

# Meijän perhe liikkeellä

Hanketiivistelmä

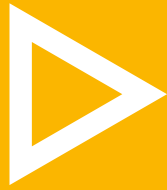
Likes  
by jamk



**Meidän perhe liikkeellä -hankkeen tavoitteena on ollut tunnistaa ja tuoda näkyväksi liikkumisen merkitys osana perheitä kohtaavien toimijoiden työtettä ja menetelmäpakkia.**

Päämääränä on, että työn, järjestö- tai vapaaehtoistoiminnan kautta lapsiperheitä kohtaavilla toimijoilla olisi aiempaa enemmän työkaluja perheiden hyvinvointiin liittyvien asioiden, kuten liikunnan ja liikkumisen, puheeksi ottamiseen ja liikkumaan kannustamiseen. Tämä luo edellytyksiä sille, että perheiden liikkumista voitaisiin perhekeskus kontekstissa tukea ja perheiden liikkuminen voisi (tulevaisuudessa) lisääntyä.





## Hankkeen perustiedot

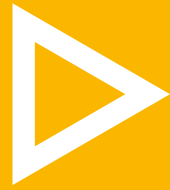
- 1.1.2020–31.10.2022
- 200 000 € (STM, terveyden edistämisen määräraha)
- Hallinnoija Likes (vuoden 2022 alusta Likes osana Jyväskylän ammattikorkeakoulua), osatoteuttaja Keski-Suomen Liikunta ry
- Keskeisimmät yhteistyötahot: Keski-Suomen Seututerveyskeskus + pilottikunnat (Joutsa, Keuruu, Laukaa, Petäjävesi), Mannerheimin Lastensuojeluliiton Järvi-Suomen piiri ry
- Toimintaympäristö: lapsi- ja perhepalvelut, erityisesti perhekeskustoiminta



# Ydinsisällöt

- **Mitä:** perhekeskustoimintaan (lasten, nuorten ja perheiden palvelut ja toiminnot) kytkeytyvien eri alojen ammattilaisten sekä kolmannen sektorin ja seurakuntien toimijoiden **yhtenäisemmän kielen, yhteistyön (tunteminen, luottaminen) ja osaamisen (työkalut, menetelmät) vahvistaminen perheiden liikkumisen edistämiseksi.**
- **Miksi:** kuntien resurssit joudutaan monesti kohdistamaan korjaavaan työhön. Liikkuminen eri ulottuvuuksineen on vielä alihyödynnetty osa **perheiden varhaista ja voimavaroja vahvistavaa tukea.** Fyysisellä aktiivisuudella on tutkitusti myönteinen vaikutus moniin hyvinvoinnin osatekijöihin.
- **Miten:** **perhekeskustoimintamalli nähdään alustana monitoimijaiselle vuoropuhelulle ja yhtenäisemmän toimintakulttuurin luomiselle.** Hankkeen toimenpiteiden kautta viedään osaltaan perhekeskuskehittämistä eteenpäin perheiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen näkökulmasta.





## Hankkeen ”ideologiaa”

- **Vastavuoroinen prosessi ja toisilta oppiminen** (ei vain yksisuuntaisesti liikunta-asiaa soten suuntaan, vaan liikuntaväki oppijoina ja vuoropuhelijoina yhtä lailla) – kokonaishyvinvoinnin näkökulma
- **Terve ja hyvinvoiva lapsi kasvaa, kehittyy ja oppii:** liikunta ja liikkuminen -> terveys, toimintakyky, hyvinvointi
- **Liikunta ja liikkuminen välineenä** terveyden, toimintakyvyn ja hyvinvoinnin parantamiseen ja ylläpitoon, ei niinkään itseisarvo
- Perheitä kohtaavien ammattilaisten ja muiden toimijoiden tukeminen, **jotta heillä on keinoja ja omaa jaksamista vahvistaa vanhemmuutta** – lapsi ja nuori voi hyvin, jos hänen ympärillään voivat aikuiset voivat hyvin.



# Hankkeen pääasiallinen kohderyhmä = ammattilaiset, järjestötoimijat

- pilottikuntien perhekeskukseen kytkeytyvät monitoimijaiset tiimit, joissa on työntekijöitä **sosiaali-, terveyst- ja sivistyssektoreilta (ml. kirjasto ja seurakunta)**,
- kunnan **liikuntatoimi tai liikuntatoiminnasta vastaava toimi** kuten vapaa-aika- tai sivistystoimi,
- **järjestötoimijat** (esim. liikuntaseurat, MLL), joilla liikunta on osa toimintaa tai joiden toiminnan osaksi liikunnan ja liikkumisen edistäminen voisi jossakin muodossa nivoutua, ja jotka jo toimivat perhekeskuksen yhteydessä tai voisivat tulla osaksi sitä.
- **Välillinen kohderyhmä = (pilottikuntien) lapsiperheet**



# Hankeorganisaatioiden "LAPE-historia" ja hanketoimien aikajana

(loppusyksystä 2016 lokakuun loppuun 2022)



\*Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma



# Hanketoimet

- 4-osainen koulutussarja: Hyvä arki lapselle, Mielen hyvinvointia edistämässä, Kohtaamisia luonnossa ja Kulttuuri liikuttaa (Kuvio 1.)
- monipuoliset viestintätoimet: blogikirjoitukset, videosarja, podcastsarja, some-viestintä, valtakunnallisesti levitettävä interaktiivinen lopputuotos toimijoiden käyttöön, tiivis yhteydenpito hankkeen sidosryhmiin
- vahva verkostotyö ja -toimijuus sekä asiantuntijatoiminta: jäsenyydet ja edustus erilaisissa verkostoissa ja työryhmissä sekä uusien verkostojen syntyminen, esiintymiset ja puheenvuorot eri tilaisuuksissa ja tapahtumissa, hankkeen verkostotapahtuma Kohtaamisissa on mahdollisuus
- edellisiin liittyvä seuranta ja arviointi: palautekyselyt koulutuksista, verkostotapahtumasta ja hankkeen viestinnästä, perheiden case-haastattelut ja sidosryhmähaastattelut, viestintätoimenpiteiden seuranta, toimintaympäristön havainnointi ja vuoropuhelu verkostojen kanssa (Kuvio 2.)



# Koulutus- ja työpajasarja

**Kulttuuri liikuttaa  
-koulutus  
3/2022**

## **Koulutus- ja työpajasarja**

**= neljän koulutusosion  
prosessi, jossa  
läpileikkaavasti:**

Yhteinen kieli ja käsitteet, yhteiset  
merkitykset ja sanoitukset  
(vuorovaikutus)

Liikunnan ja liikkumisen edistämisen  
ulottuvuus

Toiminnallisuus

Kokonaishyvinvointi

**Kohtaamisia  
luonnossa  
-koulutus  
9/2021**

**Hyvä arki  
lapselle  
-koulutus\***  
11/2020–1/2021

\*Lapset puheeksi  
-menetelmään  
pohjautuva

**Mielen  
hyvinvointia  
edistämässä  
-koulutus  
4–5/2021**

11/2021  
toteutettiin  
lisätyöpaja  
Petäjävedellä.

## Sidosryhmä- keskustelut

Tapahtuu matkan varrella  
verkostoissa

## Alkukartoitus kohderyhmille

(10/2020)

## Perheiden case-haastattelut

(11/2020 ja 1/2021 välisenä aikana)

Toteutus MLL Järvi-Suomen piiri ry: pilotti-  
kuntienperhe kahvilatoiminnanyhteydessä  
jututettiin n. 10 perhettä/vanhempaa,  
keskusteluihin pohjautuva blogiteksti **6/2021**

## Hankepäiväkirja, muut havainnot ja muistiinpanot

Jatkuvaa

# Hankkeen seurannan ja arvioinnin kokonaisuus

## Viestintätoimen- piteiden seuranta

(esim. media- ja someseuranta)

## Palautekyselyt koulutuksista ja verkostotapahtumista

## Sidosryhmä- haastattelut

(10/2022), kaksi  
yksilöhaastattelua ja yksi  
ryhmähaastattelu

## Kysely hankkeen toiminnassa mukana olleilla

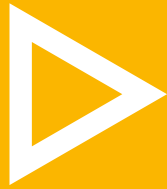
(9/2022)

## Koulutuskokonaisuus

(Hyvä arki lapselle, Mielen hyvinvointia edistämässä,  
Kohtaamisia luonnossa, Kulttuuri liikuttaa) ja  
**Kohtaamisissa on mahdollisuus -  
verkostotapahtuma**

## Viestintä kytketty seurannan ja arvioinnin toimenpiteisiin

(esim. osallistujapalautteista  
nostoja koulutuksia  
käsittelevissä blogiteksteissä)



# Hankkeen pilottikuntien edustajien ajatuksia hankkeen aloitustapaamisissa

(edustettuina mm. peruspalvelut, sivistys, liikunta, kulttuuri)

”Kunnassa suhteellisen paljon vähän liikuntaa harrastavia sekä fyysisesti heikossa kunnossa olevia lapsia (Kouluterveyskyselyn ja Move!-mittausten mukaan). Jos tähän ei satsata, korjaaville toimille tulee tarvetta.”

”Perheet toivoneet avoimia vanhempainiltoja, joissa eri asiantuntijoilta saisi tietoa erilaisiin kasvatustilanteisiin, esim. miten kehittää arjenhallintaa.”

”Vanhempien jaksaminen tulee huomioida, sillä aikuisten hyvinvointi on lasten ja nuorten hyvinvoinnin edellytys.”

”Ei ihme temppuja, vaan arjen pieniä tekoja yhdessä.”

”Kehitettävä yhteinen puheeksi ottamisen tapa. Kun työpajoista saa itse ammattilaisena kokemuksellisen ja kehollisen elämyksen, niin on helpompi ottaa asia puheeksi perheen kanssa.”

”Vähän tulokulmaa muuttamalla voitaisiin saada ns. toivottomissa perhetyön asiakkuuksisakin tuloksia. Tarvitaan panostusta ja erilaisia keinoja juuri näihin perheisiin, joihin jo muut ”keinot” on käytetty.”