

OHJE LIIKUNTANEUVONNAN HANKEARVIOINTIIN / INSTRUKTIONER FÖR UTVÄRDERING AV UTVECKLINGSPROJEKTET INOM MOTIONS RÅDGIVNING (s.5)

Liikuntaneuvontaa kehittävän hankkeen vaikutusten arviointi

Nämä ohjeet auttavat vastaamaan liikuntaneuvonnan kehittämishankkeiden arviointikyselyyn.

Tähän liitteeseen on koottu ohjeet RE-AIM-viitekehyksen mukaisesta hankearvioinnista. Arviointiin kuuluu viisi ulottuvuutta, joita ovat tavoitavuus (Reach), vaikuttavuus (Effectiveness), omaksuminen (Adoption), toteutuminen (Implementation) ja pysyvyys (Maintenance). Kuhunkin ulottuvuuteen kuuluu muutama arviointikysymys, joihin vastaaminen ohjaa hakijaa arvioinnin suunnittelussa. Kunkin kysymyksen kohdalla annetaan esimerkki vastaamisesta.

Ohjeet arvioinnin ensimmäisen kyselyn täyttämiseen

1. Hankkeen kohderyhmä ja sen tavoittaminen

Kohderyhmäksi määritellään tarkkaan rajattu joukko, jonka hanke tosiasiallisesti voi hankkeen aikana tavoittaa. Alla olevan taulukon esimerkit auttavat ymmärtämään, miten kohderyhmää voi rajata ensin yleisemmin ja sen jälkeen kohdentaen. Kohderyhmäksi ei kannata merkitä esimerkiksi väestöryhmän kokonaislukumäärää kunnassa, koska usein koko väestöryhmän tavoittaminen hankkeen aikana ei ole mahdollista.

Kohderyhmän koko on kuvattava mahdollisimman tarkasti lukumääränä. Määrällisen arvion voi tehdä esimerkiksi laskemalla, kuinka monta asiakasta palveluun tulee viikossa ja kertomalla sen luvun niiden viikkojen lukumäärällä, joiden ajan hanke on toiminnassa.

Lisäksi hanketoimijoiden tulee määritellä, miten valitun kohderyhmän tavoittaminen tullaan konkreettisesti osoittamaan. Mitkä tiedot osallistumisista kerätään ja miten? Lukumäärä on oleellinen tieto, ja lisäksi on tarvittaessa kerättävä tarkempia tietoja, jotka todentavat, että tavoitetut henkilöt ovat olleet tavoitellun kohderyhmän mukaisia. Esim. jos tavoitellaan yli 65-vuotiaita, täytyy kerätä osallistujien ikä.

Mikä on hankkeessa kehitettävän liikuntaneuvontapalvelun kohderyhmä?	Esim. ”Neuvolapalveluista ohjautuvat perheet” Esim. ”Lukiokoulutuksen (yksi tai useampi oppilaitos) miesopiskelijat”
Miten kohderyhmää on rajattu tarkemmin?	Esim. ”Peltokylän neuvolan asiakkaana olevat 4–6-vuotiaat lapset ja heidän perheensä.” Esim. ”Tykkimäen ja normaalikoulun lukion 1. ja 2. vuoden miesopiskelijat”
Kuinka suuri on tavoiteltava kohderyhmä?	Esim. ”30 perhettä” Esim. ”105 henkilöä”

Mitä tietoa keräätte hankkeessa kehitettävän liikuntaneuvontapalvelun asiakkaista?	Esim. ”Lukumäärä, ikä, sukupuoli ja liikunta-aktiivisuus”.
Mikä on tiedonkeruumenetelmä ja mihin tiedot tallentuvat?	Esim. ”Excel, Hyviö – palvelu, Webropol -kyselyohjelma tai potilastietojärjestelmä sekä alku- ja loppukysely”

2. Hankkeen tavoitteet ja niiden saavuttaminen

Hankkeelle määritellään **enintään kolme tärkeintä tavoitetta**. Tavoitteiden määrittelyn jälkeen, pohditaan, miten tavoitteen toteutuminen voidaan hankkeen päätyttyä osoittaa ja mistä nämä tiedot saadaan.

Hankkeen tavoitteet on syytä määritellä mahdollisimman yksinkertaisiksi ja riittävän rajatuiksi, jolloin niiden toteutumista on helpompaa mitata. Tavoitteissa ei pyritä esimerkiksi koko kunnan asukkaiden liikkumisen lisääntymiseen, vaan hankkeessa tavoiteltavien henkilöiden liikkumisen lisääntymiseen. Tavoiteltaessa liikkumisen lisääntymistä on syytä myös määritellä, miten hankkeen vaikutusta liikkumisen määrään voidaan seurata.

<p>1. Kuvaava hankkeen tavoite (1–3 kpl)</p> <p>2. Mitkä tekijät osoittavat, että tavoite toteutui? (indikaattori)</p> <p>3. Mistä saadaan tietoa tavoitteen toteutumisesta? (mittari)</p>	<p>Esimerkkejä:</p> <ol style="list-style-type: none"> Lisätään liikuntaneuvontaan osallistuvien opiskelijoiden arjen liikkumista. Opiskelijoiden koulumatkaliikkuminen ja opiskelupäivän aikainen liikkuminen on lisääntynyt. Alku- ja loppukysely opiskelijoille; oppilaitoksen koulumatkakysely. <ol style="list-style-type: none"> Useat eri tahot ja niissä työskentelevät ammattilaiset ohjaavat asiakkaita kunnan liikuntaneuvontaan. Liikuntaneuvontaan ohjaavien tahojen ja ammattilaisten määrä on lisääntynyt. Ohjaavat tahot ja ammattilaiset (tilastointi). <ol style="list-style-type: none"> Kunnassa on rakennettu liikuntaneuvonnan palvelupolku. Palvelupolku on saatu valmiiksi ja toiminta on sen pohjalta mahdollista käynnistää. Toteutunut: kyllä/ei
--	--

Jokaiselle tavoitteelle määritellään 1–3 toimenpidettä, jotka edistävät kyseisen tavoitteen toteutumista. Toimenpiteet ovat tekoja, suorituksia ja toimintaa. Ne vievät hanketta eteenpäin käytännössä ja palvelevat tavoitteiden toteutumista.

Toimenpiteille määritetään toteutumisen mittarit, joiden avulla tiedetään, kuinka hyvin toimenpide on onnistunut. Mittareita voi olla useita, kuten osallistujamäärä ja arkiliikunnan lisääntyminen. Nämä tiedot saadaan tilastoinnin avulla ja esimerkiksi alku- ja loppukyselyistä.

<p>Tavoitekohtaisesti:</p> <p>1. Toimenpide (max. 3)</p> <p>2. Miten toimenpiteen toteutumista seurataan?</p>	<p>Esimerkkejä:</p> <p><i>Jos tavoitteeksi on määritelty ” Lisätään liikuntaneuvontaan osallistuvien opiskelijoiden arjen liikkumista.”</i></p> <p>1. Liikuntaneuvonnassa käydään läpi arjen liikkumisen merkitystä ja mahdollisuuksia sekä kannustetaan eri tavoin opiskelumatkojen aktiiviseen kulkemiseen ja aktiivisuuteen opiskelupäivän aikana.</p> <p>2. Opiskelijan kanssa tehdään alku- ja loppukysely, missä arjen liikkumisen lisääminen on mukana. Tietoja voidaan verrata oppilaitoksen opiskelumatkakyselyyn.</p> <p><i>Jos tavoitteeksi on määritelty: ”Useat eri tahot ja niissä työskentelevät ammattilaiset ohjaavat asiakkaita kunnan liikuntaneuvontaan.”</i></p> <p>1. Kontaktoidaan liikuntaneuvonnan kohderyhmän näkökulmasta keskeiset ohjaavat tahot ja varmistetaan, että heillä on riittävät tiedot ohjaamiseen.</p> <p>2. Tilastoimalla tavoitetut ohjaavat tahot ja käydyt ohjauskeskustelut.</p>
---	--

3. Hankkeen toteuttajat ja sidosryhmät: palvelupolun toimijat

Liikuntaneuvonnan palvelupolulla toimii tavallisesti palveluyksiköitä, ammattilaisia ja muita tahoja eri hallinonaloilta. Hankkeen onnistumisen kannalta on tärkeä seurata miten hyvin hankkeen toimijat (esim. palveluyksiköt, ammattilaiset ja sidosryhmät) sitoutuvat toteuttamaan hanketta suunnitelman mukaan.

Käytänteiden omaksumisen arviointi voi olla lukumääriin perustuvaa (esim. kuinka moni ammattilainen otti käyttöön toimintamallin tai ohjasi liikuntaneuvontaan) tai laadullista (esim. kuinka tarkasti tai usein toimintamallia noudatettiin). Hankkeen alussa toteutetaan tarvittaessa alkuselvityksiä lähtötason määrittämiseksi.

<p>Mitkä ovat keskeisimmät tahot ja toimijat, joiden kanssa hanketta toteutetaan?</p>	<p>Esim. liikuntaneuvojat, terveydenhoitajat, oppilaan- tai opiskelun ohjaajat, TE-palvelut.</p>
<p>Mitkä ovat eri hanketoimijoiden tehtävät hankkeen toteutuksessa?</p>	<p>Esim. ”Terveystoimija ottaa liikkumisen puheeksi ja ohjaa opiskelijoita liikuntaneuvontaan”</p>

	”TE-palvelut järjestävät kunnan liikuntaneuvojan kanssa ryhmämuotoista liikuntaneuvontaa”
Miten arvioidaan eri tahojen onnistumista omissa hankerooleissaan ja tehtävissään?	<p>Esim.</p> <p>”Palvelupolkua arvioivat alku- ja loppukyselyt”</p> <p>”Hanketoimijoiden itsearviointikysely”</p> <p>”Liikuntaneuvonnan asiakastilasto”</p> <p>”Järjestetyt ryhmämuotoiset liikuntaneuvonnan tilaisuudet ja osallistujamäärä”</p>

4. Vakiintuminen: kohti pysyvää palvelua

Seuraavat kysymykset auttavat pohtimaan hankkeessa kehitettyjen toimintamallien vakiintumista ja aikaansaatuisten vaikutusten pysyvyyttä. Vakiintumisella tarkoitetaan, että liikuntaneuvontapalvelu (tai siihen kehitettävät laajennukset) muodostuu pysyväksi osaksi kunnan peruspalveluja ilman riippuvuutta ulkopuolisesta rahoituksesta.

Millä teoilla ja toimenpiteillä ajattelette saada hankkeessa kehitetyt toimintamallit vakiintumaan?	<p>Esim.</p> <p>”Sidomme kohderyhmän liikkumisen tarkastelun jatkossa osaksi kunnan hyvinvointisuunnitelma- ja kertomustyötä.”</p> <p>”Esitämme palvelun vakiinnuttamista vapaa-aikajohdolle ja lautakunnalle seuraavan talousarvion suunnitteluvaiheessa hankkeessa saatuun dataan ja kokemuksiin perustuen.”</p> <p>”Sisällytetään liikuntaneuvonta osaksi liikunnanohjaajan työsuunnitelmaa ja tehtäväkuvaa.”</p>
Miten aiotte tulevaisuudessa arvioida hankkeessa kehitettyjen toimintamallien vakiintuneisuutta ja/tai pysyviä vaikutuksia?	<p>Esim.</p> <p>”Seurataan ja raportoidaan hankkeen kohderyhmään kuuluvien asiakkaiden liikuntaneuvonnan käyntikertojen kehittymistä.”</p> <p>”Selvitetään palvelupolulla toimivien ammattilaisten sitoutumista liikkumisen puheeksiottamiseen kyselyin tai haastatteluin.”</p>
Mitkä tekijät saattavat estää hankkeessa kehitettyjen toimintamallien vakiintumista?	Kerro vapaasti haasteista tai esteistä, jotka voivat haitata palvelun vakiintumista!

Utvärdering av effekterna av ett utvecklingsprojekt inom motionsrådgivning

Dessa instruktioner hjälper dig att besvara utvärderingsenkäten för utvecklingsprojekt inom motionsrådgivning.

Detta dokument sammanställer riktlinjer för projektutvärdering enligt RE-AIM-ramverket. Utvärderingen omfattar fem dimensioner: Reach, Effectiveness, Adoption, Implementation och Maintenance. Varje dimension innehåller ett antal utvärderingsfrågor som hjälper sökanden att planera utvärderingen. Exempel på svar ges för varje fråga.

Instruktioner för att fylla i den första utvärderingsenkäten

1. Projektets målgrupp och dess räckvidd

Målgruppen ska vara tydligt definierad som en specifik grupp som projektet realistiskt kan nå under sin genomförandetid. Tabellen nedan ger exempel på hur målgruppen först kan definieras brett och därefter specificeras ytterligare.

Det rekommenderas inte att definiera hela kommunens befolkning som målgrupp, eftersom det ofta är orealistiskt att nå en hel befolkningsgrupp under projektets gång.

Målgruppens storlek bör anges så exakt som möjligt i numeriska termer. En kvantitativ uppskattning kan göras genom att till exempel beräkna hur många kunder som använder tjänsten per vecka och multiplicera detta med antalet veckor projektet pågår.

Dessutom måste projektets aktörer definiera hur de ska visa att målgruppen verkligen har nåtts i praktiken. Vilka uppgifter om deltagandet samlas in, och hur? Antalet deltagare är en viktig uppgift, men det kan också behövas mer detaljerad information för att verifiera att de nådda personerna överensstämmer med den avsedda målgruppen. Till exempel, om projektet syftar till att nå personer över 65 år, måste deltagarnas ålder samlas in för att säkerställa att kriteriet uppfylls.

Vilken är målgruppen för den motionsrådgivningstjänst som utvecklas inom projektet?	Exempel: 1. "Familjer som hänvisas från rådgivningstjänster" 2. "Manliga gymnasiestuderande (från en eller flera skolor)"
Hur har målgruppen avgränsats mer specifikt?	Exempel: 1. "Barn i åldern 4–6 år och deras familjer som är kunder hos Peltokylä rådgivningstjänst." 2. "Manliga studerande i årskurs 1 och 2 vid Tykkimäki och Normalskolans gymnasium."
Hur stor är den målgrupp ni strävar efter att nå (antal personer)?	Exempel: 1. "30 familjer" 2. "105 personer"
Vilken information samlar ni in om kunderna i den motionsrådgivningstjänst som utvecklas?	Exempel: "Antal deltagare, ålder, kön och fysisk aktivitetsnivå."
Vilken är metoden för datainsamling och var lagras uppgifterna?	Exempel: "Excel, Hyviö-tjänsten, Webropol-enkätprogram eller patientjournalssystem samt inledande och avslutande enkät."

2. Projektets mål och hur de uppnås

För projektet fastställs högst tre viktigaste mål. Efter att målen har definierats övervägs hur måluppfyllelsen kan påvisas när projektet avslutas och varifrån dessa uppgifter kan hämtas.

Projektets mål bör formuleras så enkelt och tydligt avgränsade som möjligt, så att det blir lättare att mäta deras genomförande. Målen bör inte sträva efter att exempelvis öka den fysiska aktiviteten hos hela kommunens invånare, utan snarare fokusera på att öka aktiviteten hos de personer som projektet riktar sig till.

Om målet är att öka fysisk aktivitet bör det också definieras hur projektets inverkan på aktivitetsnivån kan följas upp.

<p>1. Beskriv projektets mål (1–3 st)</p> <p>2. Vilka faktorer visar att målet har uppnåtts? (indikator)</p> <p>3. Varifrån fås information om måluppfyllelsen? (mätinstrument)</p>	<p>Exempel:</p> <p>1. Öka den dagliga fysiska aktiviteten hos studenter som deltar i rådgivningen om fysisk aktivitet.</p> <p>2. Studenternas aktiva transport till skolan och rörelse under skoldagen har ökat.</p> <p>3. Enkäter i början och slutet av projektet för studenter; skolans enkät om transport till skolan.</p> <p>1. Flera aktörer och yrkesverksamma inom olika sektorer hänvisar klienter till kommunens rådgivning om fysisk aktivitet.</p> <p>2. Antalet aktörer och yrkesverksamma som hänvisar till rådgivning har ökat.</p> <p>3. Registrering av hänvisningar från aktörer och yrkesverksamma (statistik).</p> <p>1. En servicekedja för rådgivning om fysisk aktivitet har byggts upp i kommunen.</p> <p>2. Servicekedjan är färdig och verksamheten kan inledas utifrån den.</p> <p>3. Genomförd: ja/nej.</p>
---	---

För varje mål definieras 1–3 åtgärder som främjar att målet uppnås. Åtgärderna är konkreta handlingar, prestationer och aktiviteter. De driver projektet framåt i praktiken och stöder genomförandet av målen.

För varje åtgärd fastställs mätinstrument för genomförandet, vilket gör det möjligt att bedöma hur väl åtgärden har lyckats. Det kan finnas flera mätinstrument, såsom antal deltagare och ökad vardagsmotion. Dessa uppgifter samlas in genom statistikföring och exempelvis enkäter i början och slutet av projektet.

<p>Målbaserat:</p> <p>1. Åtgärd (max. 3)</p>	<p>Exempel:</p> <p>Om målet är: "Öka vardagsmotionen hos studenter som deltar i motionsrådgivning."</p>
--	---

<p>2. Hur följs genomförandet av åtgärden upp? (Med vilken metod samlas information om åtgärdens genomförande?)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. I motionsrådgivningen går vikten av vardagsmotion och dess möjligheter igenom, och olika sätt att uppmuntra till aktiv transport till och från skolan samt aktivitet under skoldagen introduceras. 2. En inledande och avslutande enkät genomförs med studenten där ökningen av vardagsmotion följs upp. Uppgifterna kan jämföras med skolans transportenkät. <p>Om målet är: <i>"Flera olika aktörer och yrkesverksamma inom dem hänvisar kunder till kommunens motionsrådgivning."</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kontakta centrala hänvisande aktörer utifrån målgruppens behov och säkerställ att de har tillräcklig information om hänvisningsprocessen. 2. Statistikföring av nådda hänvisande aktörer och genomförda rådgivningssamtal.
---	---

3. Genomförare och intressenter i projektet: Aktörer inom tjänstekedjan

Inom tjänstekedjan för motionsrådgivning finns vanligtvis serviceenheter, yrkesverksamma och andra aktörer från olika förvaltningsområden. För att projektet ska lyckas är det viktigt att följa upp hur väl projektets aktörer (t.ex. serviceenheter, yrkesverksamma och intressenter) engagerar sig i att genomföra projektet enligt planen.

Bedömningen av hur väl praxis införlivas kan baseras på kvantitativa data (t.ex. hur många yrkesverksamma som tog i bruk modellen eller hänvisade till motionsrådgivning) eller kvalitativa data (t.ex. hur noggrant eller ofta modellen följdes). Vid behov genomförs inledande kartläggningar i början av projektet för att fastställa utgångsnivån.

<p>Vilka är de viktigaste aktörerna som deltar i genomförandet av projektet?</p>	<p>Exempel: Motionsrådgivare Hälsovårdare Studie- och elevhandledare TE-tjänster</p>
<p>Vilka är de olika aktörernas uppgifter i genomförandet av projektet?</p>	<p>Exempel: "Hälsovårdaren tar upp motion i samtal och hänvisar studerande till motionsrådgivning." "TE-tjänster anordnar gruppbaserad motionsrådgivning tillsammans med kommunens motionsrådgivare."</p>
<p>Hur utvärderas olika aktörers framgång i sina roller och uppgifter inom projektet?</p>	<p>Exempel: "Tjänstekedjan utvärderas genom en inledande och avslutande enkät."</p>

	<p>”Självvärderingsenkät för projektaktörer.”</p> <p>”Kundstatistik från motionsrådgivningen.”</p> <p>”Antal anordnade gruppbaseade motionsrådgivningstillfällen och antal deltagare.”</p>
--	--

4. Etablering: mot en permanent tjänst

Det är bra att fundera över etableringen av de verksamhetsmodeller som utvecklas i projektet redan i startfasen. Med etablering avses att tjänsten för motionsrådgivning blir en permanent del av kommunens basservice utan att vara beroende av extern finansiering.

<p>Vilka åtgärder och insatser planerar ni för att etablera de verksamhetsmodeller som utvecklats inom projektet?</p>	<p>Exempel:</p> <p>”Vi integrerar uppföljningen av målgruppens fysiska aktivitet i kommunens välfärdsplan och rapportering.”</p> <p>”Vi föreslår att tjänsten etableras genom att presentera resultaten och erfarenheterna från projektet för fritidsförvaltningen och nämnden i samband med budgetplaneringen.”</p> <p>”Inkludera motionsrådgivning som en del av idrottsinstruktörens arbetsplan och arbetsbeskrivning.”</p>
<p>Hur planerar ni att i framtiden utvärdera hur etablerade de utvecklade verksamhetsmodellerna är och/eller deras långsiktiga effekter?</p>	<p>Exempel:</p> <p>”Utreds yrkesverksammas engagemang i att ta upp fysisk aktivitet inom servicekedjan genom enkäter eller intervjuer.”</p> <p>”Följer upp och rapporterar utvecklingen av antalet besök i motionsrådgivningen bland kunder som tillhör projektets målgrupp.”</p>
<p>Vilka faktorer kan hindra etableringen av de verksamhetsmodeller som utvecklats inom projektet?</p>	<p>Berätta fritt om utmaningar eller hinder som kan försvåra tjänstens etablering!</p>