

Lämpimästi tervetuloa

Toimintarajoitteiset lapset, nuoret ja perheet liikuntaneuvonnassa – webinaariin!

16.9.2025 klo 13-15

Perheiden liikuntaneuvonnan Valttiplus



**Euroopan unionin
osarahoittama**

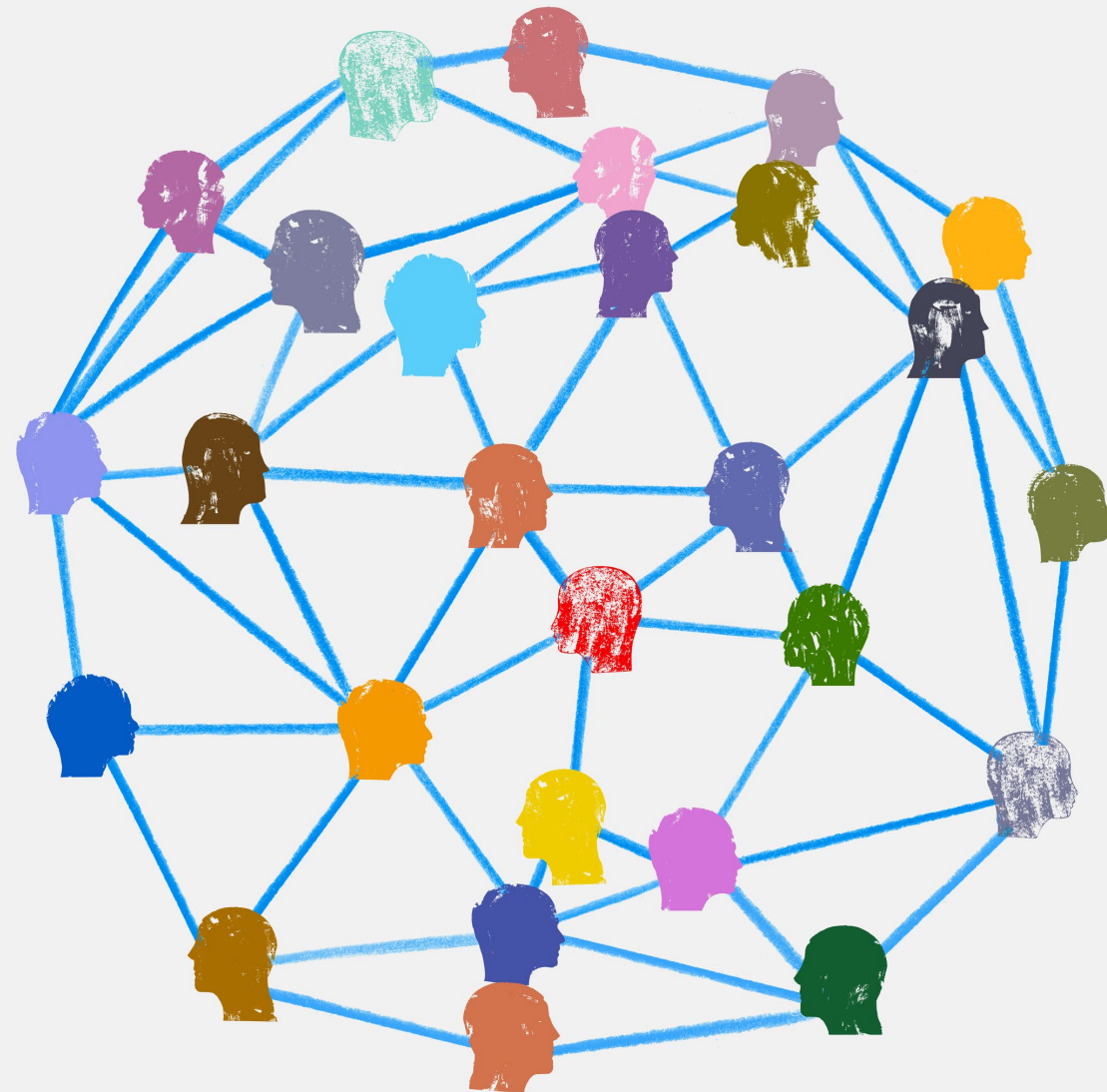
Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

VALTTI⁺

Ketä paikalla tänään?

Kirjoita chatiin

- Nimesi
- Organisaatio
- Odotuksesi webinaaria kohtaan TAI miten liikuntaneuvonta liittyy työnkuvaasi



Euroopan unionin
osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

VALTTI⁺

Aikataulu

Klo 13

Perheiden liikuntaneuvonnan Valttiplus -hankkeen esittelyä, Kaisa Koivuniemi

Klo 13.10

Toimintarajoitteisten lasten ja nuorten huomioiminen perheiden liikuntaneuvonnassa, Veera Varis

Tauko

Klo 14.05

Ryhmäkeskustelu Erätauco-menetelmää hyödyntäen

Klo 14.45

Yhteenveto ja palaute



Perheiden liikuntaneuvonnan Valttiplus

Yhdenvertaisia harrastusmahdollisuuksia
toimintarajoitteisille lapsille, nuorille ja heidän perheilleen

Kesto: 1.9.2024 - 31.8.2027

Päätoteuttaja Suomen Paralympiakomitea

Osatoteuttajat Kolmen kampuksen urheiluopisto ja Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Likes



Euroopan unionin
osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

VALTTI⁺

Hanketiimi



Kaisa Kiri ja Aija Saari



Virpi Remahl ja Samuli Hynninen



Kaisa Koivuniemi, Heidi Leppä,
Essi Nirhamo ja Veera Varis



Euroopan unionin
osarahoittama

#ESRPlus #yhtenäisyys #osallisuus

VALTTI⁺

Valttiplus-hankkeen keskeiset käsitteet



Valtti-ohjelma (Suomen Paralympiakomitea)
auttaa toimintarajoitteisia lapsia ja nuoria löytämään liikuntaharrastuksia.

Liikuntaneuvonta

on useimmiten kuntien tai hyvinvointialueiden toteuttamaa maksutonta neuvontaa, jonka tavoitteena on tukea liikunnallista elämäntapaa.

Motivoiva vuorovaikutus

on psykologisia perustarpeita tukevaa vuorovaikutusta, jolla pyritään vahvistamaan motivaatiota.



Euroopan unionin
osarahoittama

#ESRPlus #yhtenvertaisuus #osallisuus

VALTTI⁺

Valttiplus-hankkeen keskeiset toimenpiteet

- Kehitetään Paralympiakomitean Valtti-ohjelmassa toimiville opiskelijoille koulutusta ja tukimateriaaleja toimintarajoitteisten lasten, nuorten ja perheiden liikkumisen edistämiseen.
- Vahvistetaan liikuntaneuvonnan ammattilaisten ja opiskelijoiden vuorovaikutuksen ja kohtaamisen taitoja motivoivan vuorovaikutuksen koulutuksella.
- **Suunnitellaan ja pilotoidaan toimintarajoitteisten lasten, nuorten ja perheiden liikuntaneuvontaan tukimateriaalia ja työkaluja.**
- **Lisätään Valtti-ohjelman ja perheiden liikuntaneuvonnan välistä yhteistyötä.**

78 % kyselyyn vastanneista liikuntaneuvojista ei ollut vielä tehnyt yhteistyötä Valtti-ohjelman kanssa. Jos yhteistyö kiinnostaa, ota yhteyttä: kaisa.kiri@paralympia.fi



Euroopan unionin
osarahoittama

#ESRPlus #yhdenvertaisuus #osallisuus

VALTTI⁺

Arena Pro



Kuva: Santeri Mattinen

28.8.2025

Heidi Leppä, Kaisa Koivuniemi, Veera Varis, Essi Nirhamo, Aija Saari

Yksilöllisiä kohtaamisia ja mahdollisuuksien luomista – Perheiden liikuntaneuvontaa toimintarajoitteet huomioiden



Terveys ja hyvinvointi

Perheiden liikuntaneuvonnan Valttiplus -hankkeen tavoitteena on, että toimintarajoitteisten lasten, nuorten ja perheiden osallisuus ja tarpeet huomioidaan entistä paremmin liikuntaneuvonnassa valtakunnallisesti.



Euroopan unionin
osarahoittama

#ESRPlus #yhtenvertaisuus #osallisuus

VALTTI⁺

Lisätietoa hankkeesta

Jamkin verkkosivuilla



Paran verkkosivuilla



Kolmen kampuksen verkkosivuilla



Euroopan unionin
osarahoittama

#ESRPlus #yhdenvertaisuus #osallisuus

VALTTI⁺

Kuuntele ja tarkastele esitystä lempeästi, mutta kriittisesti

- *Mitä ajatuksia koulutuksen sisällöt herättävät? Mitä koulutuksen näkökulmia pidät erityisen tärkeinä? Mitä koulutuksesta mahdollisesti puuttuu?*
- Kuuntele esitystä rauhassa.
- Voit kirjata huomioitasi itsellesi ylös.
- Kysymyksiä voi kirjata chatiin.
- Pääset keskustelemaan aiheesta ja tuomaan omia näkemyksiänne esille esityksen jälkeen ryhmäkeskustelussa.





Euroopan unionin
osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

VALTTI⁺

Yhteenveto pilottikoulutuksesta

- Jokainen lapsi ja nuori ansaitsee mahdollisuuden liikkua
 - toimintarajoitteet eivät saa olla esteenä
- Perheen rooli on keskeinen liikkumisen mahdollistajana, tukijana ja kannustajana
- Kohtaaminen ja yksilöllisyys ratkaisevat
 - kysy, kuuntele ja suunnittele yhdessä
- Tukipalvelut ja apuvälineet avaavat ovia harrastuksiin ja aktiiviseen arkeen
 - kaikkea ei tarvitse tietää tai osata, tärkeintä tarvittaessa ohjaaminen eteenpäin
- Yhdessä liikkeelle
 - enemmän hyvinvointia, osallisuutta ja iloa arkeen



Kuvaaja Santeri Mattinen



Euroopan unionin
osarahoittama

Valttiplus-hankkeen pilottikoulutus

VALTTI⁺

Pilottikoulutuksen lähteet 1/3

- Asiakassuunnitelma. 2025. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 2.6.2025. <https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/vammaispalvelujen-kasikirja/asiakasprosessi/asiakassuunnitelma>
- Cummings, H. C., Merkas, J., Yaraskavitch, J., & Longmuir, P. E. 2023. Impact of Physical Activity Counselling on Children with Medical Conditions and Disabilities and Their Families. Children (Basel, Switzerland), 10(8), 1293. <https://doi.org/10.3390/children10081293>
- Dialoginen kohtaaminen ja lapsen oikeudet. N.d. Pelastakaa lapset. Viitattu 27.5.2025. <https://www.pelastakaa-lapset.fi/lapsilta-opittua/lapsilta-opittua/dialoginen-kohtaaminen/>
- Hakanen, T., Myllyniemi, S. & Salasuo, M. 2019. Takuulla liikuntaa. Kyselytutkimus toimintarajoitteisten lasten ja nuorten liikunnan harrastamisesta ja vapaa-ajasta. Opetus- ja kulttuuriministeriö, Valtion liikuntaneuvosto. https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2019/09/Takuulla_liikuntaa_Verkkojulkaisu_020619.pdf
- Henkilökohtaisen avun hakeminen. N.d. Tukiliitto. Viitattu 20.5.2025. <https://www.tukiliitto.fi/tuki-ja-neuvot/henkilokohtainen-apu/henkilokohtaisen-avun-hakeminen/#:~:text=Henkil%C3%B6kohtaista%20apua%20haetaan%20oman%20hyvinvointialueen%20vammaispalveluista%20vapaamuotoisella%20hakemuksella,m%C3%A4%C3%A4ritell%C3%A4n%20palvelusuunnitelmassa.%20Henkil%C3%B6kohtaisen%20avun%20saaminen%20ei%20riipu%20diagnoosista>
- Kaikki mukaan – mutta miten? Yhdessä liikkeelle turvallisin mielin. 2025. Mieli liikkeelle. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. <https://www.jamk.fi/sites/default/files/2025-03/Kaikki-mukaan-mutta-miten-diat.pdf>



Pilottikoulutuksen lähteet 2/3

- Kivimäki, S & Leppä, H. 2023. Soveltava liikunta kunnissa. Teoksessa Kaikille avoin liikunta kunnissa. LTS.
https://www.lts.fi/media/lts_julkaisut/lts_selvityksia/kaikille-avoin-liikunta-kunnissa.pdf
- Kohtaamisen työkaluja ulkoiluun. N.d. Suomen latu. Viitattu 23.5.2025. <https://www.suomenlatu.fi/media/kohtaamisen-tyokaluja-ulkoiluun-a4.pdf>
- Kouluterveyskysely. 2023. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Kuljetuspalvelut. N.d. Suomen paralympiakomitea. Viitattu 25.5.2025. <https://www.paralympia.fi/fi/76/kuljetuspalvelut>
- Opas kuulovammaisen liikkujan kohtaamiseen. N.d. SKUL. <https://www.skul.org/wp-content/uploads/2022/01/Opas-kuulovammaisen-liikkujan-kohtaamiseen.pdf>
- Leppä, H. 2024. Vuonna 2024 Valtti-ohjelmaan osallistuneiden perheiden palaute. Paraurheilu.fi.
<https://www.paurheilu.fi/fi/33/valtti-ohjelma>
- Leppä, H., Nirhamo, E., Siekkinen, K., Koskinen, S. & Tammelin, T. 2024. Liikkumalla yhteisöllisyyttä oppilaitoksiin. Jamk Arena Pro.
<https://urn.fi/urn:nbn:fi:jamk-issn-2984-0783-55>
- Liikunnan apuvälineet. N.d. Suomen paralympiakomitea. Viitattu 25.5.2025. <https://www.paralympia.fi/fi/74/liikunnan-apuvälineet>
- Liikunta-avustaja tai -opas. N.d. Suomen paralympiakomitea. Viitattu 22.5.2025. <https://www.paralympia.fi/fi/75/liikunta-avustaja-tai-opas>
- Liikuntaneuvonnan tietokanta. 2025. Liikkuva aikuinen. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Viitattu 27.5.2025.
<https://app.powerbi.com/view?r=eyJrIjojMmVhMGZkMjctMThiOS00NTRkLTg0MmQtMWM2MGVmMWY0ZGI2IiwidCI6IjZlOWVhYWYwLTNmZjctNGRlOS04Y2Q0LTNmZjctNDU5NTFiOSIsImMiOj9>



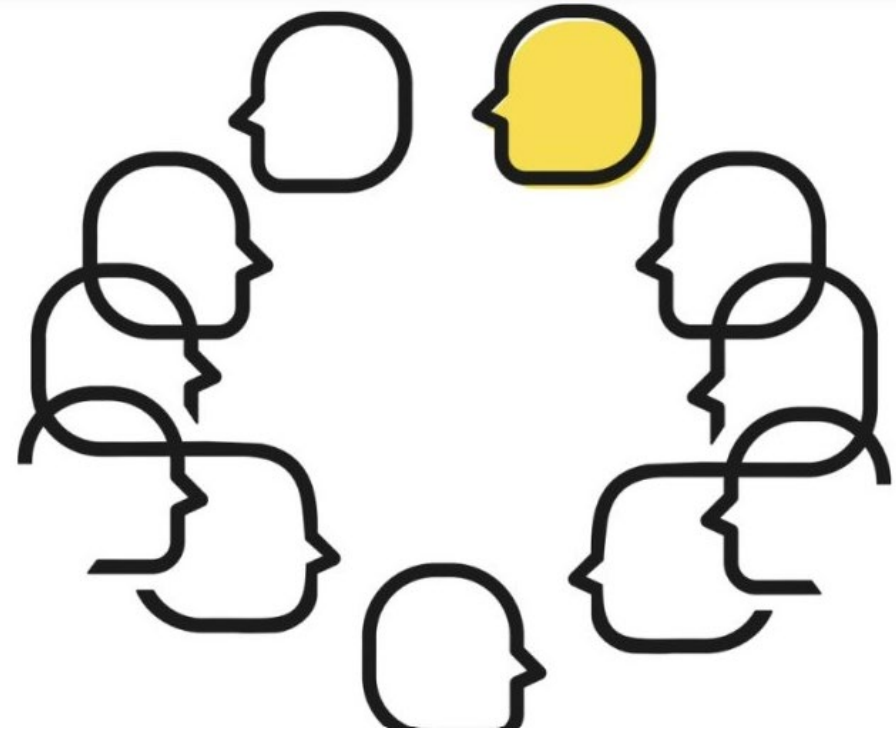
Pilottikoulutuksen lähteet 3/3

- Ng, K., Pohjavirta, A. & Pikkupeura-Riikilä, V. 2025. Toimintarajoitteisten lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen. Teoksessa Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2024. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2025.
- Ng, K., Pikkupeura, V., Lindeman, A. & Asunta, P. 2023. Toimintarajoitteisten lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen. Teoksessa Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2023.
- Monialaisuus perheiden liikuntaneuvonnassa. N.d. Liikuntaneuvonta. https://liikuntaneuvonta.fi/wp-content/uploads/sites/3/2024/04/Monialaisuus_perheiden_liikuntaneuvonnassa_20032024.pdf
- Reyes, M. 2025. Miten tukea nuoren mielenterveyttä harrastustoiminnassa? Teoksessa Joustava harrastus, jutteleva ohjaaja. Taideyliopisto.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. American Psychologist, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Tulokortti 2022. Lasten ja nuorten liikunta Suomessa. 2022. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 401. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Tuunanen, K & Koivuniemi, K. 2024. Perheiden liikuntaneuvonnasta tukea liikkuvampaan arkeen. Jamk Arena Pro. <https://arena.jamk.fi/fi/arena-pro/perheiden-liikuntaneuvonnasta-tukea-liikkuvampaan-arkeen/>
- Valtti-ohjelma. N.d. Paraurheilu.fi. Viitattu 19.8.2025. <https://www.paurheilu.fi/fi/33/valtti-ohjelma>
- Vammaispalvelujen käsikirja. 2025.



Ryhmäkeskustelu Erätauko-menetelmää hyödyntäen

- Keskustelumenetelmä, jossa pyritään aiheen syvempään ymmärtämiseen kaikkien ajatuksia kuunnellen
- Jakaudutaan kahteen ryhmään tauon aikana
- Pidetään kamerat mahdollisuuksien mukaan auki keskustelun ajan



[Mikä Erätauko? - Erätauko](#)



Euroopan unionin
osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

VALTTI⁺



Tauko, jatketaan klo 14.05



Euroopan unionin
osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

VALTTI⁺

Erätauko-keskustelu Toimintarajoitteisten lasten ja nuorten huomioimisesta perheiden liikuntaneuvonnassa

Kesto n. 40 min

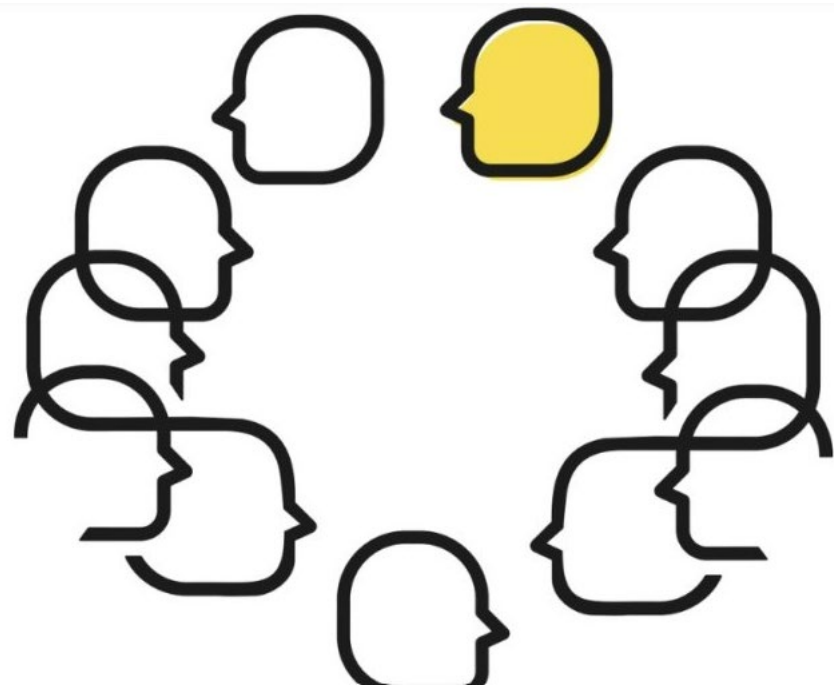


**Euroopan unionin
osarahoittama**

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

VALTTI⁺

Rakentavan keskustelun pelisäännöt



1 Kuuntelen muita ja keskityn

Kaikilla on mahdollisuus kertoa omia ajatuksiaan keskustelun aiheesta, mutta ei keskeytetä toisia. Jätetään kännykät sivuun. Keskustelun ohjaaja voi jakaa puheenvuoroja.

2 Kerron omia ajatuksiani ja kokemuksiani

Haluamme kuulla myös sinun ajatuksiasi keskustelun aiheesta. Sinulla ei tarvitse olla oikeita vastauksia. Voit jatkaa juttua siitä mihin edellinen lopetti.

3 Olen ystävällinen ja kunnioitan toisia

Kunnioitetaan erilaisia ihmisiä ja kokemuksia. Voimme pohtia asioita yhdessä ilman, että olemme samaa mieltä. Ei kerrota muiden asioita eteenpäin. Ei kiusata muita osallistujia.



Keskustelun nostoja



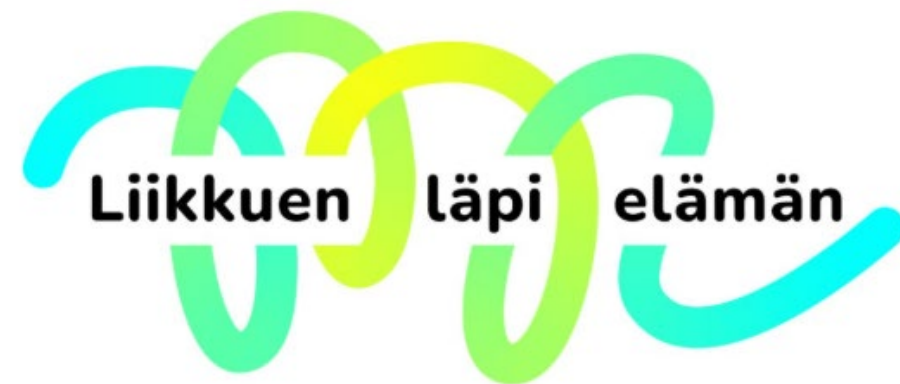
Euroopan unionin
osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

VALTTI⁺

Mitä tiedossa seuraavaksi

- Jatkoa webinaarisarjalle: Fyysisen aktiivisuuden mittaaminen toimintarajoitteisilla lapsilla ja nuorilla yhteistyössä [Falla2-hankkeen](#) kanssa (alkuvuosi -26)
- [Liikkuen läpi elämän -seminaari](#) 21.-22.4.2026: Toimintakulttuurin muutos liikkumista mahdollistavaksi (Valttiplus-hankkeen teema esillä ohjelmassa)
- [Soveltavan liikunnan päivät](#) 18.-19.8.2026: Osallisuus luo yhdenvertaisuutta (Valttiplus-hankkeen teema esillä ohjelmassa)



Seminaari järjestetään seuraavan kerran
21.-22.4.2026 Sibeliusallossa, Lahdessa.



Euroopan unionin
osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

VALTTI⁺

Palautekysely



Euroopan unionin
osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

VALTTI⁺

Kiitos kaikille osallistumisesta!



Euroopan unionin
osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

VALTTI⁺