

Liikunta ja osallisuus -hanke: alustavia kysymyksiä Porin jäsenraatiin 30.3.2016 klo 13-15

Kyselyn vastaajamäärät tällä hetkellä: kaikki vastaajat (45 hlöä); Satakunnan Allergia- ja Astmayhdistys (17 hlöä); Satakunnan neuroyhdistys: (17 hlöä); jokin muu paikallisyhdistys (5 hlöä); ei minkään paikallisyhdistyksen jäsen (6 hlöä)

- **Kuinka moni tilaisuuteen osallistuvista jäsenistä on vastannut kyselyyn?**
 - Kolme vastannut.

- **Kenen tai keiden kanssa haluaisit harrastaa liikuntaa?** (vrt. kysely: kaikista vastaajista 44 % oli valinnut vaihtoehdon "Oman vertaisryhmäni kanssa"; 42 % vaihtoehdon "Puolisoni kanssa") **Miksi?**
 - Satakunnan Allergia- ja Astmayhdistys: vastaajista 47 % oli valinnut vaihtoehdon "Puolisoni kanssa"; 47 % vaihtoehdon "Ystäväni kanssa"
 - Satakunnan neuroyhdistys: vastaajista 53 % oli valinnut vaihtoehdon "Oman vertaisryhmäni kanssa"; 41 % vaihtoehdon "Puolisoni kanssa"
 - Jokin muu paikallisyhdistys: vastaajista 100 % oli valinnut vaihtoehdon "Oman vertaisryhmäni kanssa"; 60 % vaihtoehdon "Useammalle erityisryhmälle suunnatussa ryhmässä"
 - *Oman vertaisryhmän kanssa helpompi liikkua, he kohtaavat samoja haasteita.*
 - *Allergia ja astmaliiton vastauksissa vertaisliikunta ei ole niin suuressa roolissa, meillä sille ei ole samanlaista tarvetta.*
 - *Me emme kaikki ole ryhmäliikkuja, osa haluaa liikkua yksin.*

- **Oletko osallistunut yhdistyksesi tai Porin kaupungin järjestämiin liikuntaryhmiin vuonna 2015?** (vrt. kysely: kaikista vastaajista 78 % oli valinnut vaihtoehdon "En")
 - Satakunnan Allergia- ja Astmayhdistys: vastaajista 94 % oli valinnut vaihtoehdon "En"
 - Satakunnan neuroyhdistys: vastaajista 65 % oli valinnut vaihtoehdon "En"
 - Jokin muu paikallisyhdistys: vastaajista 60 % oli valinnut vaihtoehdon "En"
 - *Onko se uskalluksesta kiinni? Ei haluta leimautua erillisen ryhmän edustajaksi.*
 - *Osa ryhmistä ei ole Porin kaupungin pitämiä, vaan se on taustalla rahoittajana. Osa vastaajista on myös kotoisin Porin ulkopuolelta. Nämä seikat vaikuttavat varmasti osallistumisaktiivisuuteen.*

- **Jos et ole osallistunut liikuntaryhmiin vuonna 2015, mikä on ollut esteenä osallistumisellesi?** (vrt. kysely: kaikista vastaajista 49 % oli valinnut vaihtoehdon "Muut ongelmat" (mm. aikataulu; terveydelliset syyt; muut paikalla olevat ihmiset; etäisyys); 43 % vaihtoehdon "Riittämätön tiedottaminen ryhmistä")
 - Satakunnan Allergia- ja Astmayhdistys: vastaajista 50 % oli valinnut vaihtoehdon "Riittämätön tiedottaminen ryhmistä"; 50 % vaihtoehdon "Muut ongelmat"
 - Satakunnan neuroyhdistys: vastaajista 45 % oli valinnut vaihtoehdon "Muut ongelmat"; 36 % vaihtoehdon "Kuljetusongelmat"
 - Jokin muu paikallisyhdistys: vastaajista 100 % oli valinnut vaihtoehdon "Liikuntaryhmiä on määrällisesti liian vähän"; 100 % vaihtoehdon "Harrastamisen hinta"; 100 % vaihtoehdon "Riittämätön tiedottaminen ryhmistä"
 - *Ajanpuute ja aikataulut, elämä on kiireistä.*
 - *Lajin sopivuus, olisi mukava että tarjoilla olisi muitakin kuin perinteisiä lajeja.*
 - *Tiedottaminen hyvissä ajoin. Huomiota olisi hyvä kiinnittää myös siihen, missä tiedotetaan. Nuoret ovat verkossa (Facebook, Instagram), vanhemmat seuraavat paperijulkaisuja. Olisi myös hyvä tiedottaa kaikille avoimista ryhmistä, joissa otetaan huomioon mahdolliset rajoitteet. Nuoripari harrastaa –lehti ilmestyy kerran vuodessa, siinä on mukana kaikki Porin harrastusmahdollisuudet. Harrastehaku-palvelu on verkossa, mutta se hieman ontuu.*

- *Suppea lajivalikoima: vetävätkö perinteiset lajit? Miten voidaan markkinoida, että kaikki sopii kaikille!*
 - *Kankaanpäässä välinmatkat ovat pitkiä ja ihmiset eivät uskalla ajaa pimeällä tai liukkaalla.*
 - *Avustajapula. Avustajatuntien määrä on hyvin vähäinen. Jos on 30 tuntia avustajatunteja, täytyy valita haluatko nähdä kavereita vai haluatko liikkua. Taksimatkat pitkiä, rajoittaa liikkumista. Harrastan yksilölajeja, joten en voi yhdistää ystävien näkemiseen. Onko Porissa vapaa-ajan avustajaa mahdollista saada? Minulla ei ole koulua tai työtä, joten en saa avustajaa. Olen valittanut monesti, mutta valitus ei ole mennyt läpi. Välillä joudun itse maksamaan palkkoja.*
- **Millaisia liikuntaryhmiä yhdistyksesi tai Porin kaupungin tulisi järjestää lisää?** (vrt. kysely: kaikista vastaajista 39 % oli valinnut vaihtoehdon "Vesivoimistelu"; 37 % vaihtoehdon "Kuntosali"; 37 % vaihtoehdon "Tasapainoharjoittelu"; Jokin muu -vaihtoehdon osalta tuotiin mm. esille seuraavaa: "yhteistyötä eri vammaisyhdistyksien kanssa esim. ulkona tapahtuvat ryhmäliikunnat")
- *Satakunnan Allergia- ja Astmayhdistys: vastaajista 41 % oli valinnut vaihtoehdon "Tasapainoharjoittelu"; 35 % vaihtoehdon "Pilates"*
 - *Satakunnan neuroyhdistys: vastaajista 53 % oli valinnut vaihtoehdon "Vesivoimistelu"; 47 % vaihtoehdon "Kuntosali"*
 - *Jokin muu paikallisyhdistys: vastaajista 60 % oli valinnut vaihtoehdon "Jumppa"; 60 % vaihtoehdon "Tuolijumppa"; 60 % vaihtoehdon "Vesivoimistelu"*
 - *Ryhmäliikuntaa ja venyttelyä enemmän. Venyttely sopii yleensä kaikille. Se on myös sosiaalinen tapahtuma.*
 - *Uimahallien tarjonta on tärkeä. Ne ovat aina avoinna, siellä on monipuolisesti mahdollisuuksia kuntosali, uima-allas, ryhmäliikunnat. Uimahalli on monelle ykkösjuuttu. Invalidikorttia voisi hieman avata. Mistä sen saa?*
 - *Erilaiset lajikokeilut on hyvä juttu. Mitkä urheiluseurat haluavat ottaa vastaan soveltavan liikunnan harrastajia?*
 - *Joogat, pilatekset ja muut ovat todella kalliita, niihin tarvitaan kompensatiota. Lisää koulutuksia ohjaajille. Viedään tieto seuroille.*
 - *Frisbeegolf ei maksa mitään. Kurlingia ei ole paitsi Harjunpäässä. Sisäkurlingin on ollut tosi suosittua Kankaanpäässä. Sellainen tänne Poriin! Kaikkea muuta on ja kaikkea muuta saa. Meillä eläkeläisillä vaan ei ole varaa maksaa. Porissa upeat puitteet luontoretkelle, jos joku vaan järjestää.*
 - *Kirjurinluodossa ovat hienot mahdollisuudet. Iltaisin pimeä, sinne pitäisi saada valot. Maksuton ja esteetön leikkipuisto. Minigolf rata löytyy. Lokkilavalla jumppaa ja liikuntaa, petankiradat, frisbeegolfit, rullaluistelumahdollisuudet.*
- **Milloin mielelläsi osallistuisit liikuntaan?** (vrt. kysely: kaikista vastaajista 66 % oli valinnut vaihtoehdon "Arkisin klo 16-20")
- *Satakunnan Allergia- ja Astmayhdistys: vastaajista 88 % oli valinnut vaihtoehdon "Arkisin klo 16-20"*
 - *Satakunnan neuroyhdistys: vastaajista 50 % oli valinnut vaihtoehdon "Arkisin klo 16-20"*
 - *Jokin muu paikallisyhdistys: vastaajista 80 % oli valinnut vaihtoehdon "Arkisin klo 8-16"*
- **Mistä saat tietoa yhdistyksesi tai Porin kaupungin järjestämistä liikuntaryhmistä?**
- *Satakunnan Allergia- ja Astmayhdistys:*
 - *Satakunnan neuroyhdistys:*
 - *Jokin muu paikallisyhdistys:*

- *Kankaanpään seutu -paikallislehti ilmoittaa soveltavan liikunnan mahdollisuuksista. Ilmestyy maanantaisin ja torstaisin. Satakunnan kansan –lehti minne mennä palsta, tilattava ja maksullinen lehti. Satakunnan viikko ja Uusi Pori ovat myös hyviä.*
 - *Nuoret eivät lue lehtiä, vaan käyttävät Facebookia tai Instagramia.*
 - *Puskaradio toimii kaikista parhaiten.*
 - *Paikallisradio on iäkkäimpien suosiossa. Myös lappu ikkunassa toimii, kun se on riittävän keskeisellä paikalla.*
 - *Kasevalla 23 jäsenjärjestöä. Neuroyhdistyksellä myös vesijumppaa, siellä voi käydä.*
- **Miten tiedottamista yhdistyksesi tai Porin kaupungin järjestämistä liikuntaryhmistä voitaisiin kehittää?** (vrt. kysely: kaikista kyselyyn vastanneista jäsenistä 41 % ei osannut sanoa, onko heidän yhdistyksensä järjestänyt liikuntaryhmiä jäsenilleen v. 2015)
- *Paikallisyhdistysten tiedottamista paikallisyhdistysten sisällä – miten tätä voisi edistää? Osalla porukasta on suorat sähköpostilistat. Sähköpostilistojen päivittäminen on pitkä projekti. Pitääkö ihmisiä lähestyä puhelimitse? Verkkosivuille yksi kohta ”päivitä sähköpostiosoitteesi” ja muistutus tietojen päivittämisestä sähköpostitse ja jäsenlehteen.*
 - *Yhdistyksiä voitaisiin kutsutaan koolle ja kertoa niille esimerkiksi avustuksista. Vammaisneuvostolle terveisiä, tiedottakaa päätöksistä! Liikuntatoimi voisi kokoontua kerran vuodessa niin, että mukana olisivat jäsenjärjestöt. Esimerkiksi Vaasan liikuntatoimi kokoontuu kerran viikossa yhdistysten kanssa.*
- **Mitä osallistujille jäi jäsenraadin keskustelusta mieleen?**
- *Mahdollisimman paljon erilaista liikuntaharrastuksia. Ratsastus on terapeuttinen harrastus, se voisi sopia iäkkäämmille. Vähän erilaisempia lajeja, ei vain perinteisiä.*
 - *Pelatakaanko täällä pokkia? Se on esteetön ja hyvä laji, sopii kaikille. Kisat pystyyn!*
 - *Älykäs sovellus avoimista liikuntapaikoista, joka mahdollistaisi tilojen tehokkaamman hyödyntämisen. Nyt tieto liikkuu sisäpiirissä. Instagramin olisi yksi hyvä paikka jakaa tietoa.*
 - *Ovatko liikuntatilat esteettömiä? Tämä pitää huomioida! Miten niistä tiedotetaan?*
 - *Esteettömän tilan pitäisi olla perusjuttu. Peruskäsitys on, että eihän vammaiset mitään liiku. Etenkin vanhemmat ihmiset suhtautuvat oudoksuen. Vaikea käsittää, että voin liikkua. Jälkikäteen rakennettu esteettömyys ei aina palvele tarkoitusta. Esteettömistä kaduista on tietoa (esim. Google Street View), mutta ei rakennuksista. Tästä voisi joku oppilas tehdä SAMK:ssa opinnäytetyön kartoittamalla jonkin kohteen.*
 - *Edelleen vammaiset ihmiset kohtaavat ennakkoluuloja. He eivät halua käydä liikuntapaikoissa, sillä pelkäävät joutuvansa silmätikuksi. Tässä on kyllä paljon tehtävää.*
 - *Täällä on hyvä vauhti, paljon asioita on jo tehty ja tehdään omissa porukoissa. Nyt vaan asioita esille ja yhteistyön kautta lisää volyyymia, kunnalta tukea. Täällä on vaikka mitä mahdollisuuksia. Tarvitseeko tapahtuman olla aina liikunta. Voidaan tuoda yhdessä esille esteettömyyttä edistäviä asioita.*
 - *Paljon on vielä tehtävänä ennen kuin päästään konkreettisesti eteenpäin. Esteettömyys on huomionarvoinen asia, miten sitä lähdetään kartoittamaan ja tutkimaan. Miten saadaan yhteys urheiluseuraan yhteys? Voisiko sieltä tulla meille päin tarjouksia?*
 - *Kutsutaan seuroja keskenään tutustumaan toistensa lajeihin. Seuratkin hyötyvät siitä, että saavat yhteistyökumppaniksi yhdistyksiä.*
 - *Paljon on tehtävää, miten saadaan tieto liikkumaan kaikille? Miten saadaan ihmiset uskaltautumaan ja tulemaan mukaan? Kuinka iso kynnyks on tulla, onko pelko tulla leimatuksi?*
 - *Jos perusporilaisia ei saada liikkumaan, jossain on ongelma.*