

Valtion erityisavustuksen käyttö - Liperin Ikiliikkujat -hanke 1.3.2025–31.12.2025

Hyvinvointilautakunta 20.03.2025 § 25

675/02.05.02.03/2023

Liperin kunta haki valtionavustusta liikunnallisen elämäntavan paikallisista kehittämisavustuksista Ikiliikkujat-hanketta varten 7 000 € hankkeen kokonaiskustannusten ollessa 14 000 €. Aluehallintovirasto myönsi Liperin kunnalle 7 000 € hankkeen toteuttamista varten ajalle 1.3.–31.12.2025. Myönnetyn avustuksen enimmäisosuus hankkeen toteutuneista kokonaiskustannuksista saa olla 50 %.

Saatu avustus on jatkorahoitus vuonna 2024 myönnettyyn Ikiliikkujat-hankeavustukseen. Vuoden 2024 rahoituksen käytölle haettiin ja myönnettiin jatkoa ajalle 1.1–28.2.2025.

Liperin Ikiliikkujat -hankkeen tavoitteena on saada yli 65-vuotiaat liperiläiset liikkumaan nykyistä enemmän. Lähtökohtana on arkiaktiivisuuden lisääminen sekä liikunnan harrastus omaehtoisesti tai ohjattuna. Hankkeessa koulutetaan vertaisohjaajia sekä ulkoiluystäviä, jotka voivat rohkaista ikäihmisiä liikkumaan matalalla kynnyksellä. Hankkeessa ikäihmisten liikuttajina hyödynnetään Liperin vahvuuksia kuten asukkaita lähellä sijaitsevaa luontoa ja ulkoilureittejä sekä aktiivisia kyläyhdistyksiä ja kyläläisiä.

Hanke on suunniteltu kolmivuotiseksi. Hankkeen pääasiallinen kohderyhmä ovat ikäihmiset (65+). Ensimmäisenä vuonna (2024) käynnistettiin toiminta. Osa-aikaisena hankkeenkoordinaattorina toimiva terveysliikunnanohjaaja perehtyi valtakunnalliseen Ikiliikkujat-kokonaisuuteen, vertaisohjaaja- ja ulkoiluystävämalleihin ja toteutustapoihin eri paikkakunnilla ja valitsi näiden pohjalta Liperissä kokeiltavat toimenpiteet sekä suunnitteli tavat, joilla vertaistoiminnan koordinointi Liperissä olisi sujuvinta. Samassa yhteydessä tarkasteltiin myös tällä hetkellä vertaisohjattuna toimivien liikuntaryhmien toimintaa.

Koordinaattori osallistui syksyn 2024 aikana ohjaajakoulutuksiin, jotka antavat pätevyyden kouluttaa itse lisää vertaisohjaajia Liperiin. Koordinaattori suoritti Ikiliikkujat-verkoston ulkoiluystävä-kouluttajakoulutuksen sekä iäkkäiden voima- ja tasapainoharjoitteluun keskittyvä Voitas-kouluttajakoulutuksen. Useita vertaisohjaajien vetämiä uusia liikuntaryhmiä käynnistyi hankkeen ensimmäisen toimintavuoden aikana, ensimmäinen ulkoiluystäväkoulutus toteutettiin alkuvuodesta 2025 sekä hankkeen puitteissa järjestettiin ikäihmisille suunnattuja tapahtumia.

Vuonna 2025 vertaisohjaaja- ja ulkoiluystävätoimintaa vakiinnutetaan ja jatketaan vapaaehtoisten ohjaajien sekä ulkoiluttajien kouluttamista sekä yhteistyötä kyläyhdistysten ja muiden toimijoiden kanssa sekä ikäihmisiä liikutetaan ja ikäihmisille suunnattuja liikkumisvaihtoehtoja tehdään tutuksi kunnan ikäihmisille suunnatuissa sekä muissa liikkumistapahtumissa.

Kolmantena vuonna (2026) jatketaan ikäihmisten liikuttamista ja kootaan kokemuksia yhteen. Hankkeen loppupuolella laaditaan esimerkiksi Liperin vertaisliikuttajan toimintamallin kuvaus niin, että toiminta voi jatkua sujuvasti myös hankkeen päättymisen jälkeen. Toiminnan koordinointi otetaan osaksi terveysliikunnanohjaajan työnkuvaa. Mahdollisuuksien mukaan toimintaa laajennetaan, jotta se tavoittaisi mahdollisimman monet. Kolmannen toimintavuoden toimintasuunnitelmat kuvataan tarkemmin myöhempien rahoitushakujen yhteydessä.

Vaikutusten arviointi	Liperiläisten ikäihmisten liikkuminen lisääntyy Liperin liikkumisohjelman ja Liperin ikäystävällisyyden ohjelman mukaisesti. Hankkeen myötä Liperissä toteutuu nykyistä enemmän vertaisohjattuja ryhmiä ja sekä aktiivisesti toimivien vertaisohjaajien sekä ulkoiluystävien määrä kasvaa. Hankkeen ensimmäisen toimintavuoden aikana vertaisohjattujen ryhmien määrä on tuplaantunut neljästä kahdeksaan, uusia vertaisohjaajia on saatu mukaan ryhmiä vetämään ja ulkoiluystävätoimintaan on löytynyt ensimmäiset ulkoiluystävät. Ensimmäisen ulkoiluystäkoulutuksen suoritti n. 20 henkilöä.
Valmistelija	Vapaa-aikapäällikkö
Esittelijä	Hyvinvointijohtaja Lappalainen Riitta
Päätösehdotus	Hyvinvointilautakunta merkitsee tiedoksi Liperin Ikiliikkuajat -hankkeelle saadun erityisavustuksen sekä hyväksyy vapaa-aikapäällikön suunnitelman avustuksen käytöstä.
Päätös	Hyväksyttiin päätösehdotus.
Toimeenpano	Vapaa-aikapalvelut
Lisätietoja	Vapaa-aikapäällikkö p. 0400 678 799