

ESR+ Maakunnallinen liikkumisen edistämisen hanke: Perheille liikkuen osallisuutta, hyvinvointia, tukea arkeen ja kiinnittymistä yhteiskuntaan - sujuvuutta siirtymiin (Perheille -hanke 2024-2027)

SITOUMUS YHTEISTYÖSTÄ

Pohjois-Savon Liikunta ry on hakemassa ESR+ -rahoitteista maakunnallista liikkumisen edistämisen hanketta: ”Perheille liikkuen osallisuutta, hyvinvointia, tukea arkeen ja kiinnittymistä yhteiskuntaan – sujuvuutta siirtymiin (Perheille -hanke 2024-2027)”. Hankkeen tiivistelmä, jossa hankkeen sisällöt on kuvattu tiiviisti, on tässä dokumentissa liitteenä (LIITE 1).

Mikäli Pohjois-Savon Liikunnan hakema Perheille -hanke 2024-2027 saa myönteisen rahoituspäätöksen, sitoudumme tekemään hankkeen kanssa yhteistyötä alla kuvatussa/kuvatuissa asiassa/asioissa:

- seuramme/yhdistyksemme/järjestömme on mukana viestimässä hankkeen tuottamalla ja toimittamalla materiaalilla toimintamme vaikutuspiirissä oleville perheille hankkeen tarjoamista osallistumisen mahdollisuuksista ja/tai
- seuramme/yhdistyksemme/järjestömme on halukas tuottamaan palveluja (=liikuntalajien ohjauksia/muuta osallisuuden tai toimijuuden edistämisen sisältöä) hankkeen perhetapahtumiin ja/tai hankkeen perhekurseille ja niiden yhteydessä kertomaan mahdollisuuksista tulla mukaan ja osallistua toimintaamme

Yhteistyön tekemisen tapaa ja yhteistyön muotoja tarkennetaan hankkeen saadessa myönteisen rahoituspäätöksen ja hankkeen toimenpiteiden toteutusta tarkemmin suunniteltaessa.

Tämän sitoumuksen allekirjoittanut henkilö on tässä edustamansa organisaation nimenkirjoittamiseen oikeutettu.

Perheentalo -yhteistyö/Mannerheimin Lastensuojeluliiton Iisalmen yhdistys ry

Iisalmessa 10.2.2024

Sinikka Roth, Perheentalo -yhteistyön johtaja

LIITE 1.

HANKKEEN TIIVISTELMÄ 23.1.2024

Liikkumattomuus aiheuttaa vuosittain UKK-instituutin laskelmien mukaan Suomessa ainakin n. 3,5 miljardin euron kustannukset, mikä tarkoittaa Pohjois-Savossa yli 100 miljoonaa euroa. Terveysliikuntasuositusten mukaan Pohjois-Savon hyvinvointialueen 20-64 -vuotiaista 54,3 % liikkui liian vähän vuonna 2022 ja hyvinvointialueen 5. luokan oppilaista 39,4 %:lla oli heikko fyysinen toimintakyky vuoden 2022 MOVE -mittauksissa, Rautavaaralla vastaavan osuuden ollessa peräti 75 % ja Pielavedellä 60 %. Pohjois-Savo on Suomen sairastavin maakunta ja liikkumista lisäämällä monien sairauksien ennaltaehkäisy ja hoito toisivat merkittäviä taloudellisia säästöjä. Liikunnallisen elämäntavan omaksuminen lapsuusiässä kantaa usein nuoruusvuosien ja aikuisiän kautta koko elämänskaarelle – perheillä on tässä ratkaiseva rooli. Haettavassa hankkeessa perheiden osallistumisen esteiden poistoon ja liikkumisen lisäämiseen vaikuttamalla saadaan vaikutettua niin perheen työikäisten aikuisten kuin lasten ja nuorten jaksamiseen ja hyvinvointiin sekä koko perheyksikön toimintakykyyn ja koheesioon. Samalla vaikutetaan ennaltaehkäisevästi useiden negatiivisten tekijöiden (mm. syrjäytyminen, elintavat, sairastavuus, sosioekonominen asema) ylisukupolviseen siirtymiseen.

Hankkeen hakijana on Pohjois-Savon Liikunta ry ja hankehenkilöstössä on kaksi kokoaikaista hanketyöntekijää. Hankkeen tärkeänä kumppanina on Pohjois-Savon hyvinvointialue. Toimenpiteisiin ohjaamista kohdennetaan hauraisissa ja haavoittuvissa elämäntilanteissa oleviin perheisiin. Hankkeen kohderyhmänä ovat myös perheet, joilla ”menee hyvin” - he voivat tukea ja edistää haasteellisissa elämäntilanteissa olevien perheiden elämänhallinnan ja hyvinvoinnin parantamista, imeä mukaan ”hyvän kierteeseen”.

Hankkeen toimenpiteinä toteutetaan vaiheittain kaikissa pohjoissavolaisissa kunnissa (yht. 19) 1) uudenlaista, säännöllistä perhekurssitoimintaa, 2) toiminnallisia ja aktivoivia, kaikille avoimia perhetapahtumia ja 3) edistetään hankkeen perhekurssitoiminnan ja perhetapahtumien kautta perheliikuntatoimintaa seuroissa/yhdistyksissä. Hankkeen päätoimenpiteen, perhekurssien, kokoontumiskerrat rakentuvat kuulumisten vaihdosta, ohjatuista eri liikuntalajien liikkumisen osuuksista, terveellisestä välipalaketusta ja teemoitetuista esim. elintapoihin, elämänhallintaan, kouluttautumiseen tai työllistymiseen liittyvistä osuuksista. Joillain kurssikerroilla tehdään retkiä lähiympäristöön.

Toimenpiteiden tuloksena osallistuneet perheet liikkuvat yhdessä perheenä ja omatoimisesti aiempaa enemmän. Mahdollisimman moni löytää liikunnallisen elämäntavan ja perheen yhteiset tavat liikkua. Perheiden arkisissa, elintapoihin liittyvissä käytännöissä tapahtuu useita myönteisiä muutoksia. Sosiaaliset kontaktit lisääntyvät ja verkostot vahvistuvat, elämänhallinta kohenee, perheet saavat lisää voimavaroja arkeen ja kiinnittyvät vahvemmin yhteiskuntaan. Osallistuneita perheitä/perheenjäseniä ohjautuu ja kiinnittyy mukaan paikallisten seurojen, yhdistysten ja järjestöjen toimintaan. Seuratoimintaan osallistuminen ja sen tarjoamat toimija- ja talkootehtävät edistävät työikäisten työllistymisen ja kouluttautumisen valmiuksia. Seurat/yhdistykset /järjestöt käynnistävät uutta sekä kehittävät olemassa olevaa perheliikuntatoimintaa ja paikkakuntien matalan kynnyksen harrastetoiminnan tarjontaa vahvistuu.

Aikaansaatujen muutosten myötä osallistuneiden perheiden ja perheenjäsenten hyvinvointi ja terveys kohenee, ennaltaehkäistään useita sairauksia ja negatiivisten tekijöiden ylisukupolvista siirtymistä. Työ- ja toimintakyky vahvistuu, työikäisten kouluttautumis- ja työllistymisvalmiudet paranevat ja aikaansaadaan tavoiteltuja muutoksia hankkeessa seurattavissa lyhyen aikavälin tavoitteissa. Perheet liikkuvat enemmän, elävät terveellisemmin, kokevat enemmän osallisuutta ja voivat paremmin - tullaan vahvemmin osaksi yhteiskuntaa, kouluttaudutaan ja työllistytään. Tuotteista ja toimintatavoista syntyy uudenlainen, yhteistyöllä toteutettava pohjoissavolaisten perheiden liikkumisen ja laajemmin hyvinvoinnin edistämisen toimintatapa/palvelupolku, jossa järjestöt ovat mukana. Toimijatahojen kumppanuus ja yhteistyö (hyvinvointialue, maakuntaliitto, kunnat, järjestöt, seurakunnat ja yhdistykset) pohjoissavolaisten hyvinvoinnin edistämässä vahvistuu.