota ja poikkihallinnollista yhteistyötä, kartoitettiin kohderyhmän tarpeita, suunniteltiin ja toteutettiin hankkeen toimenpiteitä sekä markkinoitiin toimintaa.

Hakemusvaiheessa ilmoitetut yhteistyötahotiedot olivat osin puutteellisia.

*osuudet on laskettu 15 Ikiliikkuja-hankkeen tiedoista.

Ikiliikkuja-hankkeiden yhteistyötahot hankesuunnitelmissa (n=15)



Vakiintuminen ja vaikutusten arviointi

Kaikki 15 Ikiliikkuja-hanketta mainitsivat toiminnan vakiinnuttamisen suunnitelmissaan. Vakiinnuttaminen oli joko hankkeen lähtökohta jo suunnitteluvaiheessa tai sellaiset toimenpiteet aiottiin vakiinnuttaa myöhemmin, jotka todettiin vaikuttaviksi.

Toiminnan vakiinnuttamisen osana mainittiin esim. vertaisohjaajien kouluttaminen ryhmien ohjaajiksi.

Hankkeen tulosten arvioimisessa hyödynnettäviä keinoja olivat mm. osallistujamäärät, kyselyt ja haastattelut, lihasvoima- ja tasapainotestit sekä ikääntyneiden toimintakykyä kuvaavat mittarit, kuten kaatumisiin liittyvät hoitojaksot.

Verkostomaisen yhteistyön, yhteistyötahojen sitoutumisen ja alueellisen vertaiskehittämisen koettiin luovan pohjaa hyvien käytäntöjen juurtumiselle.

Otteita hankehakemuksista:

”Hankkeen toiminta liitetään osaksi kunnan hyvinvoinnin edistämisen suunnitelmaa, jonka toteutumista seurataan vuosittain osana hyvinvointikertomustyötä.”

”Hankkeen tuloksilla perustellaan soveltavan liikunnanohjaajan toimen perustamista ja esimerkiksi HYTE-kertoimesta haettavan kuntaosuuden kohdentamista ikäihmisten ennaltaehkäiseviin arkiliikuntapalveluihin.”

”Mikäli hankkeen aikana perustetut ryhmät ja toiminnot nähdään kannattavina ja liikuntaa lisäävinä palveluina, on ne tarkoitus vakiinnuttaa osaksi kaupungin ikäihmisten liikunnan palvelutarjontaa sellaisenaan.”

*osuudet on laskettu 15 Ikiliikkuja-hankkeen tiedoista.

Lisätietoa

Elina Tarkiainen

Ohjelmakoordinaattori

Liikkuva aikuinen -ohjelma

Likes | Hyvinvointiyksikkö, Jamk

elina.tarkiainen@jamk.fi

Marianne Turunen

Tutkija

Strateginen tietotuotanto

Likes | Hyvinvointiyksikkö, Jamk

marianne.turunen@jamk.fi

likes.fi

Avustukset

aviavustukset.fi

Ikiliikkuja-ohjelma

[Ikiliikkuja - Ikäinstituutti \(ikainstituutti.fi\)](https://ikiliikkuja-ikainstituutti.fi)

Viittaus: Elina Tarkiainen & Marianne Turunen. 2022. Ikiliikkuja -ohjelmakooste. Liikunnallisen elämäntavan paikallisten kehittämishankkeiden seuranta ja arviointi 2022. Likes, Jyväskylän ammattikorkeakoulu.