

Yhteistyökokous Seinäjoella 7.9.2015

Osallistujina Mika Ala-Kauhaluoma ja Mari Ruuth (Kuntoutussäätiö), erikoissuunnittelija Riitta Samstén (Neuroliitto, liikuntapalvelut), aluepäällikkö Hannele Kiviranta ja liikuntasihteeri Tommi Yläkangas (Allergia- ja Astmaliitto), puheenjohtaja Minna Lehto (Etelä-Pohjanmaan MS-yhdistys) sekä erityisliikunnan koordinaattori Sarika Kivimäki (Seinäjoen kaupunki)

- Seinäjoella on vahva järjestöpuoli. Laaja alue on haaste. Kun on iso kunta, olisiko mahdollista saada resursseja pienistä kunnista.
- Seinäjoella toimii **Esteetön liikkuminen -toimikunta**. Kunnalla ei taida olla esteettömyysasiamiestä.
- Johanna Lähdesmäki on tehnyt opinnäytetyönään **Soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelman 2014 - 2017**, Seinäjoen kaupunki.
- **Soveltavan liikunnan kalenteri 2014 - 2015** löytyy netistä. Osassa yhdistysten tarjoamista ryhmistä ensisijaisia osallistujia ovat liikuntaa tarjoavan yhdistyksen jäsenet, mutta osaan on vapaa pääsy. Soveltavan liikunnan kalenteri kootaan vuosittain. Liikuntaryhmiä on valtavasti, ryhmien järjestämisen osalta on mietittävä mm. ohjaajia, tiloja, välineitä ja resursseja. Vertaisohjaajia on koulutettu. Eläkeläisjärjestöjä on monia.
- **Soveltavan liikunnan ryhmiä** on tarjolla yhteensä 30, mm. Tuolijumppa, Kuntosali, Vesijumppa sekä Pyöräily-kävely-uinti -ryhmä. Kaikille avoimia ryhmiä on yhteensä 20.
- **Muita soveltavaa liikuntaa järjestäviä tahoja** ovat mm. Kansalaisopisto sekä urheiluseuroista Crocodiles cheerleaders, Seinäjoen Seudun Ampujat ry, Seinäjoen Seudun Urheilijat, Seinäjoen Seudun Ratsastajat ry, Seinäjoen Taitoluistelijat ry, Sjk-Juniorit ry sekä Seinäjoen Voimistelijat. Seinäjoella toimii yli 60 urheiluseuraa.
- Seinäjoen Järjestötalolla on yhteensä 19 **yhdistyksen** toimistot, mm. Allergia- ja Astmaliiton Länsi-Suomen aluetoimisto ja Etelä-Pohjanmaan Allergia- ja Astmayhdistys. Järjestöt voivat hakea erityisliikunnan kohdeavustusta toimintansa järjestämiseen. Koko potin suuruus on vuositasolla n. 5000 - 6000 euroa.
- Myös **Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry (PLU)** on tärkeä toimija (va. harrasteliikuntapäällikkö Johanna Lähdesmäki).
- **Erytysryhmien uinti- ja kuntosalikorttien** hakeminen lisääntyy koko ajan, ihmiset osaavat hakea niitä. Erytysryhmien uinti- ja kuntosalikorttien hakemisessa ei ole ikärajaa. Tarvittaisiin yhteinen rekisteri siitä, missä kunnissa on mitään etuuksia. Kuka voisi koota nämä etuudet rekisteriin hankkeen päättymisen jälkeen?
- **Seniorikortti 70+**
- **Liikuntatapahtumia:**
 - **Koko perheen liikuntapäivä** järjestettiin 20.8.2015 klo 17.30-20. Tapahtuman aikana esiteltiin harrastusmahdollisuuksia 30 lajissa.
 - **Leppoisa Lenkki- liikuntatapahtuma** toteutettiin 13.9.2015 klo 11-14. Tapahtuma on koko perheelle suunnattu liikuntatempaus, jossa on huomioitu esteettömyys. Lenkki on n. 2 km ja se kulkee Seinäjoen esteettömällä luontopolulla. Toteutuksesta vastaa Järjestöalo Seinäjoki yhteistyössä alueen eri järjestöjen ja Seinäjoen kaupungin liikuntapalveluiden kanssa. Tapahtuma järjestettiin nyt 12. kerran.
 - **Syysvaellus** järjestetään 26.9.2015. Ilmajoen, Kurikan ja Seinäjoen liikuntatoimet järjestävät Ilkanpolulla sekä elämysliikuntareitillä perinteisen syysvaelluksen. Tarjolla on neljä matkavaihtoehtoa.
 - **Soveltava talviliikuntapäivä** järjestetään vuosittain Joupiskan rinnekeskuksessa (mukana mm. fysioterapia- ja lähihoitajaopiskelijat).
- **Käynnissä tai käynnistymässä olevia hankkeita Seinäjoella** teemaan liittyen:
 - Esteetön Jouppilanvuori -hanke (saatiin esteetön luontoreitti Jouppilanvuoren kuntoratojen yhteyteen)
 - 3-vuotinen Cityliikkuja-hanke
 - KaatumisSeula-hanke (hankekoordinaattorina Sarika Kivimäki)

- Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry:n (PLU) hankkeet (aluejohtaja Aino-Maija Siren tietää parhaiten niistä)
- Erityisliikuntaa kuntiin -hanke
- Liikuntatieteellinen Seura (koordinaattori Toni Piispanen).
- **Erityisliikunnan kansainväliset käytännöt:** Esimerkiksi Norjan tilanne on aivan eri maailmansa. Olisi kiva kokeilla jonkin kansainvälisen käytännön soveltumista Suomeen. Liikunnallista elämäntapaa tulee korostaa pienestä pitäen. Kotien päähän on saatava liikunnallisen elämäntavan merkitys.
- **Mitä olisi tarkoituksenmukaista tehdä Liikunta ja osallisuus -hankkeen osalta täällä Seinäjoella?** Urheiluseurat pitäisi saada mukaan toimintaan, esimerkiksi Turussa on saatu mukaan yhteensä viisi seuraa. Terveyskeskuksen neurologisia ryhmiä on siirretty liikuntapalveluihin. Seinäjoelle olisi hyvä perustaa esimerkiksi iäkkäiden MS-sairaiden ryhmä. Koulujen kanssa tehtävää työtä tulisi myös korostaa, on mm. paljon lapsia, jotka lähtevät yksin kotiin. Erityislapsien iltapäiväkerhoja järjestetään muutamalla koululla. Seinäjoelle on perustettu uusia yksityisiä, esteettömiä kuntosaleja.
- **Onko ajan tasalla olevaa tietoa siitä, millaisia liikunta- ja muita vapaa-ajan toimintoja pitkäaikaissairaat ja liikuntavammaiset toivovat Seinäjoella?** Seinäjoelta ei ole saatavissa ajan tasalla olevia kyselyitä tällä hetkellä. Erityisliikunnan harrastamisen osalta esiintyy joitakin esteitä, esimerkiksi kaiteet puuttuvat uimahallista. Maastokartoitus on juuri käynnissä Metsähallituksen toimesta. Seinäjoella ja Mikkelissä on erilaiset kulttuurit. Seinäjoen Esteetön liikkuminen -toimikunta ei ole kokoontunut pitkään aikaan. Erityisliikunnan kehittämisen toimikuntakin on. Vammaisneuvosto ja ikäneuvosto eivät saa asioita riittävästi eteenpäin.
- **Kuinka paljon erityisryhmien järjestöt tekevät keskenään yhteistyötä Seinäjoella? Millaista yhteistyötä tehdään? (mm. Leppoisa Lenkki -liikuntatapahtuma; Onko muita tapahtumia ja esim. kampanjoita, koulutuksia?)** Yhteistyö on vähäistä Seinäjoella. Vertaisohjaaja- ja tukihenkilö-koulutuksia järjestetään (Anne Sironen Järjestötalolla). Eläkejärjestöillä on paljon toimintaa. Seinäjoella on järjestetty myös liikunta-avustaja-koulutusta. Anne Sirola ja Sarika Kivimäki ovat vetäneet Liikuntaystävä-toimintaa. Järjestötalolle tulisi saada oma henkilökohtainen liikuntakoordinaattori. Mutta mistä siihen saataisiin rahat? Järjestöjen toimintaa ei palvele se, että on vain yksi yhteinen juttu. Tulisi kerätä yhteen samanlaisia järjestöjä, esim. neurologisiin haasteisiin liittyvät järjestöt. Järjestöjen jäsenet ovat erikuntoisia, fyysinen kunto määrittelee liikunnallisen aktiivisuuden.
- **Ohjaavatko järjestöt jäsenistöään muiden tahojen liikuntapalveluiden, kuten muiden järjestöjen, liikuntaseurojen ja kunnan liikuntatoimen piiriin?** Ihmisiä ohjataan soveltuviin ryhmiin, tämä toimii Seinäjoella hyvin.
- **Tiedottaminen erityisryhmien liikuntapalveluista: Miten tieto tavoittaa erityisryhmien edustajat ja mitkä ovat tiedottamisen kanavat?** Tiedottamisen kanavina toimivat mm. verkostot; sähköposti; posti; erityisliikunnan kalenteri; Internet; kaupungin sivut. Tiedottamisen osalta esiintyy ongelmia. Järjestötalo on hyvä paikka tiedottamiseen. Mari Ruuth lähettää kokoukseen osallistuneille Liikunta ja osallisuus -hankkeen nettisivujen linkin. Hankkeen nettisivuille laitetaan kokousten muistiot, käynnissä olevan selvityksen tulokset jne. Myös etelä-pohjalaiset lehdet otetaan mukaan hankkeeseen.
- **Liikunnan apuvälineet: Onko niitä tarjolla keskitetysti Seinäjoen kunnan toimesta?** Liikunnan apuvälineitä ei ole tarjolla Seinäjoen kunnan toimesta. Esimerkiksi kirjastosta ei saa lainaksi liikkumisen apuvälineitä, kuten liikuntasauvoja. Respecta, apuvälinelainaamo, terveyskeskus ja sairaala antavat liikkumisen apuvälineitä. Solian ja Eslan kautta on mahdollista lainata liikunnan apuvälineitä. Omia liikunnan apuvälineitä olisi, jos rahaa olisi. Esteetön pelivälinelainaamo (Eveli) löytyy, mutta toiminnassa on vielä kehitettävää. Yhteistyötä tehdään lähikuntien kanssa, esimerkiksi Kauhajoen liikunnan apuvälineitä lainataan tarvittaessa Seinäjoelle.
- **Mikä olisi sopiva tila työpajojen pitämiseen Seinäjoella (mm. parkkipaikat ja tilan esteettömyys)?** Uimahallin urheilutalo olisi paras paikka. Liikuntatoimisto on samassa. Iso kokoustila on varattavissa, liikuntapalvelut eivät peri tilavuokraa Kuntoutussäätiöltä.

- **Liikunta ja osallisuus -hankkeen etenemisen seuraavat vaiheet Seinäjoella:**
 - **Sähköisen kyselyn** lähettäminen Etelä-Pohjanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen sekä Etelä-Pohjanmaan MS-yhdistyksen jäsenille. Kyselyn lähetys menee järjestöjen kautta, Kuntoutussäätiön edustajat esittelevät sitten saadut tulokset.
 - Viikolla 38, ke - pe pidetään Allergia- ja Astmaliiton Järjestöpäivät. Luennon yhteydessä (osallistujia n. 80 hlöä) kerätään sähköpostiosoitteet Etelä-Pohjanmaan MS-yhdistyksen osalta, myös keskus voi kerätä email-osoitteita. Kyselyyn kerätään vastauksia myös Sarika Kivimäen ryhmistä.
 - Kyselyssä on myös taustakysymyksiä liittyen mm. vastaajien edustamaan ikäryhmään. Kyselyluonnos lähetetään kommentoitavaksi kaikille Seinäjoen tapaamiseen 7.9. osallistuneille. Kyselyn toteuttamisen jälkeen järjestetään vielä Jäsenraadit sekä Työpaja I.
 - **Jäsenraadit** pidetään ma 16.11. klo 12.40-n. klo 16 (Uimahalli-Urheilutalo, Kirkkokatu 15, 60100 Seinäjoki). Yhden tapaamisen kesto n. 1 h. Yhdestä järjestöstä tapaamiseen osallistuu n. 5-10 jäsentä. Jäsenraadit pidetään erikseen kullekin järjestölle ja sen jäsenille. Kukin järjestö ja sen jäsenet osallistuvat ainoastaan omaan tilaisuuteensa.
 - Etelä-Pohjanmaan MS-yhdistys: klo 12.40-13.40
 - Etelä-Pohjanmaan Allergia- ja Astmayhdistys: klo 13.50-14.50
 - Mahdollisesti myös Seinäjoen Seudun Invalidit: klo 15-16.
 - **Työpaja I** järjestetään pe 4.12. klo 12.40-15.40 (Uimahalli-Urheilutalo, Kirkkokatu 15, 60100 Seinäjoki). Työpajaan osallistuvat ainakin projektikoordinaattori Mari Ruuth ja projektisuunnittelija Julia Anttilainen (Kuntoutussäätiö), järjestöjen paikallisyhdistysten edustajat ja jäsenedustajat (n. 5 jäsentä/järjestö), erikoissuunnittelija Riitta Samstén (Neuroliitto, liikuntapalvelut), liikuntasihteerit Tommi Yläkangas (Allergia- ja Astmaliitto) sekä erityisliikunnan koordinaattori Sarika Kivimäki (Seinäjoen kaupunki). Myös PLU:n väkeä kutsutaan mukaan työpajaan.