

Liikunnallisen elämäntavan paikalliset kehittämishankkeet 2026

Hakemusvaiheen seuranta ja arviointi

Henni Syväoja, Elina Tarkiainen & Janne Haikari
Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Likes

Syksy 8/2026

Likes
by jamk

OPETUS- JA
KULTTUURIMINISTERIÖ

Sisältö

TAUSTA

Avustuskokonaisuuden tarkoitus ja painopisteet
Myönnetyt avustukset 2018–2026

AVUSTUSTIEDOT 2026

Myönnetyt avustukset 2026
Avustusten jakautuminen ilmoitettuihin painopisteisiin
Avustusten jakautuminen toiminnan kohderyhmien mukaan
Kohderyhmät ja painopisteet
Hankkeiden kustannusarviot
Kustannusarviot kohderyhmittäin
Hankkeiden osallistujatavoitteet

LIKKUVAT-TOIMINTA HANKKEISSA

Liikkuvat-toimintaan kohdistuvat hankkeet
Liikkuva aikuinen -hankkeet

Ikiliikkuja-hankkeet

Myönnetyt avustukset Ikiliikkuja-toimintaan
Ikiliikkuja-hankkeiden lukumäärä maakunnittain
Ikiliikkuja-hankkeiden talous ja osallistujatavoite
Ikiliikkuja-hankkeiden tavoitteet
Ikiliikkuja-hankkeiden toimenpiteet
Ikiliikkuja-hankkeiden yhteistyö
Ikiliikkuja-toiminnan keskeisiä hyviä käytäntöjä 1/2
Ikiliikkuja-toiminnan keskeisiä hyviä käytäntöjä 2/2
Vaikutusten arviointi Ikiliikkuja-hankkeissa

Sivu

3
4

5
6
7
8
9
10
11

12
13
14

15
16
17
18
19
20
21
22
23
24

Liikkuva perhe -hankkeet

Myönnetyt avustukset Liikkuva perhe -toimintaan
Liikkuva perhe -hankkeiden lukumäärä maakunnittain
Liikkuva perhe -hankkeiden talous ja osallistujatavoite
Liikkuva perhe -hankkeiden tavoitteet
Liikkuva perhe -hankkeiden toimenpiteet
Liikkuva perhe -hankkeiden yhteistyö
Liikkuva perhe -toiminnan menestystekijät 1/2
Liikkuva perhe -toiminnan menestystekijät 2/2
Vaikutusten arviointi Liikkuva perhe -hankkeissa

Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeet

Myönnetyt avustukset Liikkuva varhaiskasvatus -toimintaan
Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden lukumäärä maakunnittain
Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden talous ja osallistujatavoite
Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden tavoitteet
Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden toimenpiteet
Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden yhteistyö
Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnan menestystekijät 1/2
Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnan menestystekijät 2/2
Vaikutusten arviointi Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeissa

YHTEENVETO

SAMMANFATTNING

LISÄTIETOJA

Sivu

25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

35
36
37
38
39
40
41
42
43
44

45
47
48

Avustuskokonaisuuden tarkoitus ja painopisteet

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

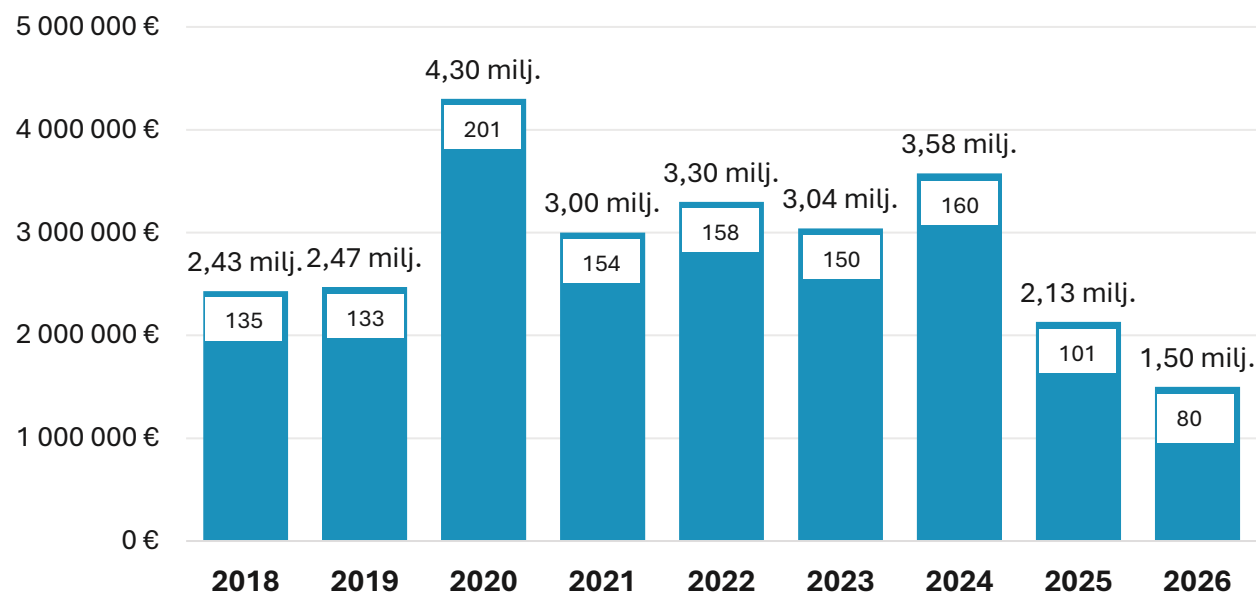
Avustuksen päätavoitteena on lisätä väestön liikuntaa ja fyysistä aktiivisuutta Suomessa koko elämänculussa, erityisesti vähän liikkuvien keskuudessa. Avustuksen avulla toimeenpannaan valtakunnallista liikkumisen edistämisen Liikkuvat-kokonaisuutta paikallisella tasolla.

Vuonna 2026 liikunnallisen elämäntavan paikallisten kehittämisavustusten pääpainopisteinä ovat Ikiliikkuja-toiminta ja Liikkuva perhe-toiminta. Avustusta on voinut hakea myös muihin kohderyhmiin ja sisältöalueisiin, kuten Liikkuvaan varhaiskasvatukseen, Liikkuvaan aikuiseen, soveltavaan liikuntaan tai luontoliikuntaan.

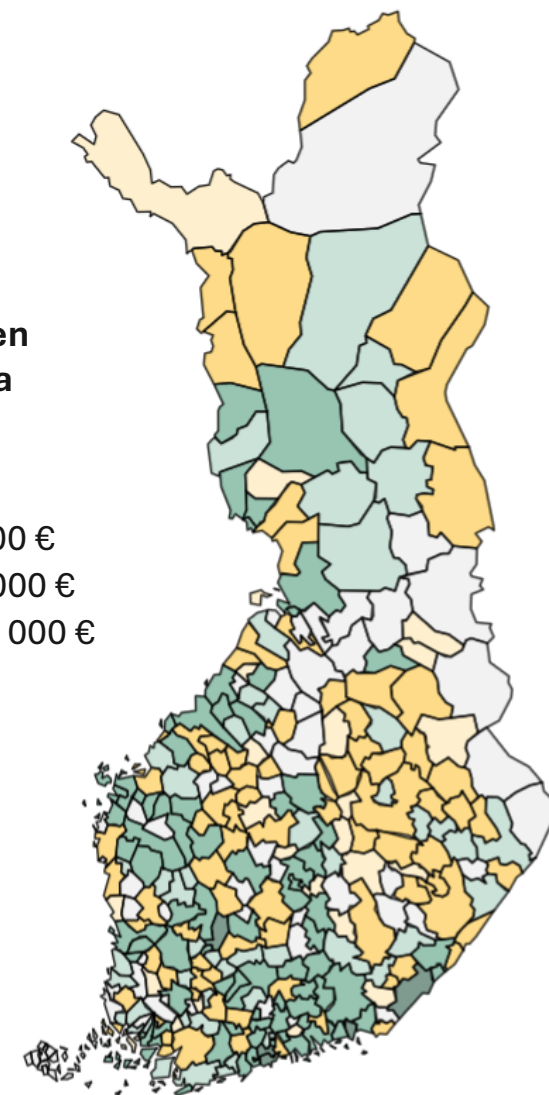
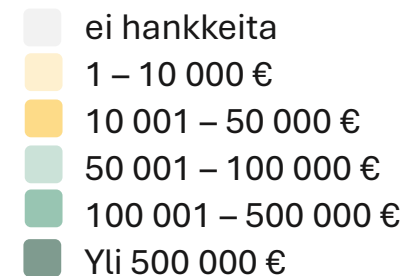
Opetus- ja kulttuuriministeriön toimeksiannosta paikallisten kehittämisavustusten seuranta ja arviointia toteuttaa Likes/Jamk. Tässä koonnissa esitetään seuranta- ja arviointituloksia toimintavuoden 2026 liikunnallisen elämäntavan paikallisista kehittämishankkeista. Sivulta 12 lähtien kuvataan Liikkuvat-toiminnan toteutumista hankkeissa. Koontihetkellä hankkeet ovat toteutusvaiheessa.

Myönnetyt avustukset 2018–2026

Liikunnallisen elämäntavan paikallisia kehittämisavustuksia on myönnetty vuosien 2018–2026 aikana **1 272 hankkeelle yhteensä 25,7 miljoonaa euroa**. Kaikkiaan 241 kunnalla on ollut liikunnallisen elämäntavan kehittämishanke.



Myönnetyt avustukset kunnittain vuosien 2018–2026 aikana



Myönnetyt avustukset 2026

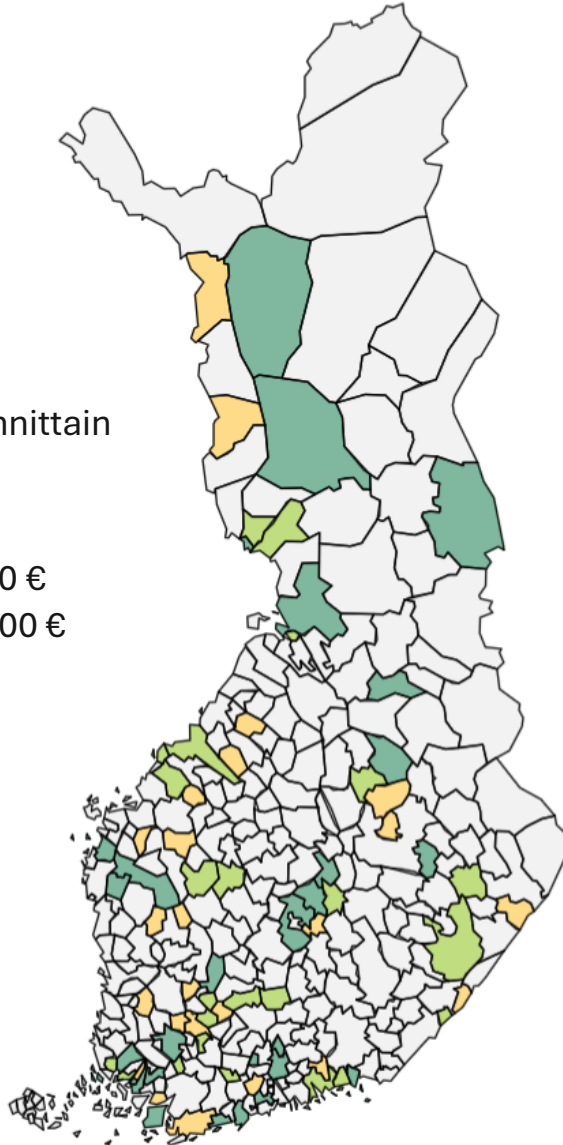
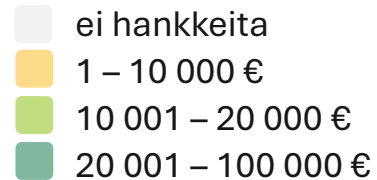
Vuosi
2026

Hankkeiden lukumäärä
80

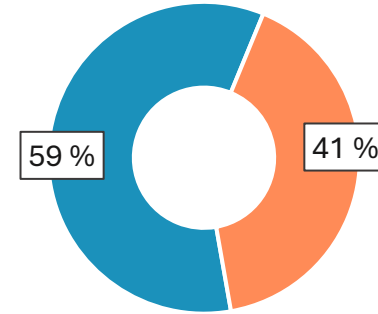
Kuntien lukumäärä
77

Myönnetty avustus
1 500 000 €

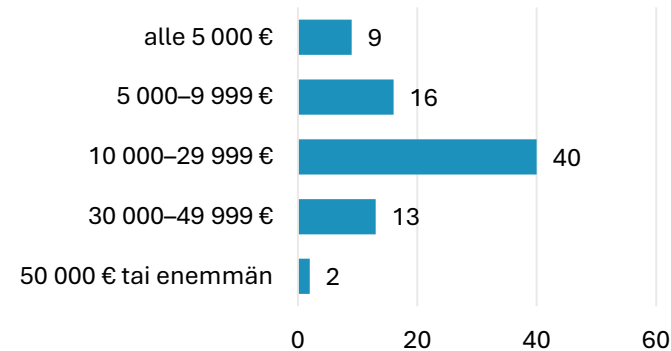
Myönnetty
avustusmäärä kunnittain



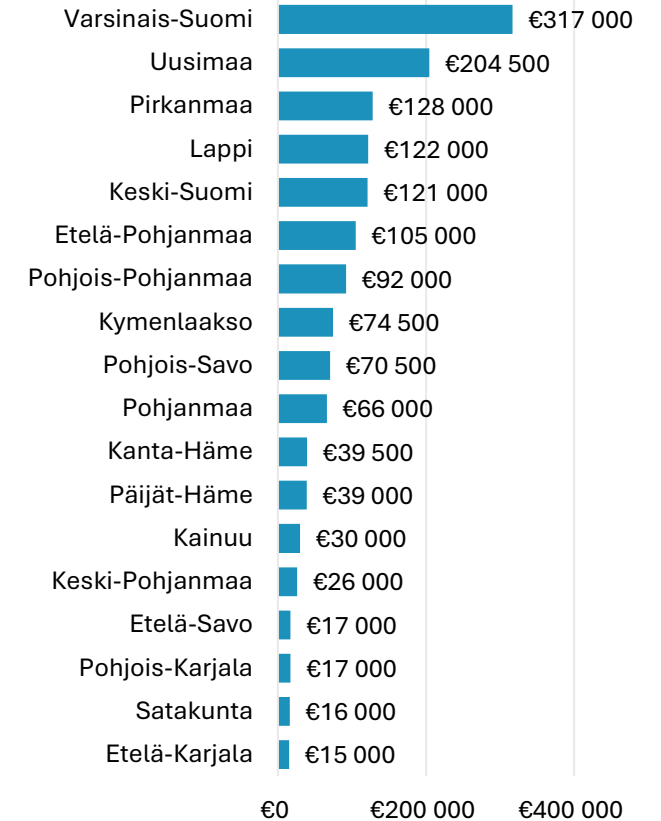
■ Jatkohanke ■ Uusi hanke



Hankkeiden lukumäärä myönnetyn
avustussumman mukaan



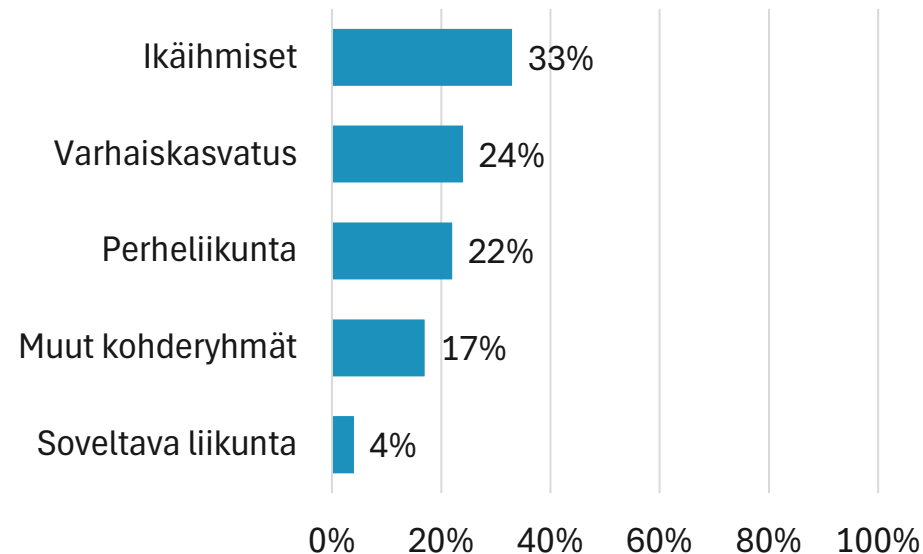
Myönnetty avustus maakunnittain



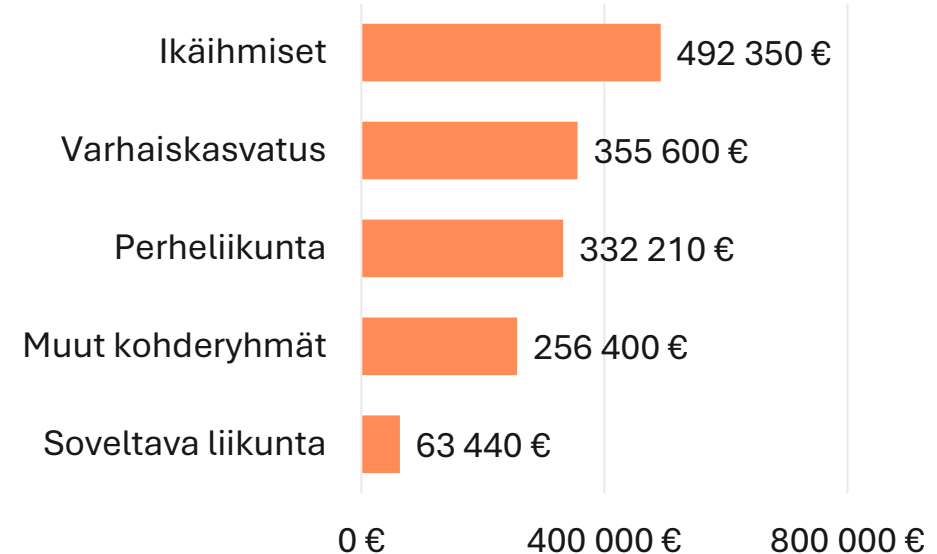
Avustusten jakautuminen ilmoitettuihin painopisteisiin

Avustusta hakiessaan hakijoiden tuli ilmoittaa hankkeen kohdistuminen avustuskokonaisuuden eri painopisteisiin prosenttiosuuksina.

Myönnettyjen avustusten jakautuminen eri painopisteisiin (%)



Myönnettyjen avustusten jakautuminen eri painopisteisiin (€)



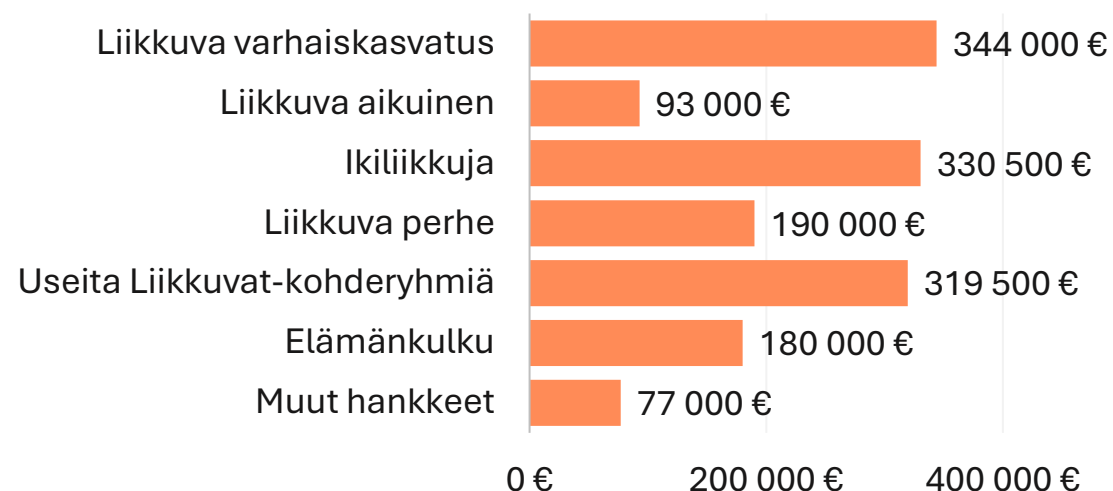
Avustusten jakautuminen toiminnan kohderyhmien mukaan

Toimintasuunnitelmien perusteella suurin osa hankkeista kohdistuu vuonna 2026 Liikkuvat-toimintaan (67 hanketta, 84 %)*. Yhdeksän hanketta kohdistuu kaiken ikäisiin kuntalaisiin (elämäнкulku) ja neljä hanketta muihin, pääasiassa lasten ja nuorten kohderyhmiin. Lähes kaikki useaa eri Liikkuvat-toimintaa toteuttavista hankkeista kohdistavat toimintaa ikäihmisille ja lisäksi muille ikäryhmille.

Hankkeiden lukumäärä pääasiallisen kohderyhmän mukaan



Myönnetty avustus (€) pääasiallisen kohderyhmän mukaan



*Hankkeiden kohderyhmät on määriteltä lukemalla ja arvioimalla hankkeiden toimintasuunnitelmia.

Kohderyhmät ja painopisteet 2026

Kohderyhmä	Painopiste	Hankkeiden lukumäärä	Myönnetty avustus
Liikkuva varhaiskasvatus		18	344 000
	Lapset ja perheet	15	261 000
	Lapset, perheet ja henkilöstö	3	83 000
Liikkuva aikuinen		5	93 000 €
	Liikkuva työelämä	3	77 000 €
	Muut työikäisten hankkeet	2	16 000 €
Ikiliikkuja		20	330 500 €
	+65-vuotiaat kotona asuvat, liian vähän liikkuvat	17	276 500 €
	Kotona asuvat, toimintakyvyltään heikentyneet ikäihmiset	3	54 000 €
Liikkuva perhe	Perheet ja perheliikunnan toimijat	12	190 000
Useita Liikkuvat-kohderyhmiä		12	319 500 €
	Liikkuva perhe ja Ikiliikkuja	4	90 500 €
	Liikkuva varhaiskasvatus ja Ikiliikkuja	1	73 000 €
	Liikkuva perhe, Liikkuva varhaiskasvatus ja Ikiliikkuja	2	41 000 €
	Liikkuva perhe, Liikkuva aikuinen ja Ikiliikkuja	1	23 000 €
	Liikkuva aikuinen ja Liikkuva varhaiskasvatus	1	9 000 €
	Liikkuvat-kokonaisuus	3	83 000 €
Elämäntulku	Kaikenikäiset kuntalaiset lapsista ikäihmisiin	9	180 000 €
Muut hankkeet		4	43 000 €
	Tanssi-interventio 13-18-vuotiaille	1	3 000 €
	16-20-vuotiaiden nuorten liikuntahanke	1	4 000 €
	Maahanmuuttajien liikuntahanke	1	27 000 €
	Soveltavan liikunnan hanke erityisryhmille	1	9 000 €
Kaikki		80	1 500 000 €

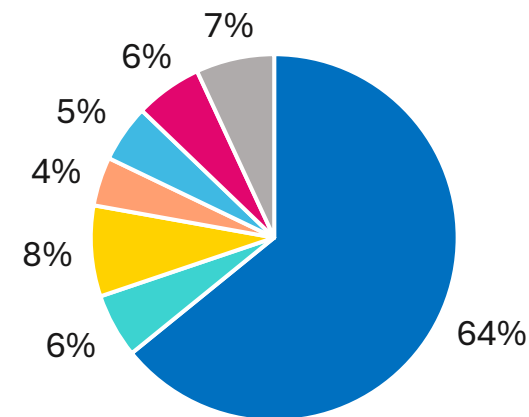
Hankkeiden kustannusarviot

Hankkeiden (n = 80) kokonaiskustannukset ovat yhteensä 3,1 miljoonaa euroa toimintavuonna 2026. Hankkeiden saama avustus (1,5 milj.€) kattaa lähes puolet (48 %) kokonaiskustannuksista. Avustusta sai hakea enintään 60 prosenttia hankkeen kokonaiskustannuksista.

Keskimäärin hankkeiden kokonaiskustannukset ovat 45 624 euroa ja keskimääräinen avustussumma on 21 106 euroa.

Avustusta haettiin eniten palkkoihin ja palkkioihin (64 %). Kohderyhmittäiset kustannusjakaumat esitetään seuraavalla sivulla.

- Palkat ja palkkiot
- Kurssit ja koulutukset
- Välinehankinnat
- Tapahtumat ja retket
- Matkat ja kuljetukset
- Muut vuokrat ja leasing
- Muut kustannukset

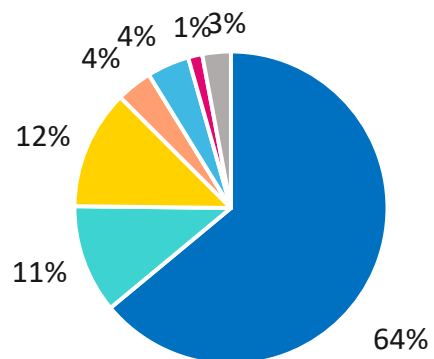


Kustannuslaji	Summa
Palkat ja palkkiot	2 050 828 €
Kurssit ja koulutukset	199 410 €
Välinehankinnat	228 045 €
Tapahtumat ja retket	161 662 €
Matkat ja kuljetukset	126 251 €
Muut vuokrat ja leasing	143 637 €
Muut kustannukset	209 690 €
Kokonaiskustannukset	3 119 523 €

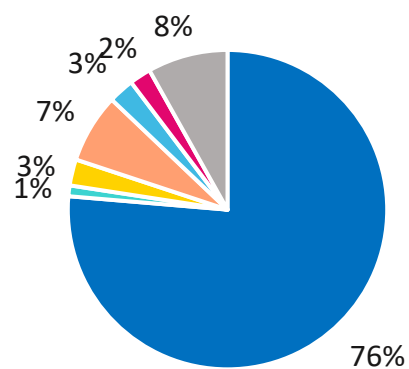
Kustannusarviot kohderyhmittäin

- Palkat ja palkkiot
- Kurssit ja koulutukset
- Välinehankinnat
- Tapahtumat ja retket
- Matkat ja kuljetukset
- Muut vuokrat ja leasing
- Muut kustannukset

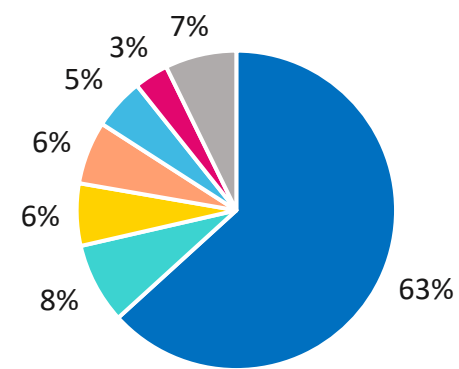
Liikkuva varhaiskasvatus (n = 18)



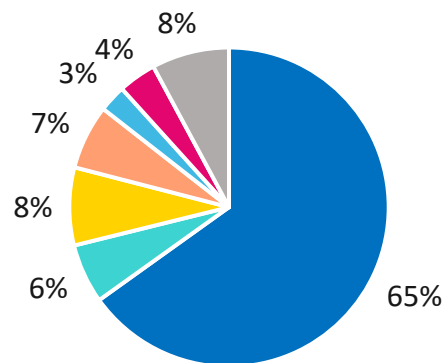
Liikkuva aikuinen (n= 5)



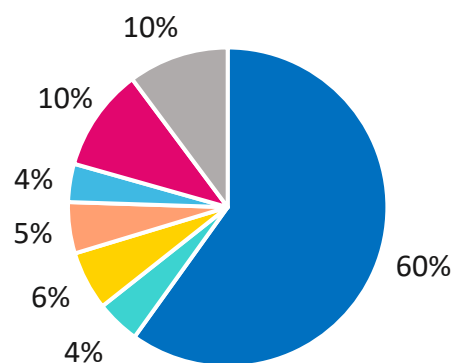
Ikiliikkuja (n = 20)



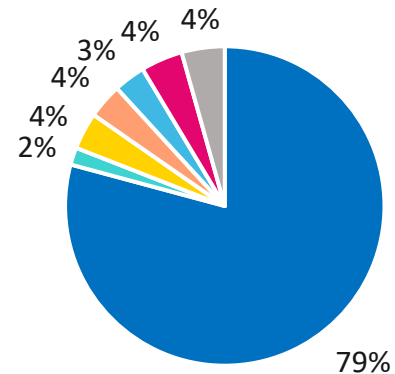
Liikkuva perhe (n = 12)



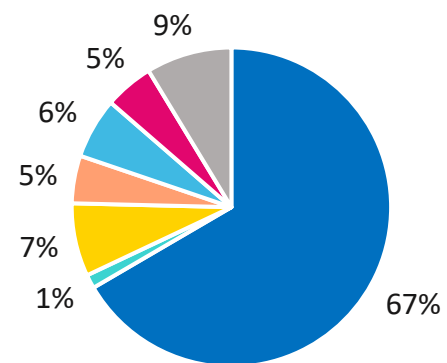
Useita Liikkuvat-kohderyhmiä (n= 12)



Elämänkulku (n = 9)



Muut hankkeet (n = 4)



Hankkeiden osallistujatavoitteet

Liikunnallisen elämäntavan paikalliset kehittämishankkeet (n=80) tavoittelevat vuonna 2026 yhteensä:

140 864 osallistujaa, joista:

76 618 (54 %) naisia

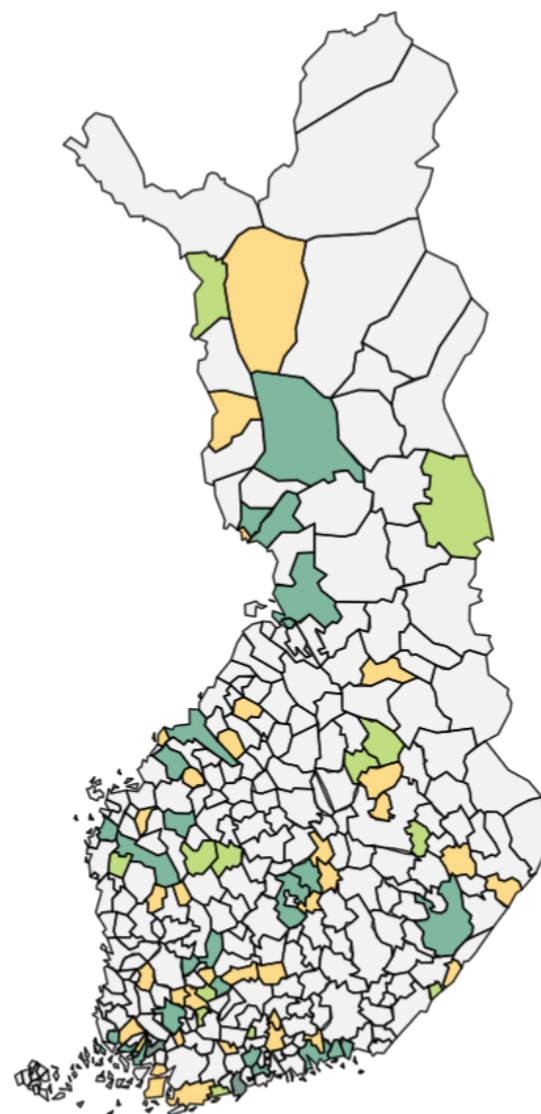
64 246 (46 %) miehiä

Osallistujia tavoitellaan keskimäärin:

1 761 osallistujaa/hanke

Hankkeiden saama avustuksen määrä on keskimäärin:

10,65 euroa/osallistuja



Liikunnallisen elämäntavan paikallisten kehittämishankkeiden (n=80) sijaintikunnat ja tavoiteltu osallistujamäärä

Osallistujien lukumäärä/hanke

- ei hankkeita
- 1 – 500
- 501 – 1 000
- 1 001 – 10 000
- 10 001 – 30 000

Liikkuvat-toiminta hankkeissa



Liikkuvat-toimintaan kohdistuvat hankkeet

Hankkeista 67 (84 %) kohdistui vuonna 2026 Liikkuvat-toimintaan. Avustuksen hakijat ilmoittivat hankkeen kohderyhmät prosenttiosuuksina ennalta määritellyissä kategorioissa (varhaiskasvatus, ikäihmiset, perheliikunta, soveltava liikunta, muu). Muu kohderyhmä -kohdassa yhteensä 22 hakijaa ilmoitti työikäisten tai Liikkuva aikuinen -toiminnan olevan yksi hankkeen kohderyhmistä (5–100 % hankkeesta). Näistä hankkeista viidessä Liikkuva aikuinen -toiminta oli hankkeen päätavoite.



Toimintasuunnitelman perusteella hankkeista kohdistuu varhaiskasvatukseen:

- pääosin: 18 hanketta
- osittain: 14 hanketta

Hakijan ilmoittamana hankkeista kohdistuu varhaiskasvatukseen	Hankkeiden lukumäärä
---	----------------------

100 %	6
-------	---

50–99 %	11
---------	----

1–49 %	15
--------	----

Hankkeita yhteensä	32
---------------------------	-----------



Toimintasuunnitelman perusteella hankkeista kohdistuu perheliikuntaan:

- pääosin: 12 hanketta
- osittain: 32 hanketta

Hakijan ilmoittamana hankkeista kohdistuu perheliikuntaan	Hankkeiden lukumäärä
---	----------------------

100 %	5
-------	---

50–99 %	14
---------	----

1–49 %	25
--------	----

Hankkeita yhteensä	44
---------------------------	-----------



Toimintasuunnitelman perusteella hankkeista kohdistuu ikäihmisiin:

- pääosin: 20 hanketta
- osittain: 23 hanketta

Hakijan ilmoittamana hankkeista kohdistuu ikäihmisiin	Hankkeiden lukumäärä
---	----------------------

100 %	15
-------	----

50–99 %	9
---------	---

1–49 %	19
--------	----

Hankkeita yhteensä	43
---------------------------	-----------

Liikkuva aikuinen -hankkeet

**LIKKUVA
AIKUINEN**

Vuonna 2026 pääosin Liikkuva aikuinen -toimintaan kohdentuu viisi hanketta, joista jatkohankkeita on kolme ja uusia hankkeita kaksi. Hankkeille myönnettiin avustusta yhteensä 93 000 euroa.

Liikkuva aikuinen -hankkeiden kohdentuminen:

Työyhteisöhankeet

- | | |
|---|-------|
| • Kunnan henkilöstö | 2 kpl |
| • Varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen henkilöstö | 1 kpl |

Muut työikäisten hankkeet

- | | |
|-----------------------------|-------|
| • 40-59-vuotiaat naiset | 1 kpl |
| • 18-64-vuotiaat työikäiset | 1 kpl |

Työyhteisöhankeet (n=3)

Työyhteisöhankeista kaksi kohdentuu kunnan henkilöstölle ja yksi hanke varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen henkilöstölle. Työyhteisöhankeissa tavoitteena on ylläpitää henkilöstön terveyttä, hyvinvointia ja työkykyä edistämällä liikunnallista elämäntapaa. Hankkeissa järjestetään liikuntaryhmiä, lajikokeiluja, koulutusta, kunto- ja hyvinvointimittauksia, työpajoja, tapahtumia, kampanjoita ja liikuntahaasteita. Yleisimmät yhteistyötahot ovat urheiluseurat ja yksityiset palveluntarjoajat.

Muut työikäisten hankkeet (n=2)

Muista työikäisten hankkeista yksi kohdentuu 18-64-vuotiaille työikäisille ja yksi hanke 40-59-vuotiaille naisille. Hankkeissa edistetään kohderyhmien liikkumista tarjoamalla matalan kynnyksen liikuntamahdollisuuksia. Toisessa hankkeessa liikuntatoimintaa tarjotaan myös kohdennetusti yrityksille. Yhteistyötahoina ovat yksityiset palveluntarjoajat, yritykset, oppilaitokset, liikunnan aluejärjestöt ja urheiluseurat.

Likes
by jamk

Ikiliikkuja-hankkeet

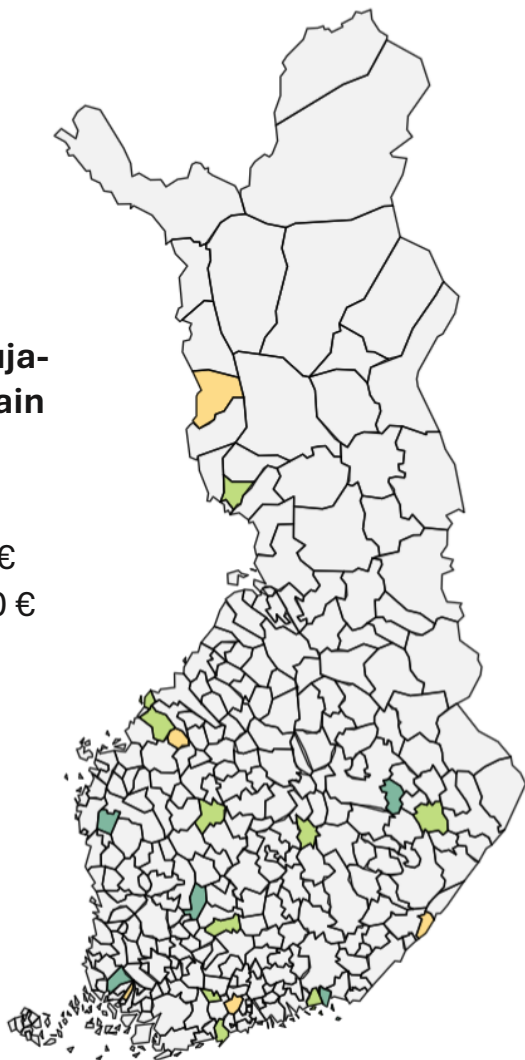


IKI-
LIKKUJA

Myönnetyt avustukset Ikiliikkuja-toimintaan

Myönnetyt avustukset Ikiliikkuja- toimintaan kunnittain

- ei hankkeita
- 1 – 10 000 €
- 10 001 – 20 000 €
- 20 001 – 100 000 €



20

Ikiliikkuja-hankkeiden
lukumäärä

330 500 €

Myönnetty avustus Ikiliikkuja-
hankkeille

43

Kaikkien osittainkin ikäihmisiin
kohdistuvien hankkeiden
lukumäärä

492 350 €

Ikäihmisiin kohdistuvan
avustuksen osuus myönnetystä
kokonaisavustuksesta

Ikiliikkuja-avustusten kohderyhmänä ovat terveytensä kannalta liian vähän liikkuvat yli 65-vuotiaat. Tavoitteena on, että kohderyhmän osallisuus, fyysinen aktiivisuus ja liikunta lisääntyvät ja tätä kautta mahdollisuudet toimintakykyiseen vanhenemiseen vahvistuvat.



Ikiliikkuja-toimintaan kohdistuu yhteensä 20 hanketta, jotka ovat saaneet kokonaisuudessaan 330 500 euroa avustusta.



Ikäihmisiin osittain tai kokonaan kohdistuu vuonna 2026 yhteensä 43 hanketta, mukaan lukien Ikiliikkuja-hankkeet.

Ilmoitettujen kohderyhmäprosenttien perusteella ikäihmisten kohderyhmään kohdistuu 33 prosenttia myönnetyistä avustuksista, yhteensä 492 350 euroa.

iki-
LIKKUJA

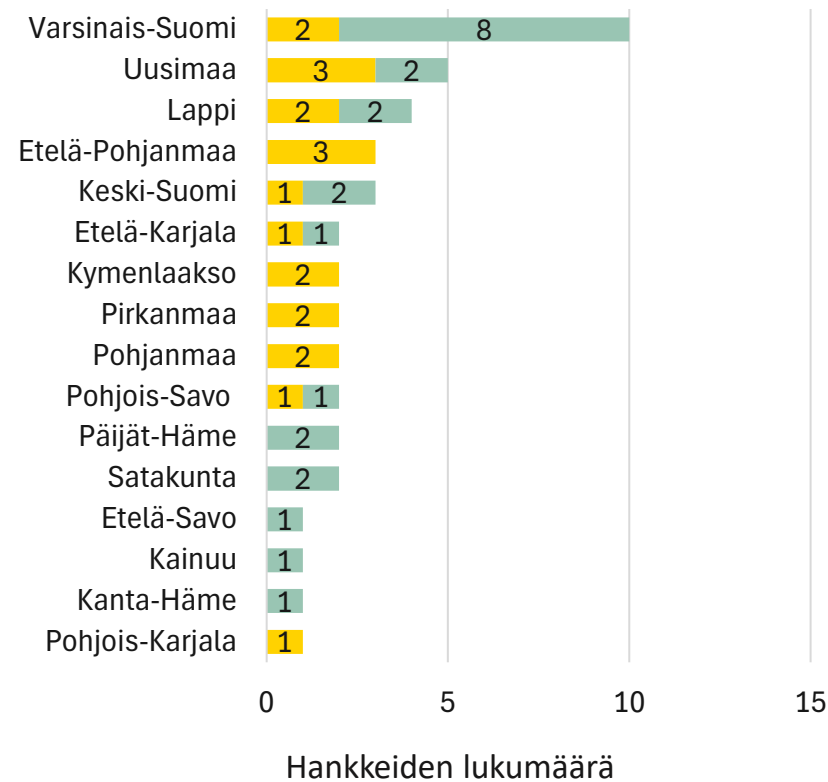
Likes
by jamk

Ikiliikkuja-hankkeiden lukumäärä maakunnittain

Ikiliikkuja-hankkeita on eniten Uudenmaan ja Etelä-Pohjanmaan maakunnissa. Hankkeita, joissa ikäihmiset ovat yhtenä kohderyhmänä on selvästi eniten Varsinais-Suomessa.

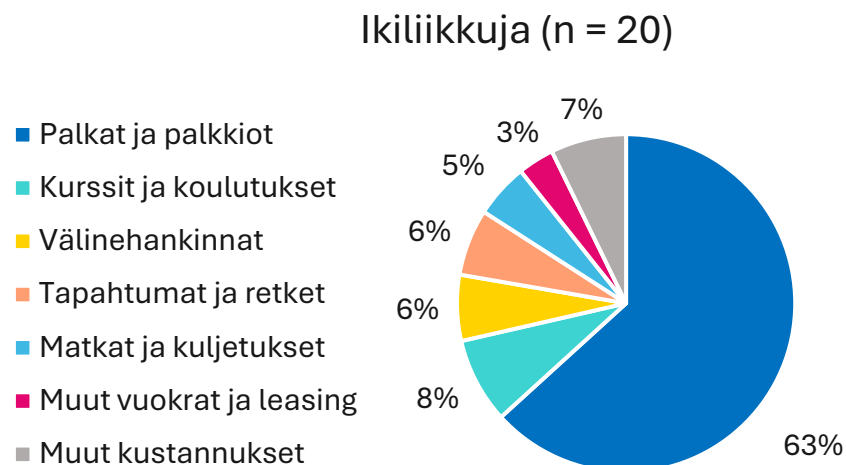
- Ikiliikkuja -hanke
- Muu hanke, jossa ikäihmiset on yhtenä kohderyhmänä

Ikäihmisten kohderyhmään pääasiallisesti tai osittain kohdistuvat hankkeet maakunnittain



Ikiliikkuja-hankkeiden talous ja osallistujatavoite

Ikiliikkuja-hankkeiden kokonaiskustannuksiksi on budjetoitu 686 445 euroa. Avustuksia hankkeille myönnettiin 330 500 euroa (48 % hankkeiden kustannuksista). Avustusta voitiin myöntää enintään puolet hankkeen kokonaiskustannuksista. Suurin osa (63 %) kustannuksista kuluu hankkeissa palkkoihin ja palkkioihin.



Ikiliikkuja-hankkeisiin tavoitellaan yhteensä 20 603 osallistujaa, josta naisia 55 %. Enimmillään yksi hanke tavoittelee 7 574 osallistujaa (kaikki kunnan ikäihmiset) ja vähimmillään 30 osallistujaa (kotona asuvat, liian vähän liikkuvat ja yksinäiset ikäihmiset).

Osallistujatavoite	Lukumäärä Ikiliikkuja-hankkeissa (n = 20)
Osallistujat yhteensä	20 603
- Naiset	11 418
- Miehet	9 185

Ikiliikkuja-hankkeiden tavoitteet

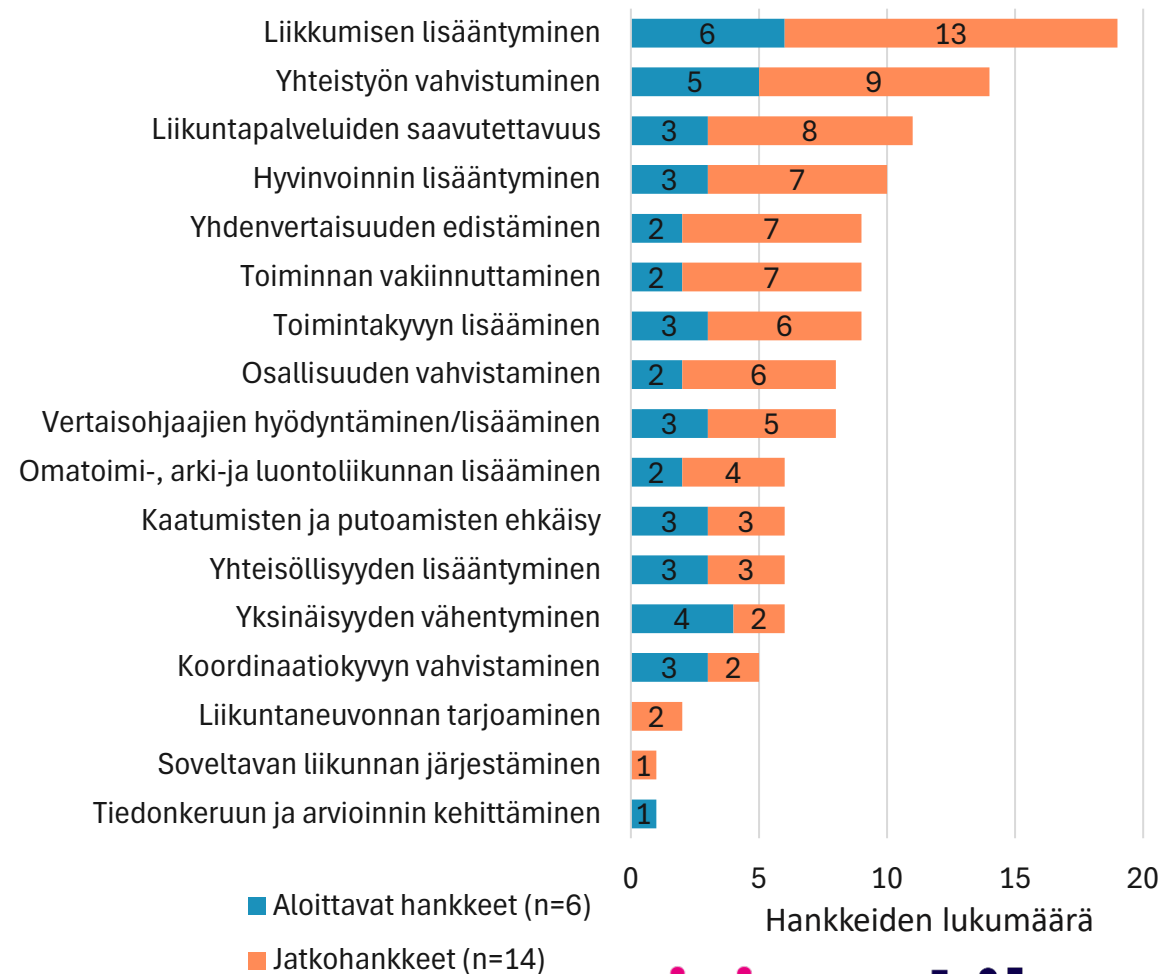
Ikiliikkuja-hankkeiden yleisin tavoite on kohderyhmän liikkumisen ja liikkumismahdollisuuksien lisääminen. Myös yhteistyön vahvistuminen ja liikuntapalveluiden saavutettavuuden parantuminen ovat keskeisiä tavoitteita.

Ikiliikkuja-hankkeissa järjestetään liikuntapalveluja lähellä ikäihmisten asuinpaikkoja, jotta osallistuminen olisi mahdollisimman helppoa. Vertaisohjaajat auttavat toiminnan järjestämisessä myös haja-asutusalueilla. Vertaisohjaajatoiminta on tärkeää toiminnan vakiinnuttamisessa. Jatkohankkeista puolella on tavoitteena toiminnan vakiinnuttaminen.

Osallistujien näkökulmasta keskeisiä tavoitteita ovat ikäihmisten hyvinvoinnin ja toimintakyvyn vahvistaminen.

Ikiliikkuja-hankkeista lähes puolella on tavoitteena yhdenvertaisuuden edistäminen, joka tarkoittaa esimerkiksi ikäihmisten toimintarajoitteiden, sairauksien ja sosiaalisen aseman huomioimista toiminnan järjestämisessä.

Ikiliikkuja-hankkeiden (n=20) tavoitteet



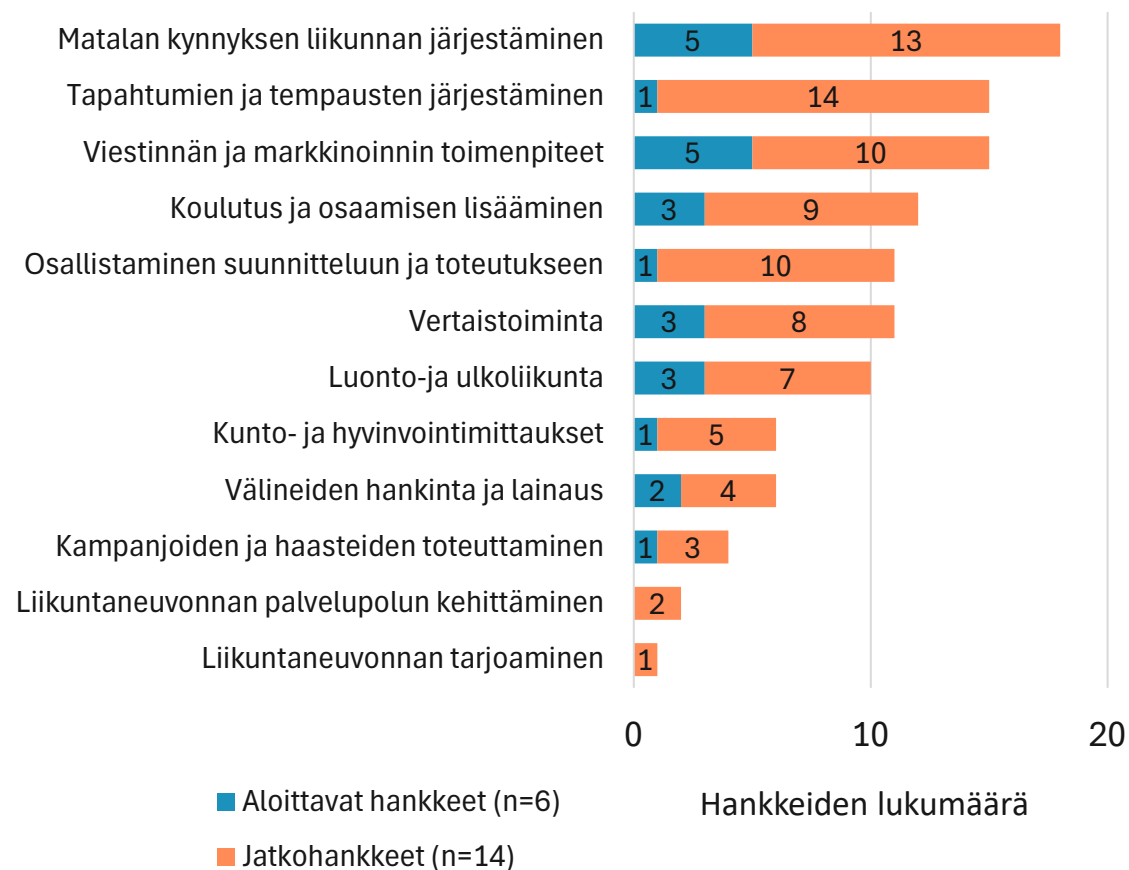
Ikiliikkuja-hankkeiden toimenpiteet

Ikiliikkuja-hankkeiden yleisin toimenpide on matalan kynnyksen liikunnan, kuten liikuntaryhmien ja lajikokeilujen järjestäminen. Yleisimmin ikäihmisille tarjotaan jumppaa, voima- ja tasapainoharjoittelua, vesiliikuntaa ja ulkoilua. Myös tapahtumien ja tempausten järjestäminen on yleistä, ja jatkohankkeista kaikki aikovat toteuttaa niitä.

Hankkeista 60 % aikoo lisätä osaamista koulutuksilla ja yleisimmin koulutukset ovat vertaisohjaajakoulutuksia. Luontoliikunnan mahdollisuuksia hyödyntää puolet hankkeista. Viestinnän ja markkinoinnin toimenpiteet ovat keskeisiä hankkeen onnistumisen kannalta.

Jatkohankkeissa pohditaan aloittavia hankkeita enemmän kohderyhmän osallistamista toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen. Kohderyhmän toiveita kartoitetaan kyselyillä ja lisäksi järjestetään muun muassa liikuntaraateja ja -foorumeja.

Ikiliikkuja-hankkeiden (n=20) toimenpiteet



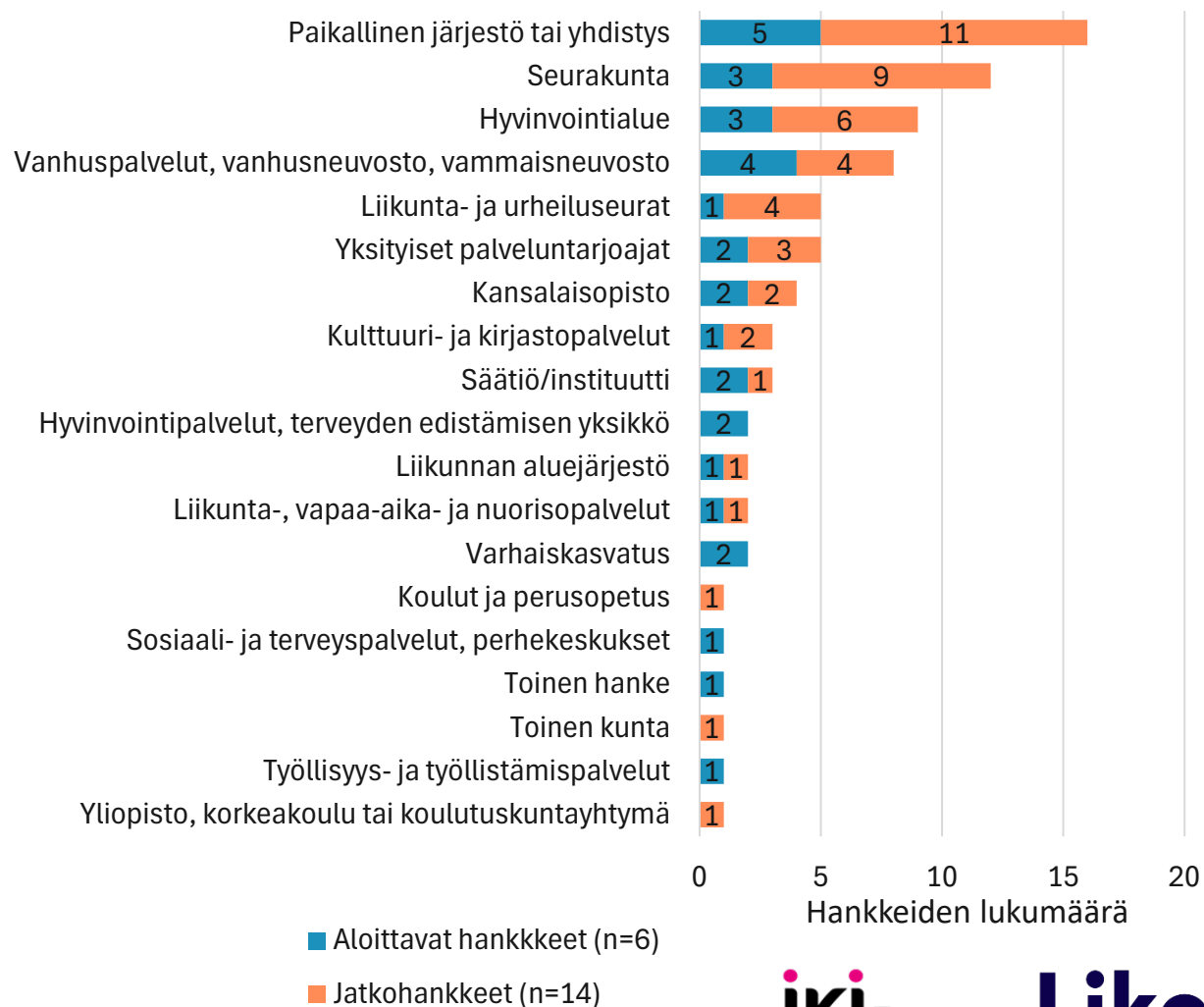
Ikiliikkuja-hankkeiden yhteistyö

Ikiliikkuja-hankkeiden yleisimpiä yhteistyökumppaneita ovat paikalliset järjestöt ja yhdistykset. Yli puolet hankkeista tekee yhteistyötä seurakunnan kanssa. Muita yleisiä yhteistyötahoja ovat hyvinvointialue ja vanhuspalvelut.

Hankkeissa tehdään yhteistyötä muun muassa vertais- ja ulkoiluystävätoiminnan, tapahtumien, retkien, liikuntaryhmien ja koulutusten järjestämisessä sekä toiminnan markkinoinnissa.

Ikiliikkuja-hankkeilla on keskimäärin viisi yhteistyökumppania. Yhteistyötahojen määrä hakemuskvaiheessa on suuntaa antava tieto. Yhteistyötahot tarkentuvat ja lisääntyvät usein hankkeen edetessä.

Ikiliikkuja-hankkeiden (n=20) yhteistyötahot



Ikiliikkuja-toiminnan keskeisiä hyviä käytäntöjä 1/2

Ikiliikkuja-hankkeiden onnistuneelle toteutukselle on määritetty yhdeksän keskeistä hyvää käytäntöä. Avustusta hakevia on ohjattu hyvien käytäntöjen huomiointiin hankkeen suunnittelussa ja toteutuksessa. Hyvät käytännöt löytyvät Ikiliikkuja-hakuliitteestä avustuksen hakuilmoituksen yhteydestä [OKM 2026](#).

Liikuntatoiminnan sisältöjä

- **Vertaistuen mahdollisuudet liikkumiseen motivoitumisessa:** Toimintasuunnitelman mukaan 55 % hankkeista sisältää vertaisliikuntaa.
- **Voima- ja tasapainoharjoittelu:** Voima- ja tasapainoharjoittelua aikoo toteuttaa 55 % hankkeista.
- **Ulkoliikunta:** Hankkeista puolet (50 %) sisältää ulko- ja luontoliikuntaa esimerkiksi ulkoiluystävätoimintaa, kulttuurikävelyjä, puistojumppaa, penkkilenkkejä ja retkiä.
- **Etäohjattu liikunta:** Neljäsosa (25 %) hankkeista aikoo järjestää etäohjattua liikuntaa.

Ikiliikkuja-toiminnan keskeisiä hyviä käytäntöjä 2/2

Yhteistyö ja osallisuus

- **Toimintakulttuurin muutos:** Poikkisektorista yhteistyötä tarvitaan, jotta iäkkäiden ohjautuminen heille sopivien palveluiden pariin paranee. Hankkeista 70 % tavoitteena on eri tahojen välisen yhteistyön vahvistaminen. Hankkeilla on keskimäärin viisi yhteistyökumppania.
- **Iäkkäiden kuuleminen:** Hankkeista 55 % aikoo osallistaa ikäihmisiä toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen esimerkiksi liikuntaraatien avulla.
- **Perheet toiminnan tukena:** Hankkeista 15 % aikoo hyödyntää perheitä toiminnan tukena.
- **Yhdenvertaisuus ja sukupuolten tasa-arvo:** Hieman alle puolella hankkeista (45 %) tavoitteena on ikäihmisten yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon edistäminen.

Osaamisen vahvistaminen

- Hankkeista 60 % aikoo kehittää ikäihmisten parissa toimivien ammattilaisten ja/tai vertaisohjaajien osaamista koulutuksilla.

Vaikutusten arviointi Ikiliikkuja-hankkeissa

Ikiliikkuja-hankkeet arvioivat toimintaansa yleisimmin tilastoimalla liikuntatoiminnan, koulutusten ja tapahtumien lukumääriä sekä osallistujamääriä, keräämällä osallistujapalautetta, kartoittamalla liikkumisen lisääntymistä asiakkaiden oma-arvioilla sekä seuraamalla osallistujien toimintakykyä mittauksilla. Esimerkiksi kaatumisten, tapaturmien ja palvelutarpeen kehitystä seurataan pitkällä aikavälillä yhteistyössä hyvinvointialueen toimijoiden kanssa. Hankkeen ohjausryhmä arvioi säännöllisesti toimintojen vaikuttavuutta ja kehittämistarpeita.

Toimintaa kehitetään yhdessä eri toimijoiden ja kuntalaisten kanssa muun muassa liikuntaraadin avulla. Hankkeen tuotoksia tehdään näkyväksi kuntalaisille, jotta toiminta koetaan merkitykselliseksi. Hankkeen toiminnan vakiinnuttamiseksi tuloksista raportoidaan esimerkiksi sivistystoimen johtoryhmälle, sivistyslautakunnalle, hyvinvointivaliokunnalle, kunnanvaltuustolle, vanhusneuvostolle sekä poikkihallinnolliselle liikunnan edistämisen työryhmälle.

Esimerkkejä toiminnan vakiintumisesta:

”Kolmannen sektorin ja vapaaehtoisten kanssa luotu yhteistyömalli mahdollistaa toiminnan jatkumisen laajasti eri puolilla kuntaa.”

”Hankkeen aikana luodut käytännöt jäävät kunnan käyttöön, ja näin hanke vaikuttaa pysyvästi ikäihmisten hyvinvointiin, toimintakykyyn ja osallisuuteen.”

”Hankkeen jälkeen tavoitteena on, että keskeiset liikuntaryhmät ja toimintamallit jatkuvat kunnan omana toimintana hyvinvointitoimialan talousarvion puitteissa.”

”Hankkeen seurantatietoja ja kokemuksia hyödynnetään kunnan hyvinvointisuunnitelman ja ikäihmisten liikuntapalvelujen jatkokehittämisessä.”

Liikkuva perhe -hankkeet

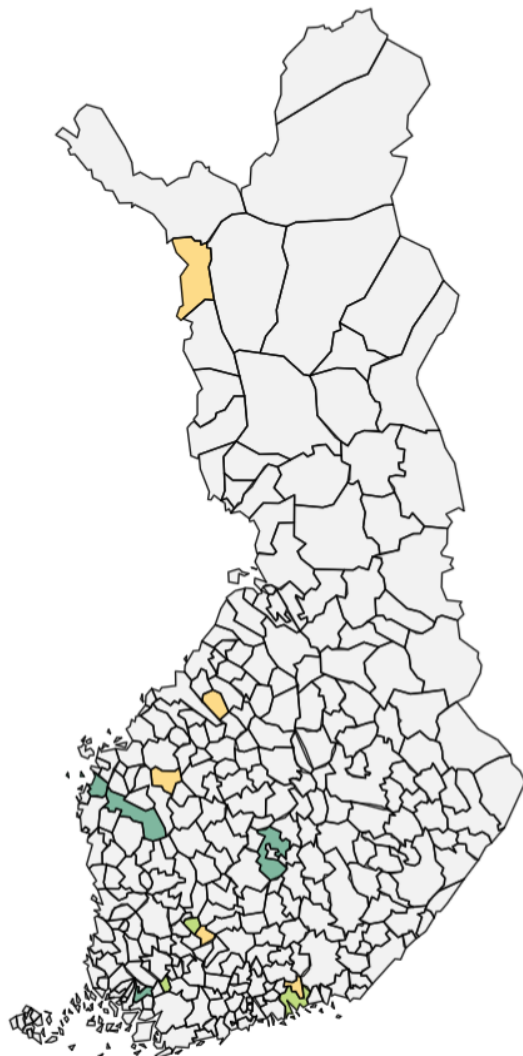


**LIIKKUVA
PERHE**

Myönnetyt avustukset Liikkuva perhe -toimintaan

Myönnetyt avustukset Liikkuva perhe -toimintaan kunnittain

- ei hankkeita
- 1 – 10 000 €
- 10 001 – 20 000 €
- 20 001 – 100 000 €



12

Liikkuva perhe
-hankkeiden lukumäärä

190 000 €

Myönnetty avustus Liikkuva
perhe -hankkeille

44

Kaikkien osittainkin perheisiin
kohdistuvien hankkeiden
lukumäärä

332 210 €

Perheiden osuus myönnetystä
kokonaisavustuksesta

Liikkuva perhe -hankkeissa edistetään perheiden mahdollisuuksia liikkua arjessaan. Tavoitteena on kehittää liikunnallista elämäntapaa sekä perheliikuntaa tukevia toimintatapoja perheiden eri toimintaympäristöissä.

Liikkuva perhe -toimintaan kohdistuu yhteensä 12 hanketta, jotka ovat saaneet kokonaisuudessaan 190 000 euroa avustusta.

Perheisiin osittain tai kokonaan kohdistuu vuonna 2026 yhteensä 44 hanketta, mukaan lukien Liikkuva perhe -hankkeet. Ilmoitettujen kohderyhmäprosenttien perusteella perheiden kohderyhmään kohdistuu 22 prosenttia myönnetyistä avustuksista, yhteensä 332 210 euroa.



LIKKUVA
PERHE

Likes
by jamk

Liikkuva perhe -hankkeiden lukumäärä maakunnittain

Liikkuva perhe -hankkeita on eniten Varsinais-Suomen, Uusimaan, Etelä-Pohjanmaan sekä Pirkanmaan maakunnissa. Hankkeita, joissa perheet ovat yhtenä kohderyhmänä on selvästi eniten Varsinais-Suomessa.

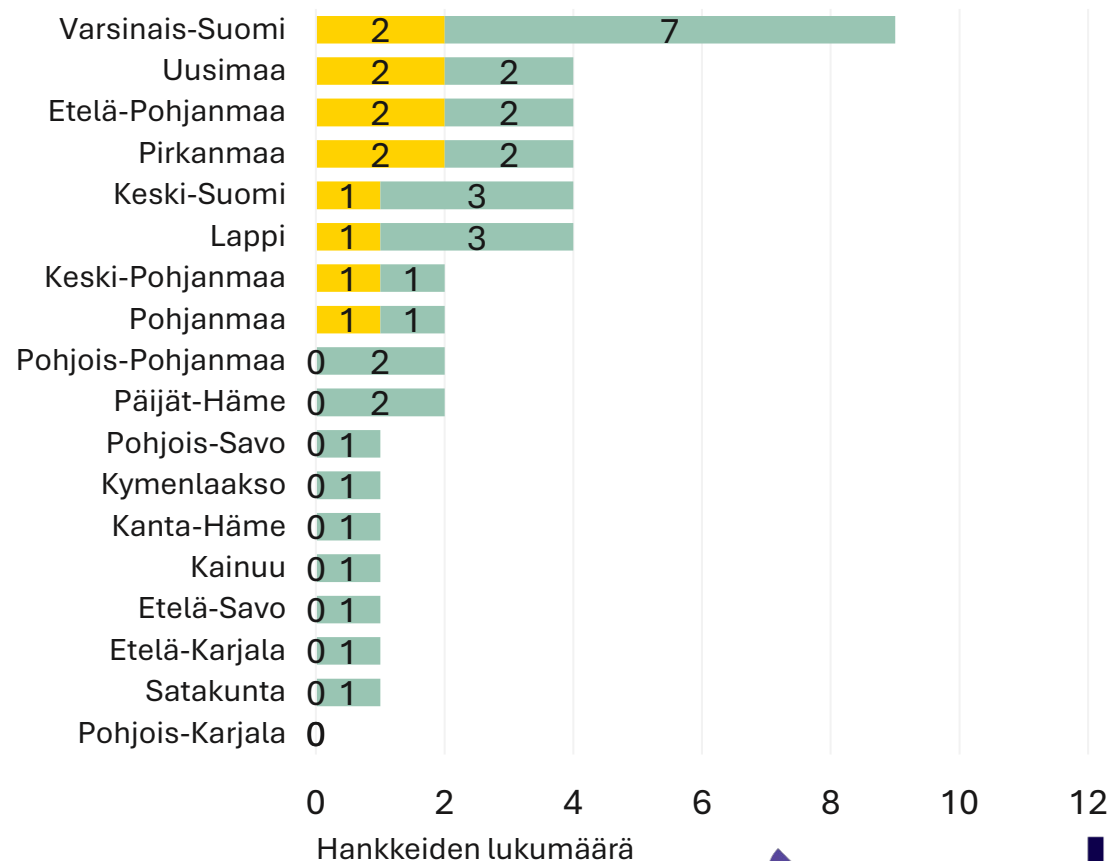


Liikkuva perhe -hanke



Muu hanke, jossa perhe on yhtenä kohderyhmänä

Perheiden kohderyhmään pääasiallisesti tai osittain kohdistuvat hankkeet maakunnittain



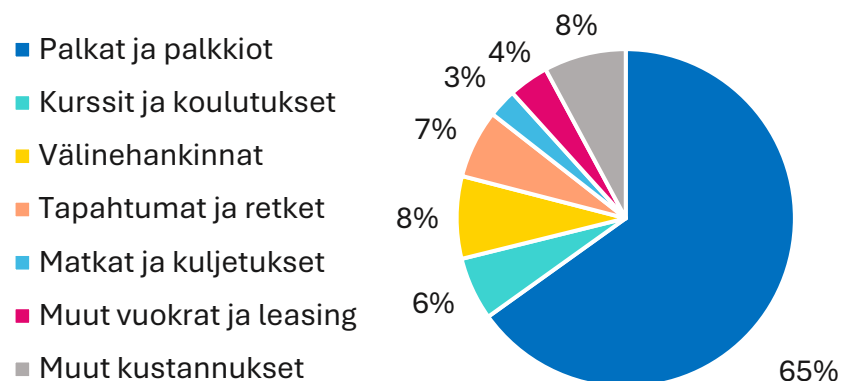
LIKKUVA
PERHE

Likes
by jamk

Liikkuva perhe -hankkeiden talous ja osallistujatavoite

Liikkuva perhe -hankkeiden kokonaiskustannuksiksi on budjetoitu 392 315 euroa. Hankkeille myönnettiin avustuksia yhteensä 190 000 euroa (48 % hankkeiden kustannuksista). Avustuksen määrä oli enintään puolet hankkeen kokonaiskustannuksista. Hankkeiden kustannuksista valtaosa (65 %) kohdistuu palkkoihin ja palkkioihin.

Liikkuva varhaiskasvatus (n = 12)



Liikkuva perhe -hankkeiden tavoiteltu osallistujamäärä on yhteensä 41 230 osallistujaa, joista hieman yli puolet (51 %) on naisia. Yksittäisten hankkeiden tavoiteltu osallistujamäärä on pienimmillään 60 ja suurimmillaan 20 000 osallistujaa.

Osallistujatavoite	Lukumäärä Liikkuva perhe – hankkeissa (n = 12)
Osallistujat yhteensä	41 230
- Naiset	20 870
- Miehet	20 360

Liikkuva perhe -hankkeiden tavoitteet

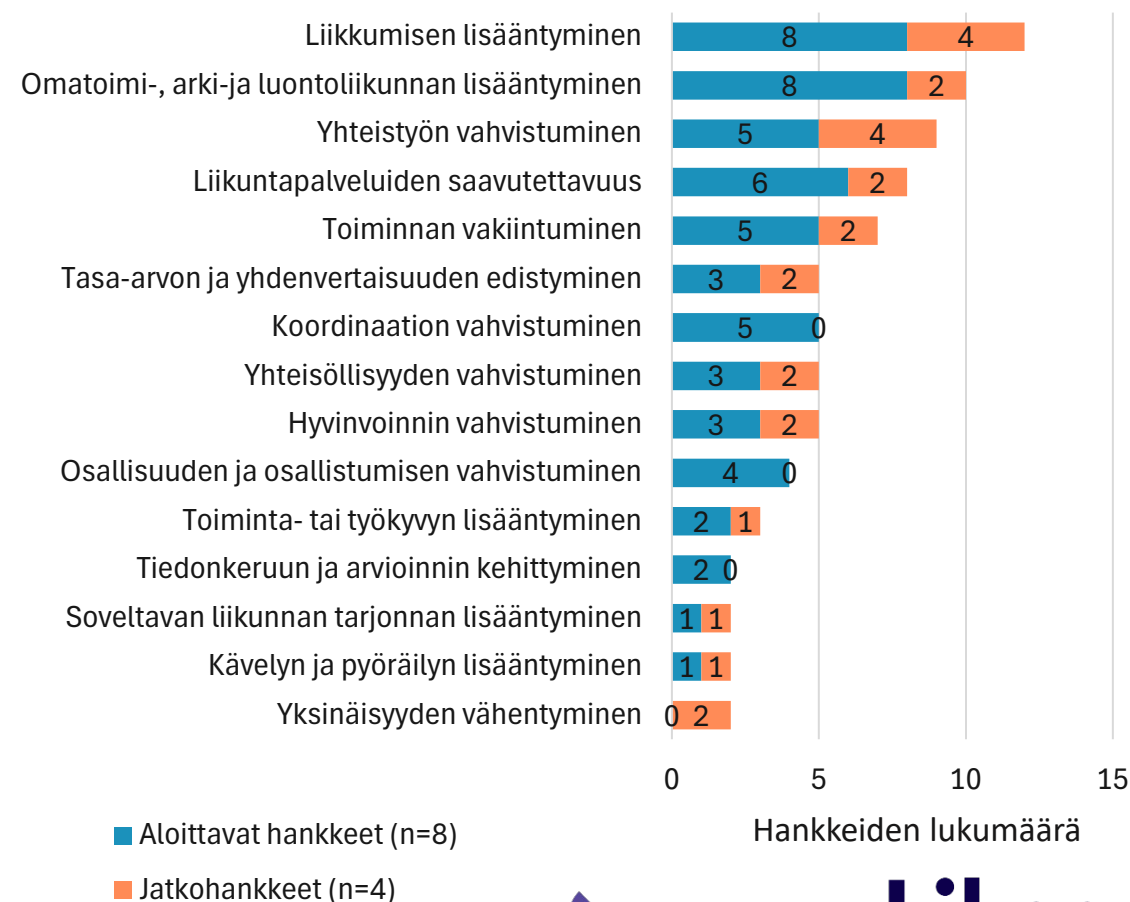
Liikkumisen lisääntyminen nousee esiin tavoitteena kaikissa hankkeissa. Tavoitteena on vahvistaa perheiden yhteistä liikkumista matalan kynnyksen toiminnan avulla.

Omatoimi-, arki- ja luontoliikunnan lisääntyminen on tavoitteena lähes kaikissa hankkeissa (83 %). Usein hankkeissa pyritään luomaan edellytyksiä aktiiviselle arjelle ja omatoimiselle liikunnalle. Omatoimiseen liikkumiseen kannustaminen pitää sisällään muun muassa tiedottamisen lähialueen luontokohteista, välinelainaamoiden ylläpidon, liikkumiskampanjat sekä uimahallikäyntien tukemisen.

Yhteistyön vahvistuminen asetetaan tavoitteeksi yhdeksässä hankkeessa (75 %). Yhteistyötä tehdään muun muassa paikallisten yhdistysten, seurojen ja liikuntapalveluiden kanssa. Yhteistyö mahdollistaa tapahtumien, lajikokeilujen ja ohjatun perheliikunnan järjestämisen. Osa hankkeista rakentaa palveluketjuja perheiden liikunnallisen elämäntavan edistämiseksi.

Aloittavien hankkeiden tavoitteissa korostuvat koordinaation kehittäminen sekä osallisuuden ja osallistumisen vahvistaminen.

Liikkuva perhe -hankkeiden (n = 12) tavoitteet



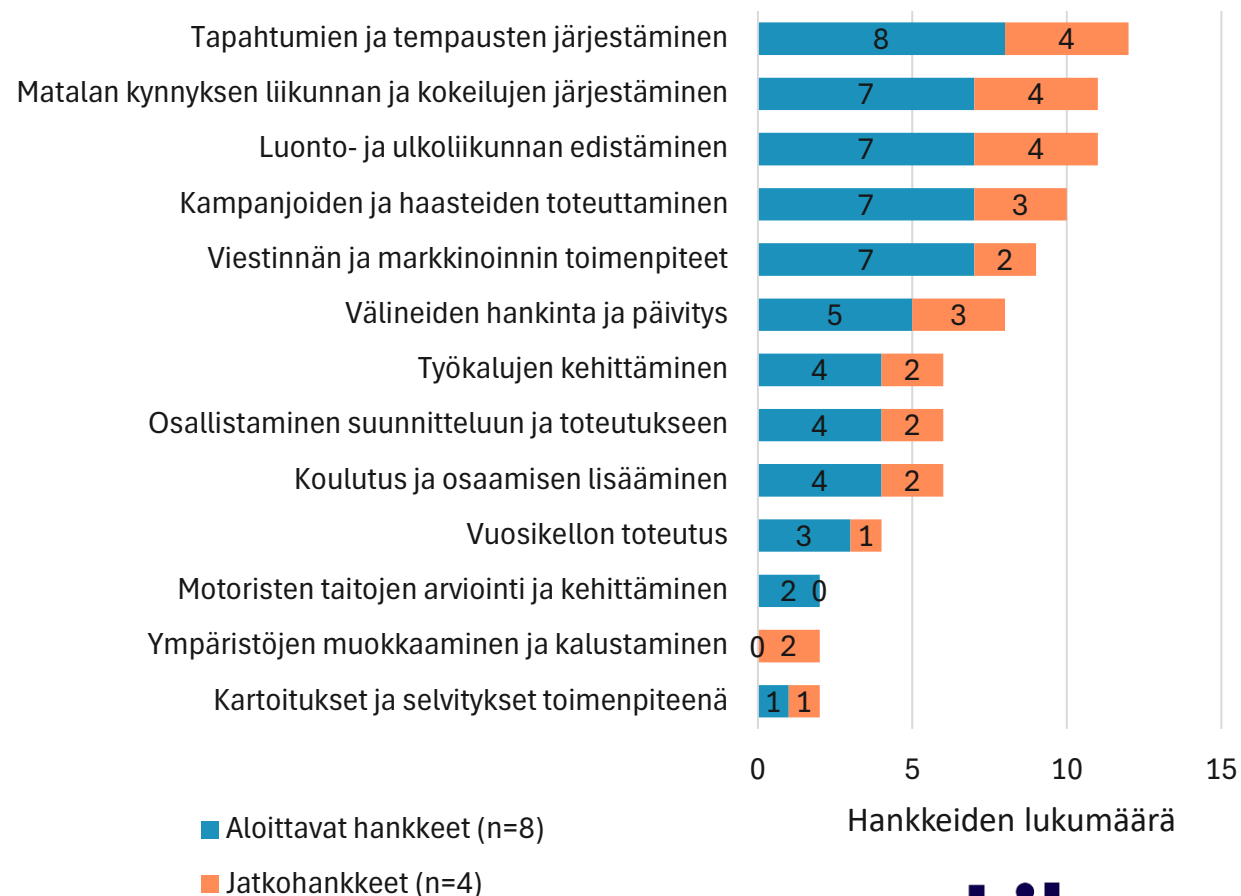
Liikkuva perhe -hankkeiden toimenpiteet

Tapahtumien ja tempausten järjestäminen tuodaan toimenpiteenä esiin kaikissa hankkeissa. Perheille järjestetään monipuolista toimintaa, kuten koko perheen liikuntapäiviä, tutustumiskäyntejä uusiin luontoreitteihin ja liikuntapaikkoihin sekä erilaisia retkiä.

Matalan kynnyksen liikuntaa ja kokeiluja järjestetään lähes kaikissa hankkeissa (92 %). Toimintaan kuuluu muun muassa matalan kynnyksen liikuntaryhmiä, lajikokeiluja ja höntsäpelejä. Perheliikuntavuoroja pilotoidaan liikuntasaleissa. Matalan kynnyksen toiminta on pääosin maksutonta.

Luonto- ja ulkoliikunnan edistäminen sisältyy lähes kaikkien hankkeiden toimenpiteisiin (92%). Toimintaa toteutetaan esimerkiksi luontokohteisiin sijoitettujen seikkailutehtävien ja tehtäväpolkujen avulla. Piha-alueita ja leikkipuistoja hyödynnetään omatoimisen perheliikunnan edistämiseksi. Lisäksi järjestetään ohjattuja luontoretkiä, ja yhdessä hankkeessa rakennetaan paikallisten toimijoiden kanssa yhteisöllinen luontopolku.

Liikkuva perhe -hankkeiden (n = 12) toimenpiteet



LIIKKUVA
PERHE

Likes
by jamk

Liikkuva perhe -hankkeiden yhteistyö

Yhteistyön vahvistaminen nousee esiin yhtenä hankkeiden keskeisimmistä tavoitteista. Hankkeet raportoivat tekevänsä yhteistyötä keskimäärin neljän eri tahon kanssa.

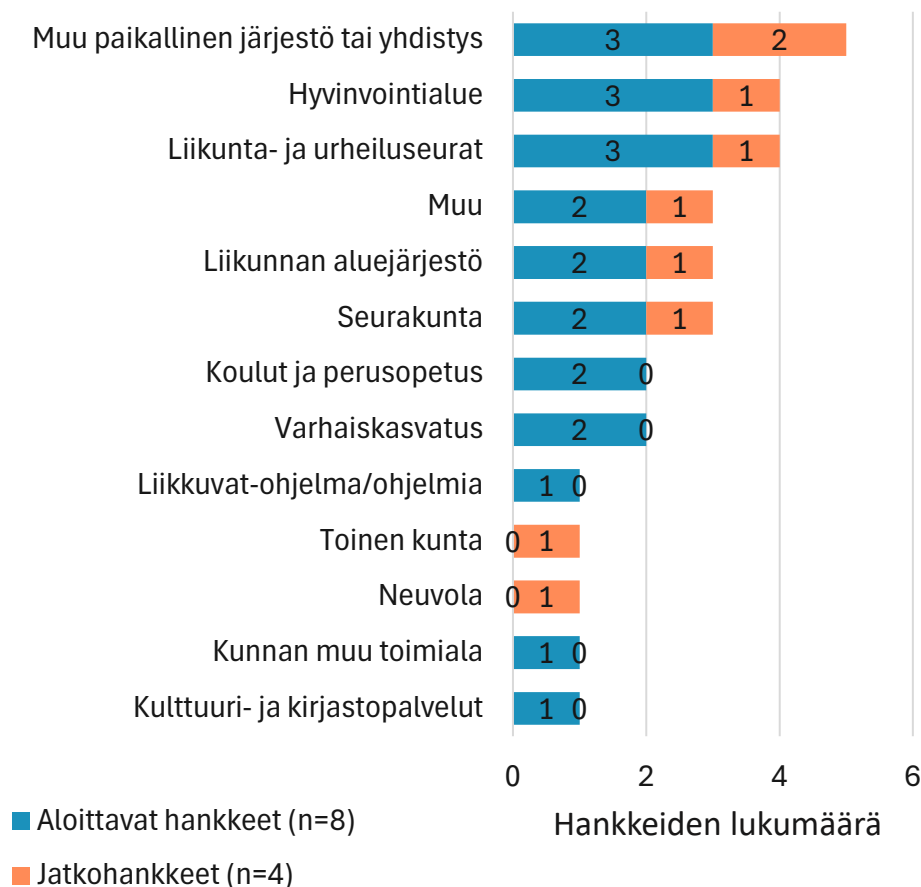
Paikalliset järjestöt ja yhdistykset ovat yleisimpiä yhteistyötahoja hankkeissa (42 %). Paikalliset järjestöt ja yhdistykset ovat mukana esimerkiksi tapahtumien toteuttamisessa. Lisäksi yhdistykset ovat usein osa perheliikuntaverkostoa.

Hyvinvointialue on yhteistyötaho neljässä hankkeessa (33 %). Yhteistyö painottuu paikalliseen verkostotyöhön, sekä lisäksi osassa hankkeista hyvinvointialue on mukana liikuntaneuvonnan kehittämisessä.

Liikunta- ja urheiluseurojen kanssa tehdään yhteistyötä neljässä hankkeessa (33%). Seurat osallistuvat erilaisten toimintapisteiden ja lajikokeilujen järjestämiseen. Lisäksi yhdessä hankkeessa paikallinen liikuntaseura toteuttaa motoriikkapainotteisen liikuntaryhmän, jonka tavoitteena on tukea lasten motoristen taitojen kehittymistä.

Hakemusvaiheessa yhteistyötahot ovat vielä alustavia, ja hankkeiden edetessä yhteistyötahot voivat tarkentua ja laajentua.

Liikkuva perhe –hankkeiden (n = 12) yhteistyö



LIKKUVA
PERHE

Likes
by jamk

Liikkuva perhe -toiminnan menestystekijät 1/2

Liikkuva perhe -hankkeiden onnistumisia kuvataan viiden menestystekijän avulla. Avustusta hakevia ohjattiin huomioimaan menestystekijät hankkeiden suunnittelussa ja toteutuksessa. Menestystekijät löytyvät Liikkuva perhe -hakuliitteestä avustuksen hakuilmoituksen yhteydestä [OKM 2026](#).

Menestystekijöiden näkyminen hankesuunnitelmissa

1) Toiminnan organisoinnin kehittäminen

Hankkeita koordinoi usein hankekoordinaattori, joka vastaa hankkeiden etenemisestä. Yhteistyön vahvistaminen on tavoitteena yhdeksässä hankkeessa. Yhteistyötä tehdään yleisimmin paikallisten järjestöjen ja yhdistysten, hyvinvointialueen sekä liikunta- ja urheiluseurojen kanssa. Toimintaa pyritään vakiinnuttamaan seitsemässä hankkeessa, mutta hankesuunnitelmissa kuvataan harvoin, miten toiminta saadaan osaksi kunnan strategiaa tai hyvinvointisuunnitelmaa. Perheitä osallistetaan toimenpiteiden suunnitteluun puolessa hankkeista.

2) Osaamisen sekä tietoisuuden lisääminen

Viestinnän ja markkinoinnin toimenpiteet nousevat esiin suuressa osassa hankkeista (75 %). Osaamisen vahvistaminen on tavoitteena puolessa hankkeista, joissa koulutuksia kohdennetaan muun muassa perheille, varhaiskasvatuksen henkilöstölle ja neuvolan terveydenhoitajille. Liikkumisen puheeksi ottaminen nousee esiin muutamissa hankkeissa, joissa kehitetään sitä tukevia työkaluja ja toimintamalleja.



**LIKKUVA
PERHE**

Likes
by jamk

Liikkuva perhe -toiminnan menestystekijät 2/2

Menestystekijöiden näkyminen hankesuunnitelmissa

3) Huoltajien kanssa tehtävän yhteistyön edistäminen

Hankkeiden tavoitteena on lisätä omatoimista liikuntaa. Tietoa liikkumisesta ja liikuntapalveluista jaetaan kouluissa muun muassa koulujen infopisteiden ja Wilman kautta. Perheille suunnattujen tapahtumia ja tempauksien järjestäminen on yleistä. Toiminnallisia vanhempainiltoja ei juuri kuvata hankkeissa. Yksi hanke tuo esiin, että vasu-keskusteluita voisi hyödyntää liikkumisen puheeksi ottamisen paikkoina.

4) Toiminnan kehittäminen

Omatoimista liikuntaa pyritään lisäämään hankkeissa matalankynnyksen liikunnalla ja lajikokeilujen järjestämisellä. Lisäksi järjestetään kampanjoita sekä hankitaan liikuntavälineitä. Luontoliikunnan järjestäminen on yleinen toimenpide hankkeissa ja perheiden yhteiseen liikkumiseen kannustetaan esimerkiksi luontokohteisiin sijoitetuilla seikkailutehtävillä. Osa hankkeista järjestää perheille ja isovanhemmille suunnattua ohjattua toimintaa ja tapahtumia. Aktiivisiin kulkutapoihin kiinnitetään hankkeissa vain vähän huomiota.

5) Sukupuolten tasa-arvo ja yhdenvertaisuus

Yhdenvertaisuuden edistäminen nousee hankkeissa esiin matalan kynnyksen liikunnan tarjoamisena ja toiminnan maksuttomuutena. Liikuntapalveluiden saavutettavuuden edistäminen on tavoitteena kahdeksassa hankkeessa. Tasa-arvon edistämiseen kohdistuvia toimenpiteitä ei juuri tuoda esiin.



**LIIKKUVA
PERHE**

Likes
by jamk

Vaikutusten arviointi Liikkuva perhe -hankkeissa

Hankkeissa kuvataan, että hankkeiden toteutumista seurataan **ohjaus- tai projektiryhmissä**. Ryhmät kokoontuivat säännöllisesti suunnittelemaan, seuraamaan ja arvioimaan hankkeen toimintaa.

Lähes kaikissa hankkeissa kerätään palautetta toiminnasta **erilaisten kyselyiden** avulla. Osallistujilta kartoitetaan kokemuksia tapahtumista ja ohjatusta toiminnasta. Lisäksi suullista palautetta kerätään järjestettyjen toimintojen yhteydessä.

Hankkeissa on yleistä seurata ja arvioida toimintaa **määrällisen tiedon avulla**. Määrällistä tietoa kerätään muun muassa tapahtumien, osallistujien, kampanjoiden, tuotettujen materiaalien ja yhteistyötapaamisten määristä.

Muutamissa hankkeissa toiminnan pidemmän aikavälin vaikutuksia arvioidaan paikallisten **Move!-mittausten** ja **Kouluterveyskyselyn** tulosten avulla.

Vakiintumista edistävinä keinoina hankkeissa kuvataan liikkumisen vuosikellon säilyttäminen, yhteistyön ylläpitäminen sekä perheliikunnan viestinnän ja tapahtumien yhteiskehittämisen jatkaminen. Lisäksi perheliikuntavuorojen toimintamalli pyritään vakiinnuttamaan osaksi liikuntahallin viikonloppuvuoroja ja koululaisten loma-aikoja.



LIKKUVA
PERHE

Likes
by jamk

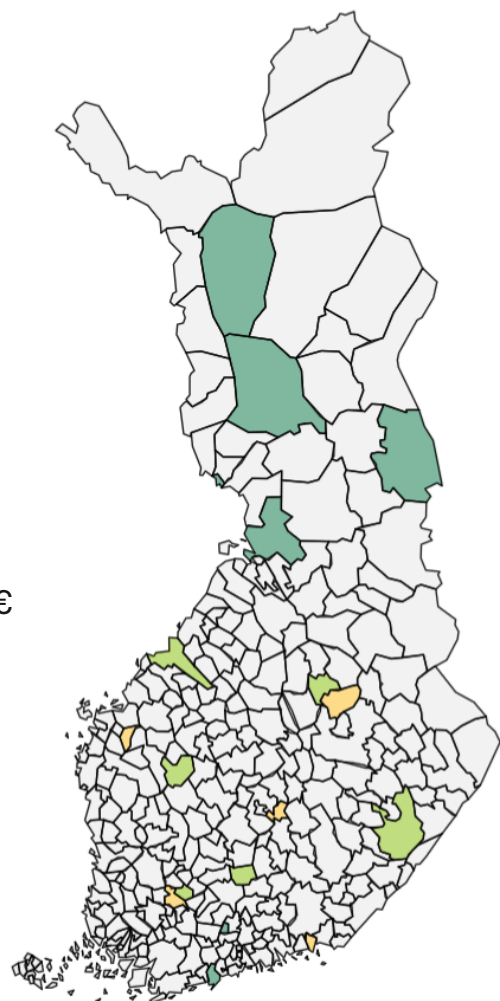
Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeet



Myönnetyt avustukset Liikkuva varhaiskasvatus -toimintaan

Myönnetyt avustukset Liikkuva varhaiskasvatus - toimintaan kunnittain

- ei hankkeita
- 1 – 10 000 €
- 10 001 – 20 000 €
- 20 001 – 100 000 €



18

Liikkuva varhaiskasvatus
-hankkeiden lukumäärä

344 000 €

Myönnetty avustus Liikkuva
varhaiskasvatus -hankkeille

32

Kaikkien osittainkin
varhaiskasvatukseen kohdistuvien
hankkeiden lukumäärä

355 600 €

Varhaiskasvatuksen osuus
myönnetystä
kokonaisavustuksesta

Liikkuva varhaiskasvatus -avustuksilla tuetaan liikunnallisen toimintakulttuurin kehittymistä varhaiskasvatuksessa. Tavoitteena on, että varhaiskasvatus mahdollistaa lapsen liikkumisen vähintään kaksi tuntia päivässä, mikä kattaa noin 2/3 fyysisen aktiivisuuden suosituksesta.

- Liikkuva varhaiskasvatus -toimintaan kohdistuu yhteensä 18 hanketta, jotka ovat saaneet kokonaisuudessaan 344 000 euroa avustusta. Hankkeista 60 prosenttia (11 hanketta) sisältää myös perheliikuntaa.
- Varhaiskasvatukseen osittain tai kokonaan kohdistuu vuonna 2026 yhteensä 32 hanketta, mukaan lukien Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeet. **Ilmoitettujen kohderyhmäprosenttien perusteella varhaiskasvatukseen kohdistuu 24 prosenttia myönnetyistä avustuksista, yhteensä 355 600 euroa.**

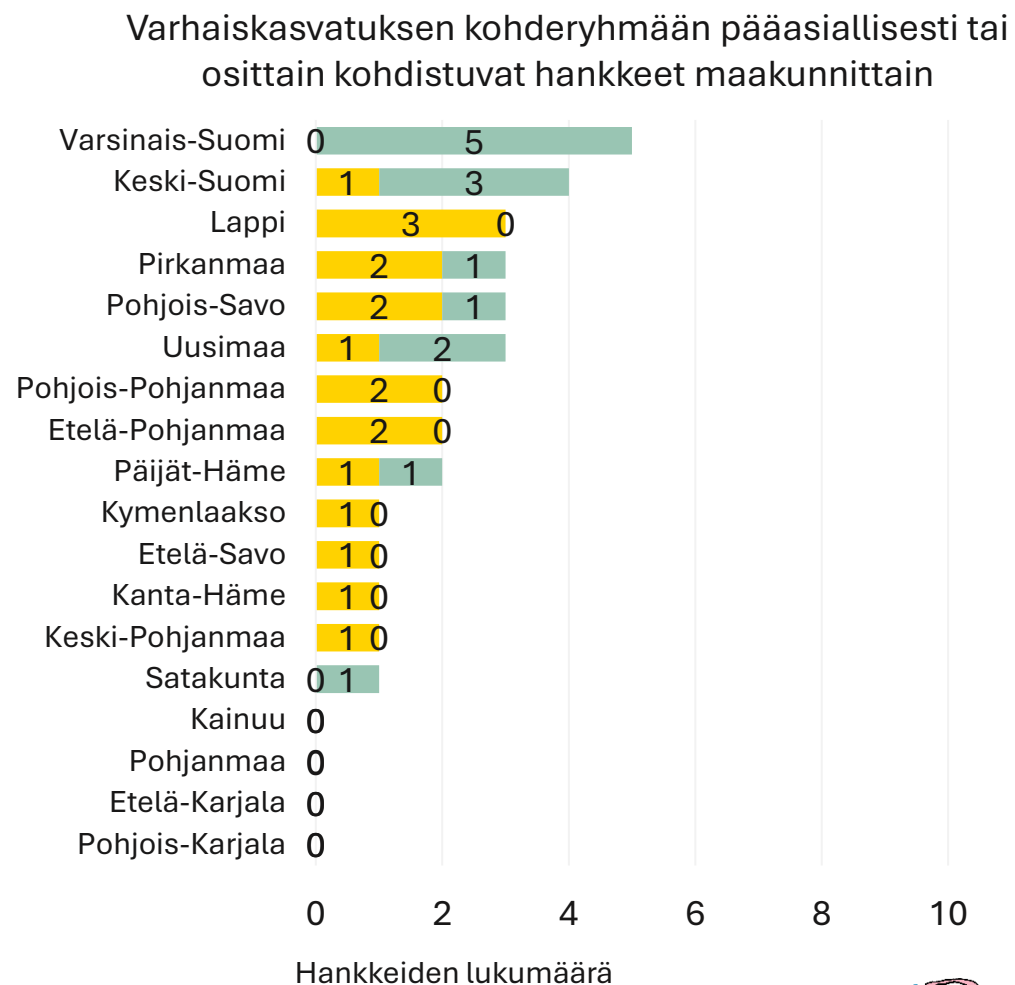


Likes
by jamk

Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden lukumäärä maakunnittain

Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeita on eniten Lapin maakunnassa. Hankkeita, joissa varhaiskasvatus ovat yhtenä kohderyhmänä on selvästi eniten Varsinais-Suomessa.

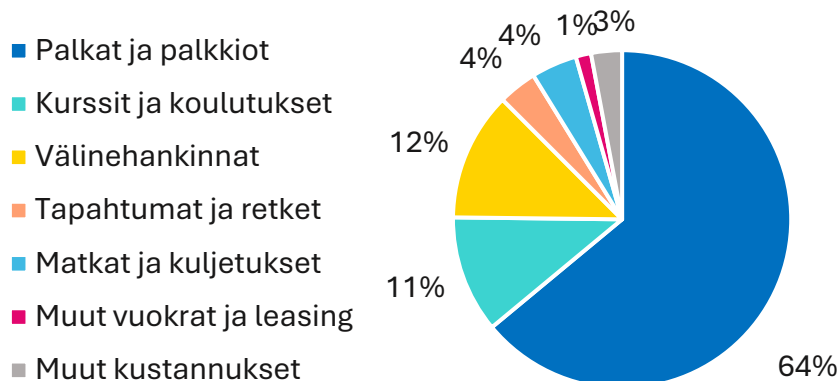
-  Liikkuva varhaiskasvatus -hanke
-  Muu hanke, jossa varhaiskasvatus on yhtenä kohderyhmänä



Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden talous ja osallistujatavoite

Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden kokonaiskustannuksiksi on budjetoitu 714 612 euroa. Hankkeille myönnettiin avustuksia yhteensä 344 000 euroa (48 % hankkeiden kustannuksista). Avustuksen määrä oli enintään puolet hankkeen kokonaiskustannuksista. Hankkeiden kustannuksista suurin osa (64 %) kohdistuu palkkoihin ja palkkioihin.

Liikkuva varhaiskasvatus (n = 18)



Hankkeet tavoittavat varhaiskasvatuksen kautta yhteensä 36 189 lasta (Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden (n = 18) osuus 22 574 lasta). Yksittäinen hanke kohdistui enimmillään 7 600 lapseen 86 yksikössä ja vähimmillään kymmeneen lapseen yhdessä yksikössä.

Osallistujat ja yksiköt	Lukumäärä Liikkuva varhaiskasvatus – hankkeissa (n = 18)	Lukumäärä kaikissa hankkeissa (n = 80)
Osallistujat yhteensä	17 015	
- Naiset	10 124	
- Miehet	6 891	
Varhaiskasvatuksen lapset yhteensä	22 574	36 189
- Tytöt	11 103	17 891
- Pojat	11 471	18 298
Varhaiskasvatusyksiköt	327	455



Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden tavoitteet

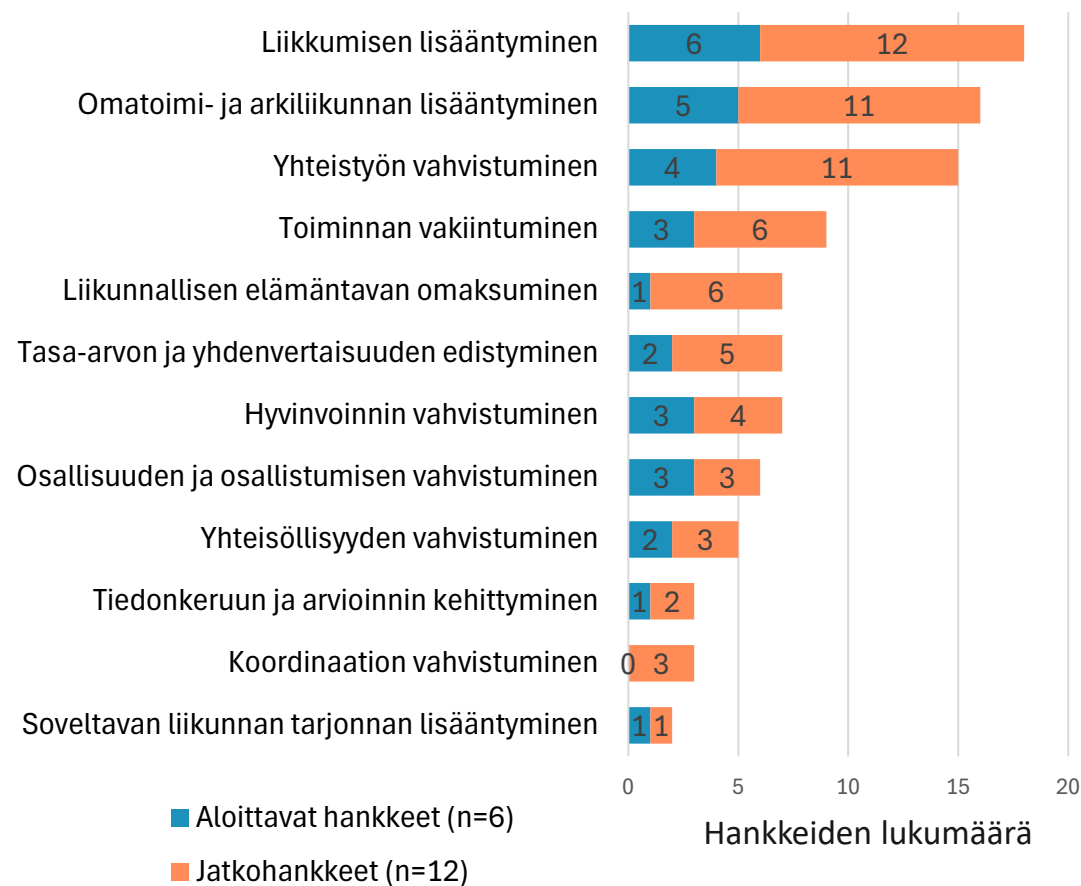
Liikkumisen lisääntyminen on tavoitteena kaikissa Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeissa. Liikkumisen lisääntymiseen pyritään liikkumisen olosuhteiden ja mahdollisuuksien lisäämisellä.

Omatoimi- ja arkiliikunnan lisääminen tarkoittaa pääosin perheiden liikkumisen lisääntymistä. Perheille järjestetään liikunnallisia tapahtumia ja kampanjoita, sekä heitä tiedotetaan liikuntapaikoista.

Yhteistyötä pyritään vahvistamaan useiden toimijoiden kanssa. Projektikoordinaattori tekee yhteistyötä varhaiskasvatusyksikön sisällä yksikön johtajan, liikuntavastaavien, henkilöstön ja huoltajien kanssa. Muita yhteistyökumppaneita ovat muun muassa paikalliset urheiluseurat, liikunnan aluejärjestöt, neuvolat ja Suomen Latu.

Jatkohankkeissa korostuu **liikunnallisen elämäntavan omaksuminen**, mikä nousee esiin vajaassa puolessa hankkeista. Perusopetuslain muutos velvoittaa esiopetusta edistämään lasten liikunnallista elämäntapaa.

Liikkuva varhaiskasvatus –hankkeiden (n=18) tavoitteet



Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden toimenpiteet

Henkilöstön osaamisen lisääminen on yleisin toimenpide hankkeissa. Henkilöstön osaamista kehitetään koulutusten ja työpajojen avulla, mitkä kohdistuvat yleisimmin luonto- ja ulkoliikuntaan sekä motoristen taitojen havainnointiin.

Perheliikunta nousee tänä vuonna keskiöön. Perheille järjestetään liikunnallisia tapahtumia ja kampanjoita. Lisäksi perheille viestitään liikkumisen tärkeydestä sekä järjestetään toiminnallisia vanhempainiltoja.

Luonto- ja ulkoliikuntaa sekä metsäpedagogiikkaa edistetään järjestämällä viikoittaisia luontoretkiä sekä hyödyntämällä lähiluontoa ja päiväkotien piha-alueita. Myös perheitä kannustetaan ulkoilemaan lähiluonnossa. Luonto- ja ulkoliikunnan avulla pyritään vahvistamaan lasten myönteistä luontosuhdetta.

Pelkästään jatkohankkeissa nousee esiin **kampanjoiden ja haasteiden toteuttaminen**. Hankkeissa järjestetään esimerkiksi pyöräily- ja uimataitokampanjoita sekä Arkiseikkailuja. Varhaiskasvatusyksiköt pystyvät haastamaan myös toisensa liikkumiseen kannustaviin haasteisiin. Henkilöstölle järjestetään ryhmäliikuntahaasteita.

Liikkuva varhaiskasvatushankkeiden (n=18) toimenpiteet



Likes
by jamk

Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden yhteistyö

Yhteistyön vahvistaminen kuuluu hankkeiden keskeisimpiin tavoitteisiin. Hankkeiden koordinoinnista vastaa yleisimmin kasvatuksen toimiala. Hankkeet raportoivat tekevänsä yhteistyötä keskimäärin kolmen eri tahon kanssa. Yhteistyökumppaneita kuvataan enemmän jatkohankkeissa.

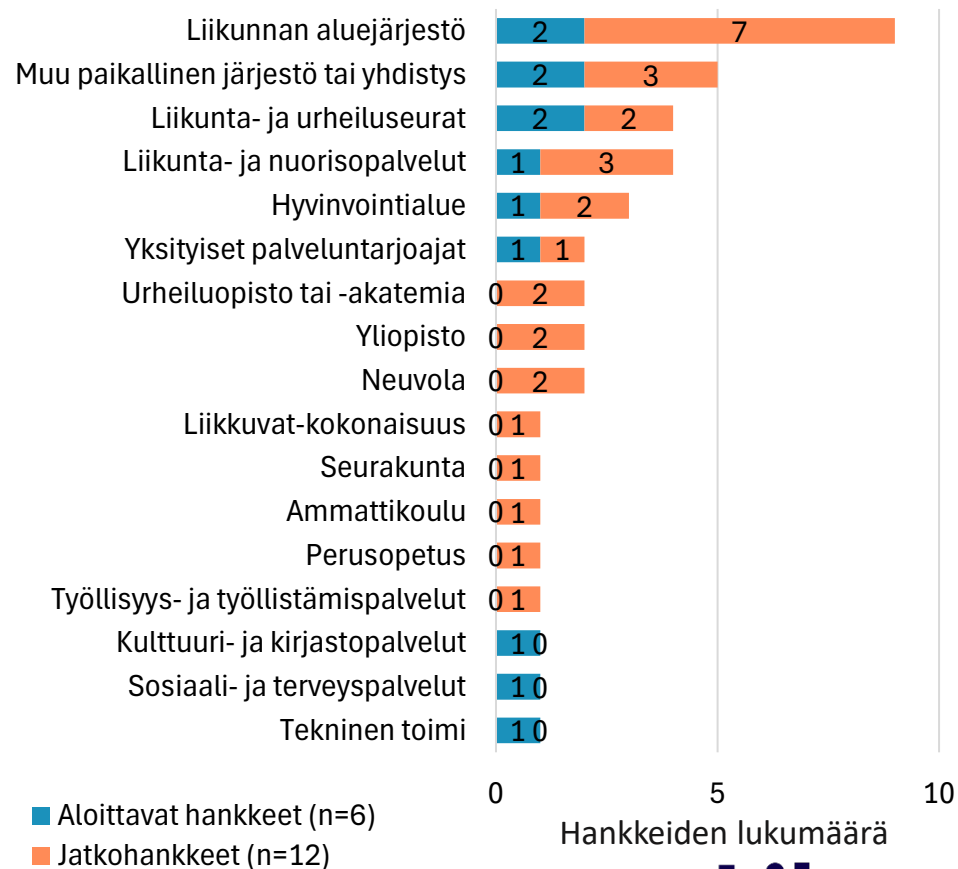
Liikunnan aluejärjestöt ovat selvästi yleisin yhteistyötaho (75 %). Varhaiskasvatuksen henkilöstölle järjestetään koulutusta aluejärjestöjen kautta. Aluejärjestöt saattavat lisäksi tukea toimintaa ja osallistua tapahtumiin.

Paikalliset järjestöt ja yhdistykset tuodaan esiin yhteistyötahona vajaassa puolessa hankkeista (42 %). Paikalliset järjestöt ovat mukana tapahtumien toteutuksessa sekä esittelevät toimintaansa toiminnallisilla pisteillä.

Liikunta- ja urheiluseurat sekä **liikunta- ja nuorisopalvelut** nousevat esiin kolmasosassa hankkeista. Seurat osallistuvat lasten liikuntatoiminnan toteuttamiseen järjestämällä innostavia liikuntakokemuksia ja lajikokeiluja. Liikuntapalvelut ovat mukana muun muassa Fiksusti kouluun –ohjelman pilotoinnissa ja uimaopetuksen toimintamallin suunnittelussa.

Hakemusvaiheessa esitetty yhteistyötahojen lista on alustava, ja se voi tarkentua sekä täydentyä hankkeiden edetessä.

Liikkuva varhaiskasvatushankkeiden (n=18) yhteistyö



Likes
by jamk

Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnan menestystekijät 1/2

Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeiden onnistumisia kuvataan viiden menestystekijän avulla. Avustusta hakevia on ohjattu ottamaan hankkeiden suunnittelussa ja toteutuksessa huomioon keskeiset menestystekijät silloin, kun Liikkuva varhaiskasvatus on ollut avustuskokonaisuuden pääpainopiste.

Menestystekijöiden näkyminen hankesuunnitelmissa

1) Liikunnallisen toimintakulttuurin kehittäminen

Liikunnallista toimintakulttuuria pyritään edistämään lähes kaikissa hankkeissa. Toimintakulttuuria kehitetään henkilöstökoulutusten avulla, joiden tavoitteena on vahvistaa liikuntamyönteisiä asenteita ja tarjota ideoita liikuntasäilytyksestä varhaiskasvatukseen arkeen. Lisäksi toimintaympäristöjä muokataan liikkumiseen kannustaviksi ja hankitaan liikuntavälineitä.

2) Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnan organisoiminen ja kuntakoordinaatio

Toiminnan koordinaation vahvistaminen on tavoitteena muutamissa hankkeissa. Useissa hankkeissa palkataan koordinaattori tukemaan hankkeen toteutusta. Koordinaattorin tehtävänä on ohjata hankkeen etenemistä ja varmistaa toiminnan jalkautuminen arjen käytäntöihin. Useimmiten koordinaattori tukee varhaiskasvatusyksiköitä kehittämistyössä, järjestää henkilöstökoulutuksia, osallistuu valtakunnalliseen Liikkuva varhaiskasvatus -koordinaattoriverkostoon sekä edistää yhteistyötä liikuntaseurojen ja aluejärjestöjen kanssa.



Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnan menestystekijät 2/2

Menestystekijöiden näkyminen hankesuunnitelmissa

3) Henkilöstön osaamisen lisääminen

Henkilöstön osaamista kehitetään lähes kaikissa hankkeissa koulutusten ja työpajojen avulla. Koulutukset kohdistuvat pääosin luonto- ja ulkoliikuntaan sekä motoristen taitojen havainnointiin. Osa koulutuksista kohdistuu perusopetuslain muutoksen myötä liikunnallisen elämäntavan tukemiseen.

4) Huoltajien kanssa tehtävä yhteistyö ja perheliikunta

Yhteistyö perheiden kanssa nousee esiin lähes kaikissa hankkeissa, mihin saattaa vaikuttaa se, että Liikkuva perhe on tänä vuonna avustuksen pääpainopiste. Perheitä kannustetaan liikkumaan yhdessä liikuntatapahtumien ja kampanjoiden avulla. Lisäksi perheitä tiedotetaan liikkumisen merkityksestä, järjestetään toiminnallisia vanhempainiltoja, ja nostetaan liikkuminen esiin vasu-keskusteluissa.

5) Sukupuolten tasa-arvo ja yhdenvertaisuus

Sukupuolten tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden edistäminen nostetaan esiin vajaassa puolessa hankkeista. Konkreettisia toimenpiteitä tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden edistämiseksi mainitaan vähän. Muutamissa hankkeissa kiinnitetään erityistä huomiota tyttöjen liikkumiseen ja pyritään löytämään tyttöjä innostavia liikuntamuotoja. Yhdessä hankkeessa kuvataan, että sukupuolittuneita rooleja ei vahvisteta, vaan kaikkia lapsia kannustetaan monipuolisesti eri liikuntamuotoihin.



Vaikutusten arviointi Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeissa

Hankkeiden toimenpiteiden toteutumista ja aikataulutusta seuraa yleisimmin **ohjausryhmä**.

Yleisimmin toimintaa arvioidaan **erilaisten kyselyiden** avulla (67 % hankkeista). Kyselyillä selvitetään perheiden liikkumistottumuksia sekä heidän näkemyksiään siitä, miten arjen liikkumista voitaisiin edistää. Palautetta kerätään muun muassa perhetapahtumista.

Reilussa puolessa hankkeista toimintaa arvioidaan **Liikkuvan varhaiskasvatuksen Nykytilan arviointi – työkalulla**. Työkalu tarjoaa kunta- ja yksikkökohtaista tietoa kehittämiskohteista ja auttaa toiminnan suunnittelussa. Karvin **Valssi-työkalua** hyödynnetään viidesosassa hankkeista varhaiskasvatuksen laadun arvioinnissa.

Hankkeissa kerätään **määrällistä tietoa** muun muassa järjestettyjen koulutusten ja tapahtumien lukumääristä sekä niihin osallistuneiden henkilöiden määrästä (40 %).

Muutamissa hankkeissa hankekoordinaattori käy **säännöllisiä keskusteluita** esihenkilöiden, liikuntavastaavien ja henkilökunnan kanssa, ja kerää näin palautetta toiminnasta.

Vakiintumista edistävinä keinoina hankkeet kuvaavat yhteistyön jatkumisen, liikkumisen vuosikellon säilyttämisen sekä liikuntakoordinaattorin käynnit varhaiskasvatusyksiköissä ja perhepäivähoidossa. Osassa hankkeista kuvataan, että suunnitelmissa on vakinaistaa liikuntakoordinaattorin toimi osaksi varhaiskasvatusta sekä liikuntakasvatuksen velvoite kirjataan osaksi varhaiskasvatussuunnitelmaa.



Yhteenveto

Yhteenveto

Ikiliikkuja-hankkeiden (n=20) yleisiä tavoitteita ovat ikäihmisten liikkumisen ja liikkumismahdollisuuksien lisääminen, yhteistyön vahvistuminen ja liikuntapalveluiden saavutettavuuden parantuminen. Hankkeissa keskeistä on matalan kynnyksen liikunnan ja tapahtumien järjestäminen sekä vertaisohjaajien kouluttaminen. Yleisimpiä yhteistyötahoja ovat paikalliset järjestöt, yhdistykset, seurakunta, hyvinvointialue ja vanhuspalvelut. Vaikutuksia mitataan yleisimmin tilastoimalla toiminnan luku- ja osallistujamääriä, keräämällä osallistujapalautetta ja seuraamalla osallistujien toimintakykyä mittauksilla.

Liikkuva perhe -hankkeiden (n=12) tavoitteena on edistää perheiden yhteistä liikkumista tarjoamalla matalan kynnyksen toimintaa. Hankkeiden yleisimpiä toimenpiteitä ovat erilaisten tapahtumien ja tempausten sekä matalan kynnyksen liikunnan järjestäminen. Lisäksi hankkeissa edistetään luonto- ja ulkoliikuntaa. Toimintaa toteutetaan yhteistyössä muun muassa paikallisten järjestöjen ja yhdistysten, hyvinvointialueiden sekä liikunta- ja urheiluseurojen kanssa. Hankkeiden vaikuttavuutta ja toteutumista arvioidaan pääasiassa erilaisten kyselyiden sekä tapahtumien ja osallistujamäärien seurannan avulla.

Liikkuva varhaiskasvatus -hankkeissa (n=18) pyritään lisäämään lasten liikkumista kehittämällä liikkumisen olosuhteita ja mahdollisuuksia. Keskeisiä toimenpiteitä ovat henkilöstön kouluttaminen sekä perhe-, luonto- ja ulkoliikunnan edistäminen. Yhteistyötä tehdään pääosin liikunnan aluejärjestöjen kanssa. Toimintaa arvioidaan ensisijaisesti kyselyiden sekä Nykytilan arvioinnin avulla.

Liikkuva aikuinen -hankkeista (n=5) työyhteisöihin kohdentuu kolme hanketta ja muita työikäisten hankkeita on kaksi. Työyhteisöhankeissa keskeistä on ylläpitää henkilöstön työkykyä ja hyvinvointia tarjoamalla muun muassa liikuntaryhmiä, koulutusta, kunto- ja hyvinvointimittauksia, tapahtumia ja kampanjoita. Muissa työikäisten hankkeissa järjestetään matalan kynnyksen liikuntaa työikäisille kuntalaisille ja 40-59-vuotiaille naisille.

Useita Liikkuvat-kohderyhmiä sisältävissä hankkeissa (n=12) edistetään kohderyhmien hyvinvointia, toimintakykyä ja liikunnallista elämäntapaa. Useita Liikkuvat-kohderyhmiä sisältävät hankkeet ovat laajoja ja kohderyhmittäin tarjotaan esimerkiksi liikuntaryhmiä, luontoliikuntaa, koulutuksia, tapahtumia ja liikuntaneuvontaa. Luontoliikunta on keskeinen osa hankkeita.

Elämänkulku-hankkeissa (n=9) tavoitteena on kaiken ikäisten kuntalaisten liikkumisen lisääminen. Hankkeissa nousee esiin luontoliikunnan tarjoamat mahdollisuudet. Lisäksi hankkeissa toteutetaan muun muassa liikuntaryhmiä, tempauksia ja tapahtumia.

Muista hankkeista (n=4) yksi on tieteelliseen näyttöön perustuva tanssikonsepti 13–18-vuotiaille, erityisesti tytöille. Lisäksi mukana on 16–20-vuotiaille nuorille suunnattu liikuntahanke, maahanmuuttajien liikuntaa edistävä hanke sekä erityisryhmille kohdennettu soveltavan liikunnan hanke.

Sammanfattning

Äldre i rörelse (n = 20) har som övergripande mål att öka äldres fysiska aktivitet och möjligheter till rörelse, stärka samarbetet mellan aktörer samt förbättra tillgängligheten till idrotts- och motionstjänster. Centrala insatser inom projekten är att ordna lågtröskelmotion och olika evenemang samt att utbilda kamratledare. De vanligaste samarbetsparterna är lokala organisationer och föreningar, församlingar, välfärdsområden och äldreomsorgen. Effekterna mäts oftast genom att statistik föra över verksamhetens omfattning och deltagarantal, samla in deltagarrespons samt följa deltagarnas funktionsförmåga med olika mätningar. Projekten inom programmet

Familjen i rörelse (n = 12) syftar till att främja familjers gemensamma fysiska aktivitet genom att erbjuda lågtröskelverksamhet. De vanligaste åtgärderna är att ordna olika evenemang, kampanjer och lågtröskelmotionsaktiviteter. Dessutom främjas natur- och utomhusmotion inom projekten. Verksamheten genomförs i samarbete med bland annat lokala organisationer och föreningar, välfärdsområden samt motions- och idrottsföreningar. Projektens genomslag och genomförande utvärderas huvudsakligen med hjälp av olika enkäter samt genom uppföljning av evenemang och deltagarantal. Projekten inom

Småbarnspedagogiken i rörelse (n = 18) strävar efter att öka barns fysiska aktivitet genom att utveckla förutsättningarna och möjligheterna för rörelse. Centrala åtgärder är utbildning av personal samt främjande av familjemotion, naturmotion och utomhusaktiviteter. Samarbetet sker huvudsakligen med regionala idrottsorganisationer. Verksamheten utvärderas i första hand genom enkäter och verktyget Nulägesbedömning (Nulägesanalysen).

Vuxna i rörelse (n = 5) omfattar tre projekt som riktar sig till arbetsgemenskaper och två projekt som riktar sig till övriga personer i arbetsför ålder. I projekten för arbetsgemenskaper ligger fokus på att upprätthålla personalens arbetsförmåga och välbefinnande genom att erbjuda bland annat motionsgrupper, utbildning, konditions- och välbefinnandemätningar, evenemang och kampanjer. I de övriga projekten för personer i arbetsför ålder ordnas lågtröskelmotion för kommuninvånare i arbetsför ålder och för kvinnor i åldern 40–59 år.

I projekt som omfattar **flera målgrupper inom Helheten i rörelse** (n = 12) främjas målgruppernas välbefinnande, funktionsförmåga och fysiskt aktiva livsstil. Dessa projekt är omfattande och erbjuder, beroende på målgrupp, exempelvis motionsgrupper, naturmotion, utbildningar, evenemang och motionsrådgivning. Naturmotion utgör en central del av projekten.

I livscykelprojekten (n = 9) är målet att öka den fysiska aktiviteten bland kommuninvånare i alla åldrar. Projekten lyfter fram de möjligheter som naturmotion erbjuder. Inom projekten genomförs bland annat motionsgrupper, naturmotionsaktiviteter, kampanjer och evenemang.

Övriga projekt (n = 4) finns ett evidensbaserat danskoncept för 13–18-åringar, särskilt riktat till flickor, ett motionsprojekt för unga i åldern 16–20 år, ett motionsprojekt för personer med invandrarbakgrund samt ett projekt inom anpassad fysisk aktivitet för särskilda målgrupper.

Lisätietoa

Viittausohje

Henni Syväoja, Elina Tarkiainen & Janne Haikari (2026) Liikunnallisen elämäntavan paikalliset kehittämishankkeet 2026: Hakemusvaiheen seuranta ja arviointi. Jamk, Likes.

<https://www.jamk.fi/fi/projekti/liikunnan-paikallisten-kehittamishankkeiden-seuranta>

Hankeseuranta ja arviointi –tiimi

Janne Haikari, vanhempi asiantuntija

Marianne Turunen, tutkija

Elina Tarkiainen, ohjelmakoordinaattori (Liikkuva aikuinen -toiminta)

Henni Syväoja, tutkija

Tuomas Kukko, vanhempi asiantuntija

Yhteydenotot: etunimi.sukunimi@jamk.fi

Kotisivut: <https://www.jamk.fi/fi/projekti/liikunnan-paikallisten-kehittamishankkeiden-seuranta>

Lähteitä ja linkkejä

Lupa- ja valvontaviraston myöntämät avustukset: lvv.fi

Liikkuva varhaiskasvatus: liikkuvavarhaiskasvatus.fi

Liikkuva aikuinen: liikkuvatyoelama.fi, liikkuva aikuinen.fi,

Ikiliikkuja: ikainstituutti.fi/ikiliikkuja

Liikkuva perhe: liikkuvaperhe.fi

OPETUS- JA
KULTTUURIMINISTERIÖ

Likes
by jamk