

Kunnan hyvinvointipalveluiden ja liikuntaseurojen välisen toiminnan kehittäminen ja toimintamallin luonti: case Asikkala

Aku Laaksonen

Opinnäytetyö

Liikunnan ylempi amk-tutkinto

Liikunta-alan kehittämisen ja johtamisen koulutusohjelma

2018



Tekijä Aku Laaksonen	
Koulutusohjelma Liikunta-alan kehittämisen ja johtamisen koulutusohjelma (YAMK)	
Raportin/Opinnäytetyön nimi Kunnan hyvinvointipalveluiden ja liikuntaseurojen välisen toiminnan kehittäminen ja toimintamallin luonti: case Asikkala	Sivu- ja liitesivumäärä 56 + 18
<p>Liikunta- ja urheiluseuroilla sekä muilla pääsääntöisesti vapaaehtoisvoimin liikuntaa järjestävillä yhdistyksillä on merkittävä terveyttä ja hyvinvointia edistävä rooli. Erityisesti nuoret ovat aktiivisia liikuntaseuroissa liikkujia. 7-29 vuotiaista noin kolmannes osallistuu vähintään kerran viikossa urheilu- tai liikuntaseuran järjestämään toimintaan. Kunnat omistavat valtaosan maamme liikuntapaikoista. Kuntien tehtävänä onkin ylläpitää omistamiaan liikuntapaikkoja ja mahdollistaa liikuntaseurojen toiminnan edellytysten ja olosuhteiden toteutuminen. Kunnan ja liikuntaseurojen välinen yhteistyö mahdollistaa kaikenikäisille ja -kuntoisille sopivat liikunnan harrastusmahdollisuudet.</p> <p>Tämän kehittämistyön tarkoituksena oli tehostaa Asikkalan kunnan hyvinvointipalveluiden ja liikuntaseurojen välistä yhteistyötä sekä kehittää toimintatapoja osapuolten välille. Tavoitteena oli selvittää liikuntaseurojen edustajien tarpeita ja näkemyksiä siitä, miten kunnan hyvinvointipalvelut voisi toimia liikuntaseurojen toimintaa edistävästi. Selvityksen lopputuloksena syntyi toimintamalli seurojen ja kunnan väliselle toiminnalle. Ideana toimintamallissa on pitkällä tähtäimellä edistää kuntalaisten liikunnan harrastamista.</p> <p>Kehittämistyötä tehtiin toimintatutkimuksellisella otteella. Toimintatutkimus on osallistavaa ja käytännön ratkaisuihin pyrkivää. Liikuntaa järjestävät yhdistykset pääsivätkin itse osallistumaan heihin kohdistuvan toiminnan kehittämiseen. Toimintamallin laadinnassa käytettiin apuna myös sidosryhmien kokemuksia aiheesta. Tiedon kerääminen on toteutettu kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen keinoin. Kehittämistyössä tiedon keräämisen metodeina käytettiin liikuntaseurojen edustajien kohdalla aivoriihiyöskentelyä, ryhmähaastattelua sekä haavainnointia. Sidosryhmäläisiltä tietoa kerättiin haastatteleamalla sekä benchmarking työskentelyn avulla.</p> <p>Kehittämistyön lopputuotoksena syntyi toimintamalli, jonka tarkoituksena on toimia jatkossa Asikkalan kunnan sekä seurojen välisenä arkisena työkaluna. Ennen toimintamallin laadintaa ratkaistiin tiettyjä esille nousseita akuutteja sekä suhteellisen helposti toteutettavissa olleita kehitysideoita. Nämä ideat liittyivät tiedottamiseen, olosuhteisiin ja salivuoroihin. Toimintamalli sisältää kahdesti vuodessa kunnan hyvinvointipalveluiden ja liikuntaa järjestävien yhdistysten edustajien väliset teemoitetut tapaamiset. Lisäksi toimintamalli sisältää viestinnän ja tiedottamisen tehostamisen toimia, liikuntaseurojen järjestämien liikuntatoimintojen kattavan markkinoinnin sekä vuosikellon, johon on koottu kaikki tärkeimmät tapahtumat ja aikamääreet helpottamaan seurojen ja hyvinvointipalveluiden toimintaa. Toimintamallin avulla seuratoimijat jatkossakin osallistetaan ja heille annetaan mahdollisuus tuoda äänensä kuuluviin. Toimintamalli on laadittu rakenteeltaan molempia osapuolia palvelevaksi sekä toiminnoiltaan erityisesti seuroille kevyeksi toteuttaa.</p>	
Asiasanat Toimintamalli, kehittäminen, yhteistyö, kunnat, liikuntaseurat	

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Liikunta yhteiskunnassa	3
2.1	Suomalainen liikuntajärjestelmä	5
2.2	Liikuntalaki	8
2.3	Kuntien tehtävä liikunnan edistäjänä	9
2.4	Seurat liikunnan järjestäjänä	11
2.5	Harrastamisen kustannushaasteet	13
3	Asikkalan hyvinvointipalvelut	15
3.1	Liikunta- ja terveyden edistämispalvelut	16
3.2	Kuntastrategia	17
3.3	Asikkala – Suomen liikkevin kunta	19
4	Asikkalan liikunta- ja urheiluseurat	21
5	Tutkimuksellinen kehittämistyö	22
5.1	Kehittämistyön prosessi	23
5.2	Toimintatutkimus	26
6	Projektin tarkoitus ja tavoite	27
7	Kehittämistyön vaiheet ja menetelmät	28
8	Projektin tulokset	38
8.1	Toimintamalli	39
9	Pohdinta	46
9.1	Kehittämistyön eteneminen	46
9.2	Luotettavuuden ja tulosten arviointi	48
9.3	Kehittämistyön seurannaisvaikutukset	49
9.4	Johtopäätökset ja tulevaisuus	50
	Lähteet	52
	Liitteet	57

1 Johdanto

Liikunta ja urheilu vaikuttavat tavalla tai toisella suurimpaan osaan suomalaisia. Liikkumisen tai liikunnan harrastamisen lisäksi urheilijoiden seuraaminen ja heidän menestyksensä ovat ilahduttaneet suomalaisia ja luonut kansallista identiteettiä. Liikunnan positiivisista vaikutuksista mm. henkiseen ja fyysiseen vointiin, terveyteen ja kansantalouteen löytyy tätä nykyä kattavasti tietoa. (VLN 2016, 4.)

Aaltosen (VLN 2016, 4-5) mukaan liikunnalla ja urheilulla voisi kuitenkin olla vieläkin enemmän annettavaa kansalaisille. Tulevaisuuden ennakoinnilla voitaisiin saada enemmän irti liikuntaan ohjatuista resursseista ja liikunnan ja urheilun tarjoamista mahdollisuuksista. Tällä hetkellä uuden suunnittelu tapahtuu pitkälti olemassa olevien rakenteiden ja totuttujen työnjakojen kautta. Aaltonen (VLN 2016, 5) ei näe tämän olevan kuitenkaan nykyaikainen tai demokraattinen tapa toimia. Hänen mukaansa liikuntakulttuurin pitäisi osata katsoa yli organisaatioraamien. Muutoksen tekemisessä tarvitaan kattavia verkostoja sekä hallintorajat ylittävää yhteistyötä. Ihmiset tulee ottaa laajemmin mukaan päätöksentekoon ja heidän erilaisia ja muuttuvia tarpeitaan on kuunneltava yhä enemmän. (VLN 2016, 5.)

Ihmisten pitäisi pystyä liittämään liikunta ja urheilu omaan arkeen mahdollisimman miellyttävällä tavalla. Päätöksentekoon tarvitaankin osallistavia toimintatapoja, jotta tämä olisi ylipäättään mahdollista. Lähtökohtana on, että kansalaisilla on vaikuttamisen mahdollisuus ja näin ollen mahdollisuus myös tulevaisuuden rakentamiseen. Uuden tiedon tuottamisen tulee olla avointa ja niistä pitää pystyä keskustelemaan. (VLN 2016, 9.)

Asikkalan kunnassa on tehty pitkäjänteisesti työtä liikuntapalveluiden ja terveystiikunnan edistämiseksi. Liikuntaolosuhteisiin ja terveystiikuntatarjontaan on panostettu erityisen kattavasti. Asikkala on noin 8200 asukkaan kunta Päijät-Hämeessä. Kunta on palkannut kolme vakituista liikunnanohjaaja ja lisäksi kunnan omistamat liikuntatilat ovat maksuttomia kaikille kuntalaisille. Olosuhteita on kehitetty palvelemaan kattavasti kaikkia kuntalaisia ja liikkumattomuuden esteitä on pyritty madaltamaan systemaattisesti. Kaiken tämän panostuksen tavoitteena on kuntalaisten terveyden ja hyvinvoinnin ylläpito sekä sen lisääminen. Liikunnasta on tullut Asikkalalle tietynlainen brändi. Asikkalan kunta palkittiin tammikuussa 2018 Suomen liikkuvimman kunnan palkinnolla. Tämän jälkeen liikunta nousi myös kunnan strategian kärjeksi. Hyvinvoivat kuntalaiset nähdäänkin parhaana mahdollisena kuntamainoksena. Asikkalassa halutaan jatkossakin panostaa monipuolisesti liikuntaan ja hyödyntää sen monipuoliset terveysvaikutukset, jotka näkyvät lopulta myös mm. terveydenhuollon kustannussäästöinä.

Asikkalan kunnan strategian 2018-2021 valmistelussa kuntalaisia osallistettiin strategia-työn tekoon. Samaan aikaan strategiatyön kanssa vuonna 2017 käynnistyi myös Asikkalan kunnan hyvinvointipalveluiden sekä liikuntaa järjestävien yhdistysten välisen toiminnan kehittäminen. Myös tässä työssä haluttiin osallistaa kuntalaisia eli tässä tapauksessa liikuntaseurojen edustajia, jotta lopputulos olisi mahdollisimman hyvin heitä palveleva. Kehittämistyö toteutettiin syksyn 2017 ja syksyn 2018 välisenä aikana toimintatutkimuksen keinoin.

Vaikka Asikkalan kunta onkin saanut tunnustusta liikuntakulttuurin edistämisestä Asikkalassa, voidaan työtä tehdä yhä paremmin. Asikkalan kunnan ja sen liikuntaseurojen välillä ei ole esimerkiksi pidetty suunnitelmallisesti yhteyttä tai hyödynnetty heidän potentiaaliaan toiminnan kehittämisessä. Tämän kehittämistyön tavoitteena on selvittää liikuntaa järjestävien yhdistysten edustajien mielipiteitä siitä, mitä asioita tulisi kehittää ja kuinka jatkossa voitaisiin toimia helpottaakseen sekä edistääkseen liikuntaseurojen toimintaa Asikkalassa. Alkukartoituksen ja sidosryhmien näkemysten perusteella tavoitteena on pilotoida toimintamalli, joka toimii tulevaisuudessa työkaluna kunnan ja seurojen välisen toiminnan ja yhteistyön toteutuksessa. Toimintamallin tavoitteena on hyödyntää molempia kehittämistyön osapuolia.

2 Liikunta yhteiskunnassa

Suomalaisen liikuntakulttuurin ensimmäisenä käsitteenä pidetään voimistelua, jolla tarkoitettiin ”fyysisiä harjoituksia ruumiin kunnon ja toimintojen elvyttämiseksi ja kohentamiseksi” (Kokkonen 2013, 11). 1800-luvun puolivälin jälkeen liikunta ja sen myötä vapaa-ajan kansalaistoiminta alkoi kuulua yhä enemmän osaksi yhteiskuntaa. Samalla alkoi myös suomalaisen yhteiskunnan modernisoituminen sekä väestönkasvu. (Kokkonen 2015, 22.) Voimistelun rinnalle nousi 1800-luvun lopulla myös urheilun käsite, mutta vielä tuolloin voimistelua pidettiin parempana käsitteenä kuin enemmän kilpailuun viittaavaa urheilua. 1900-luvun aikana urheilun käsite nousi kuitenkin yhä suosittumaksi ja alettiin puhua mm. kilpa- ja huippu-urheilusta, penkkiurheilusta, massa- ja joukkourheilusta, joka muotoutui lopulta 1950-luvulla kuntosurheiluksi. Voimistelun ja urheilun ohelle syntyi myös sana liikunta, jonka käyttö on yleistynyt 1960-luvulta alkaen. (Kokkonen 2013, 11-13.)

Liikunta on sanana hyvin monimuotoinen. Liikunnan on määritetty tarkoittavan mm. fyysistä aktiivisuutta, joka lisää energian kulutusta. Liikunta voi olla mitä vain inaktiivisuuden ja aktiivisuuden väliltä ja sitä voidaan tutkia esimerkiksi määrään, tehoon, keston tai laadukkuuteen perustuen. Liikunta voi esimerkiksi rakennetuilla liikuntapaikoilla tai koskemattomassa luonnossa. Liikunta voi olla suunnittelematonta, ohjattua tai ohjaamatonta ja tapahtua hovin vuoksi tai olla tavoitteellista kuten kilpaurheilussa. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2013, 17-18.) Liikunta sanan ympärille on syntynyt myös valtavasti erilaisia muita käsitteitä, kuten liikuntakasvatus, liikuntaseura, liikuntapolitiikka, liikuntakäyttäytyminen ja liikuntaolosuhteet. Käsitteistö onkin jatkuvassa muutoksessa ja luo haasteensa suomalaiseen liikuntakulttuuriin ja sen tulkintaan. (Kokkonen 2013, 13-17.) Tiihonen (VLN 2014, 5-6) on käsitellyt liikuntaneuvoston julkaisussa ”liikuntakulttuurin käsitteet muuttuvat ja muuttavat” liikunnan käsitteistöä ja niiden merkitystä. Hän toteaa Kokkonen (2013, 13-17) tavoin käsitteistön olevan laajaa ja alati muuttuvaa. Tiihonen korostaa tekstissään, että vaikka käsitteet ja niiden merkitys elävätkin, niin tulisi olla tiettyjä peruskäsitteitä, joiden merkitys olisi kaikkien ymmärrettävissä. Käsitteiden ollessa tällä hetkellä tulkittavissa vahvasti riippuen tarkastelijan näkökulmasta, ehdottaakin Tiihonen asiantuntijaryhmän perustamista, joka keskustelisi keskeisten liikuntakäsitteiden määrittelemisestä.

Vaikka liikunnan käsitteet ovat vuosien saatossa muuttuneet ja laajentuneet on historian ja nykyajan väliltä löydettävissä yhteisiä piirteitä. Liikuntakulttuurilla on aina ollut kasvatuksellinen sekä terveyttä edistävä rooli. Erityisesti terveydelliset näkökulmat ovat korostuneet 1980-luvulta lähtien. (Kokkonen 2015, 338.) Aaltosen (VLN 2016, 7) mukaan liikunnan ja urheilun vetovoima on mahdollisuus myös yhteiskunnan kehittymiselle. Hän listaa liikunnan yhdistävän kaikenikäisiä ihmisiä kulttuurista riippumatta ja mahdollistavan

rajojen rikkomisen, joka voisi muuten olla hyvinkin haastavaa. Aaltonen nostaa esille myös sosiaalisen puolen, jossa kansalaiset eivät pelkästään ole luomassa terveempää yhteiskuntaa, vaan luovat jopa kokonaisvaltaisesti arvokkaamman ja merkityksellisemmän elämän itselleen sekä muille kansalaisille. Aaltonen (VLN 2016, 8) kertoo, että liikunnalla ja urheilulla on paljon muitakin rooleja kuin huippu-urheilumenestykseen tähtääminen. Tämän vuoksi onkin tärkeää, että on tavoitteita ja ohjelmia, jotka tukevat niin tavallisia liikkujia kuin huippu-urheilijoita ja kaikkea siltä väliltä. Yhteiskunnalle liikunnan ja urheilun merkitys on hänen mukaansa yhteisöllisyyden, hyvinvoinnin sekä terveyden ylläpitäminen ja edistäminen.

Keskustelu liikkumisesta sekä laajemmin liikunnan terveydellisistä vaikutuksista sekä hyvinvoinnista on lisääntynyt voimakkaasti. Liikkumattomuudella sekä liian vähäisellä liikunnalla on negatiivisia vaikutuksia kansanterveyteen, joka näkyy myös taloudellisina kuluina. Kansalaisten aktivoimista liikkumaan onkin perusteltu henkisen ja fyysisen hyvinvoinnin lisäämisen lisäksi myös terveydenhoidon kustannussäästöillä. (Itkonen & Kauravaara 2015, 8.) Myös Vasankari ym. (2018, 4) muistuttaa vähäisen liikunnan ja huonon fyysisen kunnon olevan sairauksien riskitekijä. Arjen aktiivisuuden väheneminen ja lisääntynyt paikallaan olo lisäävät yhtäläillä sairauksien synnyn riskiä. Liikkumattomuus ja sairaudet ovat lisänneet viime vuosina myös yhteiskunnallisia kustannuksia. Huomionarvoista on, että terveydenhuollosta syntyvien kustannusten lisäksi sairaudet aiheuttavat myös kustannuksia, jotka näkyvät mm. sairauslomina, työkyvyttömyyseläkkeinä ja jopa ennenaikaisina menehtymisinä.

Vasankarin ym. (2018, 1) tekemän tutkimuksen mukaan liikkumattomuus aiheuttaa valtavasti erinäisiä kuluja vuosittain (kuva 1). Sairauksien aiheuttamat terveydenhuollon kustannukset ovat laskelmissa 1,5-4,4 miljardia euroa, ikääntyneiden koti- ja laitoshoidon kustannukset 150 miljoonaa euroa, tuloveroissa koettu menetys 1,4-2,8 miljardia euroa, työttömyysturvaetuudet 30-60 miljoonaa euroa ja syrjäytymisen kustannukset vähintään 70 miljoonaa euroa. Yhteensä liikkumattomuus aiheuttaa vuosittain kustannuksia ja tuottavuuden menetyksiä 3,2-7,5 miljardin euron edestä. Lisäksi terveydenhuollon kustannusten arvioidaan nousevan vuoden 2014 kustannuksiin verrattuna 58 % vuoteen 2040 mennessä. Vasankari ym. toteaaakin, että liikkumattomuuden kustannuksissa olisi valtava yhteiskunnallinen säästöpotentiaali.

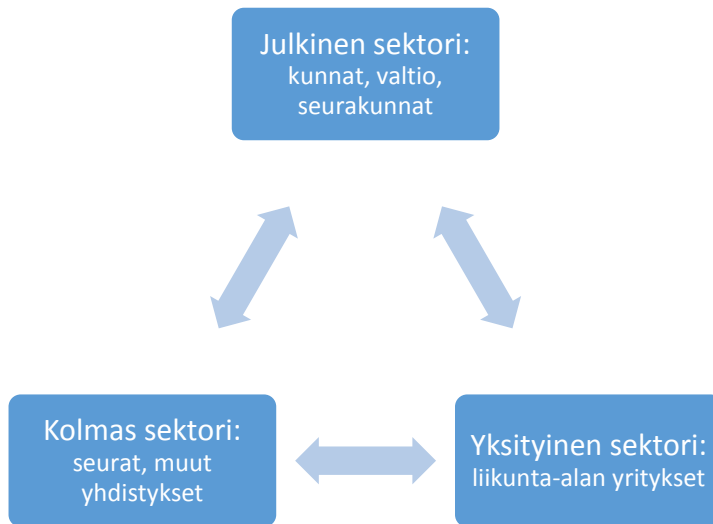


Kuva 1. Liikkumattomuuden aiheuttamat vuotuiset kustannukset (Vasankari ym. 2018, 3)

2.1 Suomalainen liikuntajärjestelmä

Suomalaisen urheilun ja liikunnan noustessa 1800- ja 1900-lukujen vaihteessa merkittäväksi kansalaistoiminnaksi, alkoivat liikuntaorganisaatiot myös vaatia tukea toiminnolleen kunnilta ja valtiolta. Tämän vuoksi julkishallinnon oli perustettava omat liikuntaan ja urheiluun keskittyvät hallinnonalansa. Julkishallinnon tukiessa ja liikuntaorganisaatioiden liikuttaessa on muistettava, että myös yksityisten henkilöiden sekä yritysten rooli on ollut alusta asti merkittävä kansalaisten liikuttajana. (Ilmanen 2015, 19.)

Suomalainen liikuntajärjestelmä voidaan jakaa toimijasektoreihin (kuvio 1). Julkisella sektorilla tarkoitetaan kuntia, valtiota sekä seurakuntia. Kolmas sektori käsittää liikunta- ja urheiluseurat sekä muut liikuntaa järjestävät vapaaehtois pohjalta toimivat järjestöt. Yksityinen sektori sisältää henkilöt ja organisaatiot kuten liikunta-alan yritykset, jotka liikunta-toiminnallaan pyrkivät taloudelliseen voittoon. (Ilmanen 2015, 19-20.)



Kuvio 1. Suomen liikuntajärjestelmän keskeiset toimijat (Ilmanen 2015, 20)

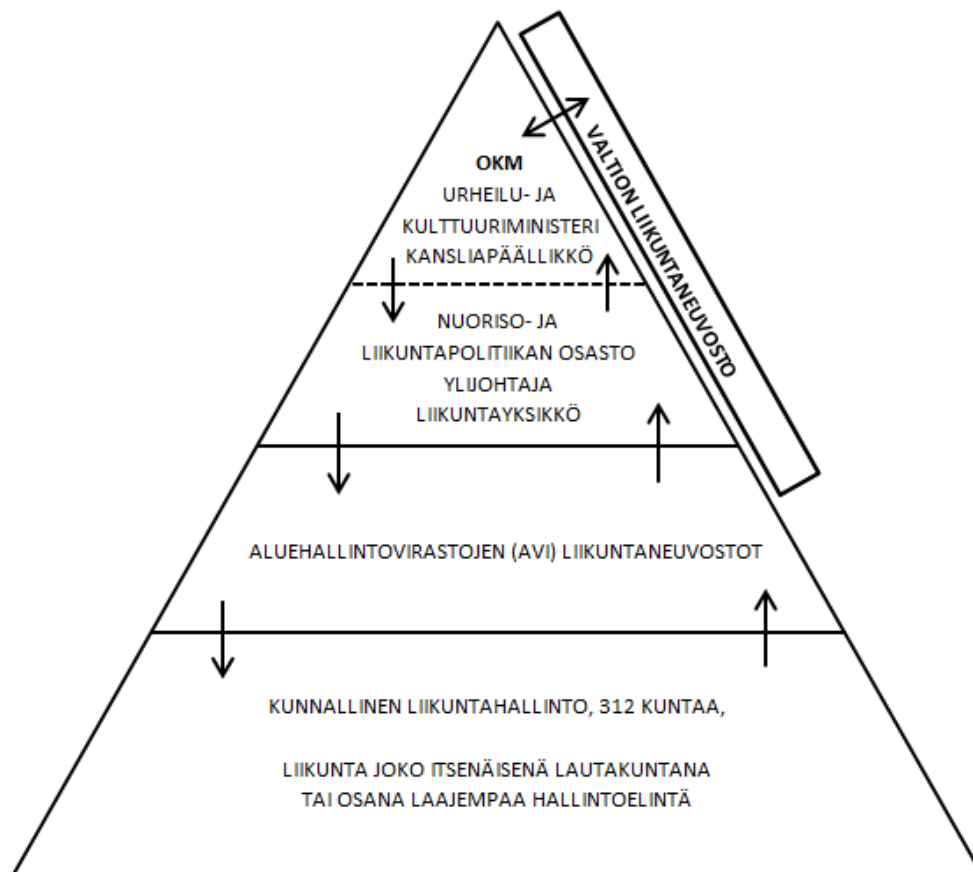
Opetus- ja kulttuuriministeriö (OKM) vastaa Suomessa liikuntapolitiikan suunnista ja toimista ja toimii valtionhallinnollisena elimenä. Sen roolina on toimia myös valtionapuviranomaisena eli toimia konsulttina liikuntaa koskevissa asioissa. Vaikka liikunta onkin opetus- ja kulttuuriministeriön alaisuudessa, voidaan tarkemmista suunnista sopia puolueiden yhteistyönä hallitusohjelmassa. Tällöin kuitenkin urheilu ja kulttuuriministeri toimii yhä ylimpänä päättäjänä liikuntaa koskevissa asioissa. Urheilu ja kulttuuriministerin vastuulla on kaksi eri osastoa joista toinen vastaa kulttuuri- ja taidepolitiikasta ja toinen nuoris- ja liikuntapolitiikasta. Kummallakin osastolla on ylijohtaja, jotka toimivat kansliapäällikön alaisuudessa. (Suomi 2015, 63-65.)

Valtion liikuntaneuvosto perustettiin vuonna 1920. Alkuperäiseltä nimeltään se tunnettiin valtion urheilulautakuntana ja näiden välissä myös valtion urheiluneuvostona. Nimen vaihdokset kertovatkin jo aikaisemmin esille tulleista liikuntakulttuurillisista muutoksista vuosien saatossa. Valtion liikuntaneuvosto toimii opetus- ja kulttuuriministeriön apuna ja sen tehtävänä on toimia OKM:n asiantuntijatahona liikuntaa koskevissa kysymyksissä. Liikuntaneuvoston rooli on muuttunut sekä laajentunut vuosien varrella. Aiemmin valtion liikuntaneuvoston työ painottui järjestöjen ja liikuntapaikkarakentamisen valtionavustuslausuntoihin, kun nykyään työt keskittyvät yhä enemmän liikunnan edistämisen arviointiin. (VLN 2015, 5.)

Liikunnan aluehallinto toimii liikuntapoliittisen työn yhdistäjänä ja organisaattorina valtion ja kuntien välillä. Liikunnan aluehallinto toimii aluehallintovirastojen (AVI) alla. AVI toimii OKM:n ohjauksessa ja alaisuudessa. Liikunnan aluehallinnon tärkeimpänä kohteena lii-

kunnan saralla on OKM:n tavoin liikuntakulttuurin edistäminen ja kehittäminen sekä terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen. AVI:lle on siirretty OKM:ltä päätösvaltaa mm. valtioavustusten jaossa. AVI:lla on myös rooli valtionapuviranomaisena eli toimia konsulttina mm. liikuntarakentamisen hankkeissa kuntien sekä järjestöjen suuntaan. Suomen kuuden aluehallintoviraston ohella toimii paikallisesti niiden liikuntaneuvostot, joiden rooli on samankaltainen kuin valtion liikuntaneuvoston. Ne toimivat asiantuntijatahoina ja antavat lausuntoja alueidensa liikuntaan liittyvistä asioista. (Suomi 2015, 67-68.)

Julkisen puolen organisaation kansalaisia lähimpänä tahona toimivat kunnat. Jokaisessa kunnassa on liikuntakysymyksistä vastaava toimielin. Yleensä pienemmissä kunnissa tuota tehtävää hoitaa kunnanhallitus ja suuremmissa kaupungeissa liikuntalautakunnat. Yleisin tapa on kuitenkin se, että perustetaan vapaa-aikalautakunta, jonka alla on nuorisotoimi, liikunta-, kuin kulttuuritoimi. Kuntien liikuntatoimintaa valtio rahoittaa liikuntabudjetista, joka koostuu veikkausvoittovaroista. Kuntalaisille merkittävimmin tarjottavat liikuntaan liittyvät palvelut ovat kunnan omistamat liikuntapaikat. Liikuntapaikkoja pääsevät hyödyntämään myös kunnassa toimivat liikunta- ja urheiluseurat. (Suomi 2015, 69-70.) Kuvio 2, demonstroi tämän hetkisen julkisen liikuntahallinnon toimintaa.



Kuvio 2. Julkisen sektorin liikuntahallinto-organisaatio vuonna 2014 (Suomi 2015, 64)

2.2 Liikuntalaki

Liikuntakulttuurin vahvistuessa tulee liikuntapolitiikasta osa yhteiskunnallista politiikkaa. Vuonna 1979 Suomessa vahvistettiin ensimmäinen liikuntalaki, jossa määriteltiin liikunnan käytännöt ja työnjaot (VLN 2010, 10). Ensimmäisestä liikuntalaista 21.12.1979/984 selviää, että edellytysten järjestäminen liikunnan harrastamiselle on kuntien ja valtion tehtävä ja itse toiminnan toteuttaminen kuuluu liikuntajärjestöjen tehtävänkuvaan. Laissa mm. valtionavustuksilla haluttiin edistää tasapuolisuutta, jotta kaikilla kansalaisilla olisi mahdollisuus liikunnan harrastamiseen. Liikunta-asioiden valvonta ja johtaminen olivat jo tuolloin opetusministeriön tehtävinä.

Syntynyttä liikuntalakia pidettiin merkityksellisenä erityisesti valtion ja kuntien sekä liikunta- ja urheiluseurojen näkökulmasta. Laki tiivisti järjestöjen sekä julkisen puolen yhteistyötä ja vahvisti näin niiden yhteiskunnallista merkitystä. Nyt järjestötkin olivat lain mukaan vahvistettuja liikunnan alan toimijoita yhteiskunnassa. Lain uskottiin ja toivottiin myös vahvistavan veikkausvoittovaroista saadun rahoituksen pysyvyyttä. (Kokkonen 2015, 185.) Vaikka tasa-arvo huomioitiin jo ensimmäisessä liikuntalaissa, käy Kokkosen (2015, 199) teoksesta ilmi, ettei erityisliikuntaa oltu suoranaisesti kuitenkaan huomioitu kyseisessä laissa. Tämä olikin ristiriidassa lain tavoitteiden kanssa. Valtio otti kuitenkin heti ensimmäisen liikuntalain käyttöönoton jälkeen voimakkaan roolin erityisliikunnan aseman nostamiseksi. Erityisliikunnan roolin selvittämiseksi muodostettiin oma komiteansa, joka määritteli erityisliikunnan tarkoittavan niiden henkilöiden liikuntaa,

”joilla on vamman, sairauden tai toimintarajoitteisuuden vuoksi vaikeuksia harrastaa riittävästi liikuntaa ja käyttää yleisiä liikuntapalveluja tai joille liikunnalla on erityistä terveydellistä ja kuntouttavaa merkitystä” (Kokkonen 2015, 199).

Vaikka kyseinen määritelmä viittaakin voimakkaasti vammaisiin, käsittää määritelmä myös ikäihmiset sekä pitkäaikaissairaat. Vuonna 1984 tehdyssä liikuntalain muutoksessa erityisliikunnan rooli otettiinkin jo merkittävästi huomioon ja panostus alkoi näkymään mm. valtion rahoituksen suuntautumisena erityisliikunnan kehittämiseen. (Kokkonen 2015, 199.)

Viimeisin versio liikuntalaista on annettu vuonna 2015. Tämänhetkisessä liikuntalaissa 10.4.2015/390 korostuu kattavasti liikunnan ja liikuntakulttuurin edistäminen. Lakiin on kirjattu kahdeksan kohtaa, jotka käsittävät laajalti liikuntaan ja urheiluun liittyviä ns. positiivisia asioita. Kaiken toiminnan pohjana ovat yhteiskunnallisesti tärkeiksi koetut arvot, kuten yhteisöllisyys, yhdenvertaisuus ja terveet elintavat. Liikuntalain 3 § määrittelee kysei-

sessä laissa liikunnan tarkoittavan niin omatoimista kuin organisoitua liikunta- ja urheilua, pois lukien kuitenkin huippu-urheilun. Huippu-urheilulla tarkoitetaan kotimaisesti merkittävää ja kansainvälisesti menestykseen pyrkivää sekä tavoitteellista urheilutoimintaa. Terveyttä ja hyvinvointia edistävä liikunta sisältää liikuntalain mukaan kaikkea fyysistä toimintaa, joka tähtää terveyden ja toimintakyvyn ylläpitoon ja kehittämiseen.

Suomi (2015, 74) kertoo liikuntalain tavoitteiden toteutuksen vastuun kuuluvan valtiolle, kunnille sekä liikunta- ja urheilujärjestöille, mutta myös yksityisille liikuntapalveluiden tuottajille luodaan odotuksia. Hän pitää keskeisimpinä löydöksinä uusimmasta liikuntalaista kasvavia liikuntapoliittisia tavoitteita, joihin liittyvät mm. erilaiset organisoitumisen vaihtoehdot. Tärkeimpänä esille nousee kuitenkin pyrkimykset liikuttaa yhä laajemmin ja kattavammin koko kansaa terveytensä kannalta riittävästi ja näin lisätä kokonaisvaltaista hyvinvointia.

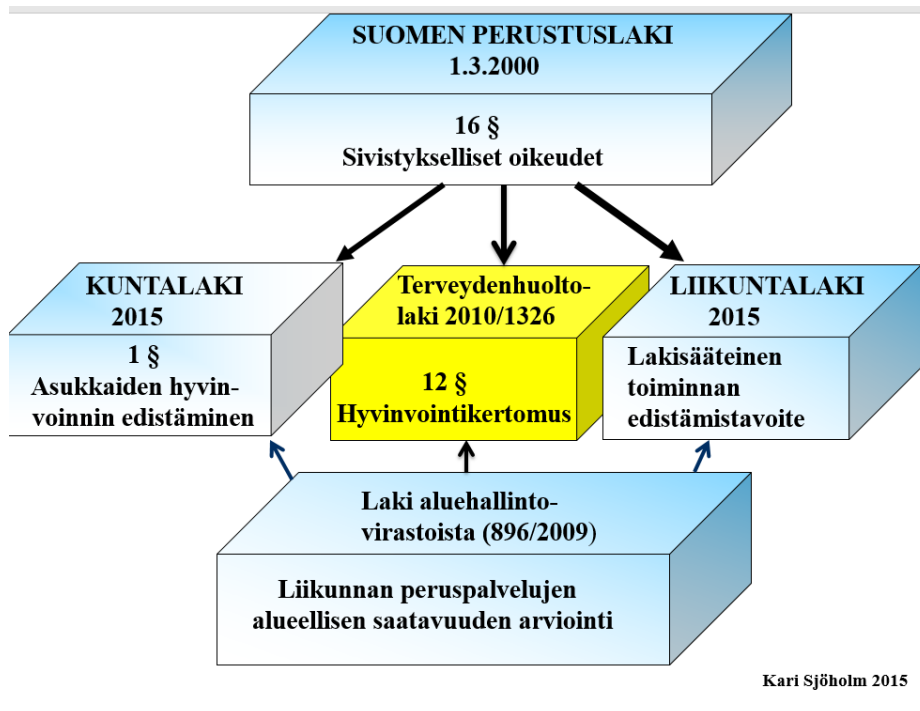
2.3 Kuntien tehtävä liikunnan edistäjänä

Kunnat ovat suomalaisessa liikuntakulttuurissa merkittävässä roolissa. Kunnat ovat liikuntapalvelujen tuottajia sekä liikuntaolosuhteiden luoja. Suomen yli 36 000:sta liikuntapaikasta kuntien omistuksessa on yli 70 prosenttia ja kuntien liikuntatoimet työllistävät nykyään noin 5000 henkilöä. (Kuntaliitto 2016.)

Valtion ja kuntien rooli voimistui sodan jälkeisinä vuosina. Yleinen talouden kasvu sekä veikkauksen tuotot mahdollistivat valtion tuen lisäämisen kuntien suuntaan, joka taas vauhditti liikuntapaikkarakentamista. Liikunnalla oli selkeä tehtävänsä hyvinvointivaltiota rakennettaessa. Voimavaroja suunnattiin huippu-urheilun lisäksi myös laajalti muun liikuntakulttuurin edistämiseen. Vaikka 1990-luvun alkupuolen lama vaikutti merkittävästi myös liikuntasektoriin, niin pitkälti kuntien ja valtion panostuksella rakennettiin Suomeen silti 1990-2014 välisenä aikana lähes 10 000 uutta liikuntapaikkaa. (Kokkonen 2015, 354-355.)

Kansalaisten terveys ja hyvinvointi on noussut voimakkaasti esille ja niihin liittyvät asiat vaikuttavat enemmän myös päätöksenteossa. Liikunnan suotuisat terveysvaikutukset sekä terveyden tuomat positiiviset taloudelliset vaikutukset ovat muokanneet myös lainsäädäntöjä. Liikunnan asemaa ei kuvata vain liikuntalaissa vaan liikunnan voidaankin havaita linkittyneen myös muihin voimassaoleviin lakeihin (kuva 2). Terveiden edistäminen sekä liikuntapolitiikka ovat merkittävässä asemassa tämänhetkisessä liikuntalaissa. Liikuntalain määrittämät velvoitteet tekevätkin valtion ja erityisesti kuntien liikuntatoiminnasta jatkosakin hyvin merkityksellistä. Liikunta näkyy myös perustuslaissa, josta voidaan tulkita sen

kuuluvan kansalaisten perusoikeuksiin. Lisäksi laki aluehallintovirastoista sekä erityisesti terveydenhuoltolaki vahvistaa ja näyttää liikunnan aseman olevan tukevasti edustettuna lainsäädännöissä ja sen kuuluvan osaksi kunnallisia peruspalveluja. (Kuntaliitto 2017.)



Kuva 2. Kunnallisen liikuntatoimen ”lakisääteinen kehikko” (Kuntaliitto 2017)

Vaikka lait ohjaavat ja velvoittavat kuntia luomaan edellytyksiä liikunnalle on määritelmät väljiä. Tämän vuoksi kunnilla onkin varsin vaihtelevat linjaukset, kuinka liikunnan edistämistä todellisuudessa toteutetaan. Tällöin esille nousee kunnan strategia siitä mitä ja millälaisia palveluja koetaan tärkeäksi tarjota ja kuinka ne toteutetaan. Suomen Kuntaliitto, Sosiaali- ja terveysministeriö, opetus- ja kulttuuriministeriö, liikenne- ja viestintäministeriö sekä ympäristöministeriö ovat perustamassaan työryhmässä koonneet yhteen toimenpiteitä kuntien liikunnan edistämiseksi. Työryhmä kannustaa tekemään kunnissa liikunnasta keskeisen strategisen valinnan ja korostaa liikuntaan panostamisen olevan osa laajempaa terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä. Työryhmän mukaan optimaalisiin tuloksiin päästään, kun kunnan johto on linjausten takana ja liikuntatoimi tekee yhteistyötä kunnan sisäisten toimialojen kanssa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2010, 6-8.)

Myös Suomi (2015, 70) korostaa, että yhteistyö sosiaali- ja terveystoimen, liikenne-, ympäristö- ja kaavoitustoimen sekä opetus-, nuoriso- ja kulttuuritoimen kanssa on tärkeää luotaessa lisäedellytyksiä kuntien liikuntatoiminnalle.

Kunnan johdon tulee nähdä liikunta talouteen positiivisesti vaikuttavana ja hyvinvointia edistävänä tekijänä. Liikunta on myös kunnan vetovoimatekijä. Kunnissa tulee olla riittävästi voimavaroja liikuntaolosuhteiden rakentamiseen kaikille kuntalaisille. Lisäksi varhaiskasvatuksen ja koulujen liikunnan edistämiseen sekä poikkihallinnollisen yhteistyön koordinointiin on löydettävä riittävästi resursseja. Kuntien on tehtävä yhteistyötä liikuntaa järjestävien yhdistysten kanssa sekä tarjottava heille olosuhteita liikuntatoiminnan järjestämiseen. Kuntien liikuntapaikkarakentamisessa on huomioitava liikuntatilojen palvelevuus kunnassa mahdollisimman laajalti. Myös kuntien asuinalueiden suunnittelussa tulisi huomioida liikunnallisuus mm. lähiliikunta-alueina. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013, 44-45.)

2.4 Seurat liikunnan järjestäjänä

Liikunta- ja urheiluseurojen historia ulottuu yli 150 vuoden päähän, jolloin myös kansalaisyhteiskunta syntyi (Szerovay 2015, 121). Omatoimisuuteen ja yhteistyöhön perustuvalla seuratoiminnalla onkin ollut merkittävä rooli yhteiskunnan kehityksessä. Vielä 1800-luvulla uusien seurojen perustaminen oli kuitenkin rauhallista, mutta tahti kiihtyi 1900-luvun aikana. Tällä hetkellä aktiivisesti toimivia liikunta- ja urheiluseuroja on noin 10 000. (Koski & Mäenpää 2018, 11.)

Liikunta- ja urheiluseurojen voidaan sanoa olevan suomalaisen liikuntakulttuurin peruspilari. Liikuntaseurojen toiminta perustuu pitkälti vapaaehtoistyöhön eli kansalaisten omaehtoiseen aktiivisuuteen. (Koski & Mäenpää 2018, 9.) Liikuntakulttuurissa tapahtuu muutoksia aivan kuten koko yhteiskunnassa. Vaikka muutokset vaikuttavat myös seurojen toimintaan, niin liikunta- ja urheiluseurojen merkitys organisoidun liikuntatoiminnan järjestäjänä pysyy vahvana. Seurojen roolia erityisesti lasten ja nuorten liikuttajana voidaan pitää lähes korvaamattomana. Seuratoiminnan voidaan sanoa kuuluneen suomalaiseen liikuntakulttuuriin lähes aina ja myös liikuntakulttuurin tulevaisuus rakentuu pitkälti seuratoiminnan varaan. Seuroilla on yhteiskunnassa merkittävä rooli kansanterveyden edistäjänä, kasvattajana, demokratian ylläpitäjänä ja kilpaurheilun edistäjänä. Seuratoiminnan yksi merkittävimmistä tehtävistä on myös yhteisöllisyyden lisääminen. (Koski & Mäenpää 2018, 11-12.)

Liikunta- ja urheiluseurojen järjestämä liikunta on kasvattanut suosiotaan 2000-luvulla tasaisesti alle 14-vuotiaiden keskuudessa. 7-14 vuotiaista 55 prosenttia ja alle kouluikäisistä kolmannes liikkuu urheiluseurojen mukana. Poikien osuus seuratoiminnassa on ollut perinteisesti suurempaa, mutta myös tyttöjen harrastamien liikunta- ja urheiluseuroissa on lisääntynyt 1990-luvusta lähtien. 7-29 vuotiailla omatoimisen liikunnan harrastaminen on liikuntaseuroissa harrastamista yleisempää. Heistä kuitenkin noin kolmannes liikkuu viikoittain liikunta- tai urheiluseuran järjestämissä tapahtumissa. Suosituimmiksi liikuntala-

jeiksi luetellaan lenkkeily, kuntosaliharjoittelu ja pyöräily. Erityisesti pojat harrastavat myös pallopelejä kuten jalkapalloa, jääkiekkoa ja salibandyä. Tyttöjen suosimia lajeja ovat lenkkeily, tanssi ja ratsastus. Aikuisista noin 15 % harrastaa liikuntaa liikuntaseurassa. Määrä on pysynyt viimeiset vuosikymmenet jokseenkin samana, mutta aikuiset ovat siirtyneet myös yhä enemmän käyttämään kaupallisia liikuntapalveluja. Tilastojen valossa liikunta- ja urheiluseurojen tarjoamat harrastukset koskettavat valtaosaa alle 15-vuotiaista. Murrosikä vaikuttaa kuitenkin monen nuoren harrastamiseen negatiivisesti ja erityisesti seuraharrastukset loppuvat tällöin valitettavan monella. Ikäihmisten liikkuminen seuroissa jää vain muutamiaan prosenttiin. (VLN 2013a.) Viimeisimpien tutkimusten mukaan väestön ikääntyminen on pikkuhiljaa muokannut myös liikuntaseuroja ja liikuntaa onkin tarjolla seuroissa yhä enemmän myös vanhenevalle väestölle (Koski & Mäenpää 2018, 102).

Lisääntynyt kilpailu vapaa-ajasta näkyy myös liikuntaseurojen arjessa. Seurojen järjestämiseltä toiminnalta odotetaan yhä enemmän laatua ja osaamista. Tämän myötä koulutettujen työntekijöiden tarve on kasvanut ja se tulisi huomioida myös alan koulutuksessa. Liikunta- ja urheiluseurojen ollessa pääsääntöisesti vapaaehtoisvoimin toimivia, tulee seuroihin palkattujen työntekijöiden ja vapaaehtoisten väliseen yhteistyöhön ja sen sujuvuuteen kiinnittää erityistä huomiota. (Szerovay 2015, 129.)

Vaikka seurojen tarjoamien lajien tarjonta on monipuolistunut, niin yhden lajin seurojen määrä on kasvanut. Seuratarjonnasta yhden lajin seuroja on noin 70 prosenttia. Seuratoiminnan eriytyminen tuntuu vain kasvavan, sillä niin pienten kuin suurten seurojen määrä on kasvussa. Seurojen tavoitteet ovat erilaisia ja seura itsessään voi käsittää niin kaveriporukan ajankulun kuin vastakohtana kehityshaluisen suurseuran. Seurojen suhteet kuntiin ovat myös muuttamassa. Seurat ovat olleet perinteisesti riippuvaisia kunnan myöntämistä avustuksista sekä kunnan omistamista liikuntatiloista. Kuntien heikko taloudellinen tila on lisännyt liikuntatilojen maksullisuutta ja vaikeuttanut näin seurojen toimintaa taloudellisten paineiden kasvaessa. Suuntana onkin ollut, että seurat ovat siirtyneet yhä enemmän yksityisiin tai itse omistamiinsa liikuntatiloihin. Kuntien ja seurojen väliset suhteet saattavat muuttua myös suuntaan, jossa kunnat toivovat tai jopa velvoittavat seuroja järjestämään yhä enemmän ennaltaehkäisevää liikuntaa. Tällä tarkoitetaan, että seurat saattaisivat ottaa työkseen myös liikunnallisesti inaktiivisten hyvinvoinnin edistämisen. (Koski & Mäenpää 2018, 103-104.)

Liikunnan asema yhteiskunnassa ja sen merkitys on noussut. Tämä näkyy myös seuratoiminnassa, joka on monella tapaa kehittynyt. Liikunta- ja urheiluseuroilla voidaankin todeta menevän yleisesti hyvin. Palkattujen määrä seuroissa on kasvanut merkittävästi lähi-vuosina. Jos kymmenen vuotta sitten palkattuja oli vain suurimmissa ja kilpaurheilutoimin-

taa harjoittavissa seuroissa, niin nykyään heitä on myös pienemmissä ja toiminnaltaan erilaisissa seuroissa. Seurojen palkkalistoilta vuonna 2016 löytyi 5 000 päätoimista ja 28 000 osa-aikaista työntekijää ja työllisyyden seuroissa uskotaan lisääntyvän. (Koski & Mäenpää 2018, 102-103.)

2.5 Harrastamisen kustannushaasteet

Liikunta- ja urheiluseurojen toiminnan merkitys terveyden, hyvinvoinnin, yhteisöllisyyden ja urheilumenestyksen taustalla ovat hyvin tiedossa. Seuratoiminnan yhtenä haasteena pidetään nykyajan trendiä, jossa jäseniä pidetään pikemminkin asiakkaina, jotka maksavat järjestön tuottamista palveluista. (VLN 2013b, 5). Liikunnan harrastamisen kustannukset ovat nousseet erityisesti kilpaurheilussa. Myös harrasteliikuntaan kuluu yhä enemmän rahaa. Harrastamisen intensiteetti eli harjoitusten määrä sekä harjoittelukauden piteneminen ovat vaikuttaneet kustannusten nousuun. Liikunnan kustannustekijöihin (kuva 3) vaikuttaa kuitenkin suuri määrä erilaisia maksuja ja kuluja. Harrastamisen kustannuksiin on tullut kaksin- tai jopa kolminkertainen nousu kymmenen vuoden aikana. Varsinaiseen toimintaan osallistumisen lisäksi kokonaiskustannusta nostaa lisääntyneet välttämättömät kustannukset. (Puronaho 2014, 52 & 61.)



Kuva 3. Liikunnan kokonaiskustannukset harrastajalle (Puronaho 2014, 51)

Seurojen varat kertyvät kotitalouksien sekä julkisen-, yksityisen- ja kolmannensektorin resursseista. Seurat pyrkivät hankkimaan varoja ja tukia kulujaan kattamiseen. Harrastamisen kustannukset yksilölle riippuvat kuitenkin lopulta siitä, miten seuran varainhankinnassa on onnistuttu suhteutettuna toiminnan kuluihin. (Puronaho 2014, 60.) Liikuntaseuroissa harrastamisen kokonaiskustannukset ovat nousseet monelle liian suuriksi. Kustannusten noustessa myös harrastamisen tasa-arvokysymykset ovat nousseet esille. Harrastusmahdollisuuksien luominen tasapuolisesti ja kohtuullisin kuluin onkin haastavaa. (Finni, Humisto, Karvinen & Lahti 2012, 66.)

Finni ym. (2012, 87) ovat keränneet keinoja yhdenvertaisten harrastusmahdollisuuksien toteuttamiseksi (kuva 4). He ovat määrittäneet tavoitteeksi, että jokaisella lapsella ja nuorella olisi mahdollisuus vähintään yhteen harrastukseen. Perheiden välillä tuloerot voivat olla erittäin suuria, joten kustannusten kohtuullisuutta tulisi arvioida tapauskohtaisesti. Seurojen toiminnassa voitaisiin kiinnittää enemmän huomiota mm. tarkempaan suunnitteluun siitä, miten kustannuksia voitaisiin kokonaisuudessaan pienentää. Kunnat voisivat tukea seuroja tehokkaammin esimerkiksi avustuksin ja toimintaedellytyksin, jotka koskevat mm. maksuttomia tai edullisia liikuntatiloja. Lajiliitot ja urheilujärjestöt voisivat kehittää toimintamallejaan niin, että taloudelliset tuet palvelisivat paremmin paikallistason toimijoita. Liikunnan yhteiskunnallista asemaa tulisi edistää ja sen arvoa kunnallisena peruspalveluna vahvistaa. (Finni ym. 2012, 87-93.)

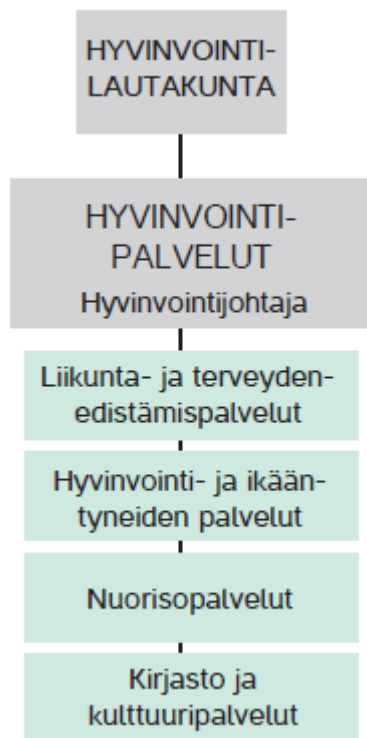


Kuva 4. Liikunnan harrastamisen taloudellisesti yhdenvertaisten mahdollisuuksien edistäminen (Finni ym. 2012, 87)

3 Asikkalan hyvinvointipalvelut

Asikkalan kunta kuuluu Etelä-Suomen lääniin ja Päijät-Hämeen maakuntaan. Kunta on perustettu vuonna 1848 ja koostuu useista pikkukylistä sekä keskustaajama Vääksystä, joka sijaitsee aivan Vesijärven ja Päijänteen vesistöjen välissä. Asikkala onkin mm. luonnon ja laajojen vesistöjen ansiosta mökkeilijöiden sekä matkailijoiden suosima kohde. Asikkalan asukasluku 31.12.2017 oli 8 251 asukasta. Asukkaista noin 14% oli 0-14 vuotiaita, noin 55% 15-64 vuotiaita ja noin 31% yli 65-vuotiaita. (Asikkalan kunta 2018a.)

Asikkalan kunnan hyvinvointipalveluihin kuuluvat liikunta- ja terveyden edistämispalvelut, hyvinvointi- ja ikääntyneiden palvelut, kirjasto- ja kulttuuripalvelut, sekä nuorisopalvelut (kuvio 3). Vastuu toiminnasta on hyvinvointilautakunnalla, jonka tehtäväksi on kirjattu hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen ja eriarvoisuuden vähentäminen sekä kuntalaisten osallisuuden vahvistaminen ja terveyserojen pienentäminen. Hyvinvointipalvelut ovat osallaan viemässä eteenpäin hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä kunnassa ja tekee yhdyspintatyötä kunnan muiden hallinnonalojen kanssa sekä hyvinvointikuntayhtymän ja maakunnan välillä. (Asikkalan kunta 2018b, 1.)



Kuvio 3. Hyvinvointipalveluiden organisaatiokaavio (Asikkalan kunta 2017, 23)

Hyvinvointipalveluiden toimenpideohjelmassa 2018-2022 (Asikkalan kunta 2018b, 1) hyvinvointipalveluiden visio on kirjattu kolmella lauseella seuraavasti:

”Asukkaiden kokonaisvaltainen hyvinvointi on meille tärkeintä.”

”Asikkala on Suomen liikuntaan houkuttelevin kunta.”

”Asikkala tarjoaa vireään elinympäristön ja laadukkaat palvelut, joita kehitetään yhdessä asukkaiden kanssa.”

Tavoitteiksi toimenpideohjelmassa on listattu ennakoiva hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen. Kuntalaisille tarjotaan kattavasti liikunta- ja harrastusmahdollisuuksia, tuetaan kansalaistoiminnan järjestämistä sekä edistetään osallisuutta. Hyvinvointipalvelut ovat mukana organisoimassa palveluita yhdessä järjestöjen, yhteisöjen sekä muiden tahojen kanssa. Toiminnalle keskeistä on avoimuus sekä tiivis yhteistyö kunnan asukkaiden kanssa. (Asikkalan kunta 2018b, 1.)

3.1 Liikunta- ja terveyden edistämispalvelut

Liikunta- ja terveyden edistämispalveluita kutsutaan kunnassa yleisesti liikuntapalveluiksi. Liikuntapalveluissa työskentelee kolme vakituista työntekijää, joiden kaikkien työnimike on liikunnanohjaaja. Lisäksi liikuntapalveluissa työskentelee ajoittain osa-aikaisia määräaikaisia liikunnanohjaajia. Liikuntapalveluiden toiminnasta vastaa hyvinvointijohtaja. Liikuntapalveluiden toimisto sijaitsee Asikkalan liikuntahallilla ja on näin ollen lähellä liikuntahallia käytäviä kuntalaisia. Liikuntahallilla työskentelee hyvinvointipalveluista liikunnanohjaajat, hyvinvointijohtaja ja hyvinvointi- ja ikääntyneiden palveluista vastaava hyvinvointikoordinaattori. Lisäksi liikuntahallilla työskentelee tukipalveluiden alle kuuluvat kaksi siistijää sekä teknisten palveluiden alaisuudessa toimivat kiinteistönhoitaja sekä liikuntapaikkojenhoitaja.

Hyvinvointilautakunnan toimenpideohjelmassa vuosille 2018-2022 liikunta ja terveyden edistämispalveluiden kohdalla mainitaan, että Asikkalan visiona on olla Suomen liikuntaan houkuttelevin kunta. Liikuntapalveluiden toiminnan halutaan kohdistuvan kaikkiin kuntalaisiin. Painopisteenä on laadukas sekä monipuolinen terveystarjonta sekä erityisliikunta. Kunnan tekemillä ratkaisulla ja panostuksella liikunnan edistämiseksi pyritään poistamaan liikkumattomuuden esteitä. Lisäksi korostetaan kuntalaisten vastuuta omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen ja sen edistämiseen. (Asikkalan kunta 2018b, 4.)

Toimenpideohjelman mukaan kunnan liikuntapalveluiden tehtävänä on:

- luoda edellytyksiä kuntalaisten liikkumiselle kehittämällä terveyttä edistävää liikuntaa
- järjestää ohjattuja liikuntaryhmiä ja erilaisia liikuntatapahtumia kuntalaisille

- kehittää paikallista ja alueellista yhteistyötä eri tahojen kanssa
- kansalaistoiminnan tukeminen
- liikuntaolosuhteiden ja liikuntapaikkojen hoidon kehittäminen yhteistyössä teknisten palveluiden kanssa
- liikkumislähetee toiminnan ylläpitäminen (Asikkalan kunta 2018b,4.)

Tuleville vuosille liikunta- ja terveyden edistämispalveluille on asetettu strategisia tavoitteita ja luotu keinoja niiden toteutukselle. Toimenpideohjelmasta voidaan nostaa esille mm. seuraavat asiat:

- Terveysliikuntapalvelut ovat valtakunnallista kärkitasoa
- Liikuntapaikkojen kunnossapito ja uusien liikuntapaikkojen rakentaminen yhteistyössä kunnan teknisten palveluiden kanssa
- Lasten liikunnan kehittäminen ja toimintojen organisointi yhteistyössä päivähoiton, koulujen ja seurojen kanssa
- Kansalaistoiminnan tukeminen mm. avustussääntöä kehittämällä ja avustuksia kohdentamalla erityisesti lasten- ja nuorten liikuntaan
- Seuratyön kehittäminen mm. säännölliset seuratapaamiset
- Palveluiden/tiedon saavutettavuuden parantaminen esimerkiksi mobiilisovelluksen avulla, josta löytyvät esim. kunnan liikuntapaikat (Asikkalan kunta 2018b, 4-5.)

Tavoitteiden toteutuksessa korostuu yhteistyön tekeminen laajasti eri toimijoiden kanssa. Lisäksi huomionarvoista tämän kehittämistyön kannalta on toimenpiteisiin nostettu tavoite seuratyön kehittämisestä. Kehittämistyön käynnistyminen vuoden 2017 syksyllä onkin nostanut aiheen myös viimeisimpään toimenpideohjelmaan. Toimenpideohjelma tukee myös erinomaisesti Asikkalan kunnan strategiaa, jota esitellään seuraavassa alaluvussa.

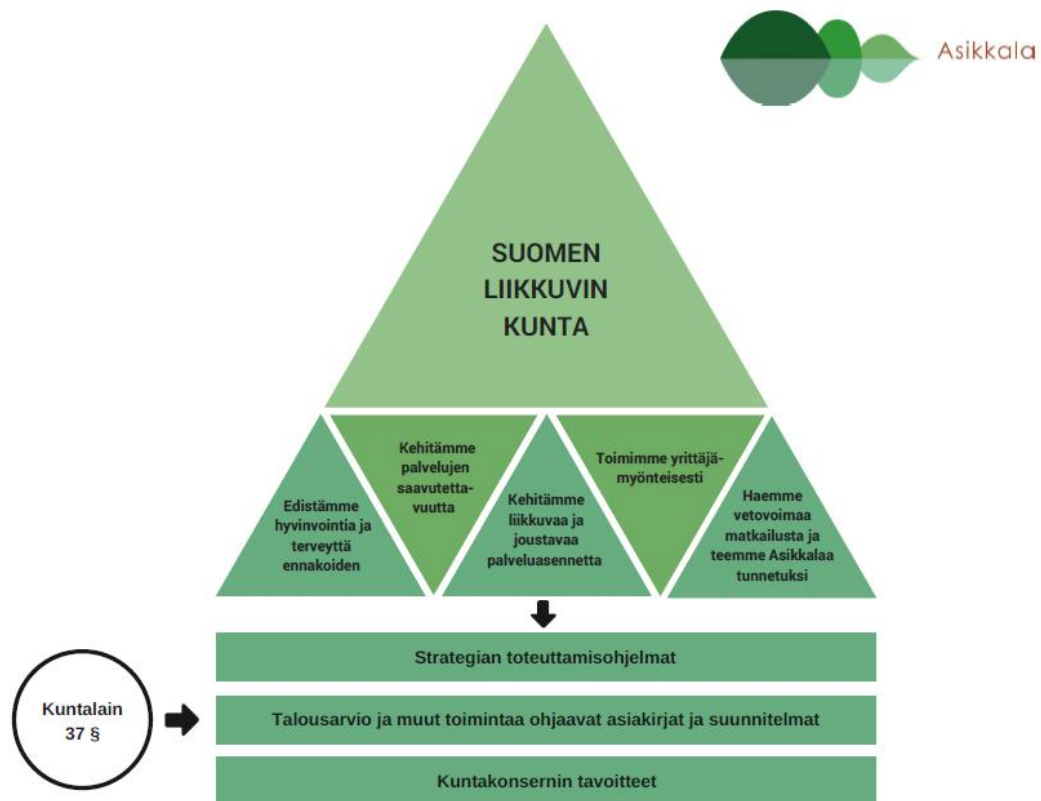
3.2 Kuntastrategia

Asikkalan kunnan uusi kuntastrategia hyväksyttiin Asikkalan kunnan valtuustossa 12.3.2018 (Asikkalan kunta 2018c, 1). Kunnan strategian 2018-2021 valmistelutyötä tehtiin kuntalaisia osallistaen vuoden 2017 aikana. Strategiatyölle avattiin omat internetsivut nimellä TARINA 2021. Sivuston kautta kuntalaisilla oli mahdollisuus kertoa mielipiteitään sekä esittää kysymyksiä. Lisäksi strategian tiimoilta järjestettiin kuntalaiskysely sekä ideointitilaisuuksia niin lapsille kuin aikuisille. Sivustolla kerrotaan kuntastrategian olevan valtuuston merkittävin ohjausväline kunnan johtamisessa. Valtuusto päättää kunnan toiminnan ja talouden tavoitteista, mutta itse strategiatyön kerrotaan olevan kaikille avointa. (Asikkala kunta 2018d.)

Asikkalan kunnan strategia 2018-2021 on nimeltään Suomen liikkuvien kunta. Strategian lähtökohdista korostetaan yhdessä, ennakkoiden ja ennakkoluulottomasti toimimista. Yhdessä tekemisellä tarkoitetaan, että kuntalaiset ja paikalliset toimijat osallistetaan kehittämiseen ja päätöksentekoon. Lisäksi kunnan sisällä tehdään yhteistyötä hallintorajat ylittävästi sekä toimitaan yhteistyössä muiden kuntien ja maakunnan kanssa. Ennakoinnilla

viitataan pitkäjänteiseen, perusteltuun sekä kustannustehokkaaseen päätöksentekoon. Lisäksi verkostoitumiseen kiinnitetään huomiota. Ennakkoluulottomuudella tarkoitetaan avoimuutta ja joustavuutta sekä rohkeasti uusien ratkaisujen kokeilemistä. (Asikkalan kunta 2018c, 3.)

Hyvinvointipalveluiden toimenpideohjelman tapaan strategiassa mainitaan Asikkalan kunnan halu olla liikuntaan houkuttelevin kunta Suomessa. Liikunnan tärkeys ja sen näkyminen strategiassa konkretisoituu kuviossa (kuvio 4), jossa on kuvattu strategian tavoitteita. (Asikkalan kunta 2018c, 10.) Liikunnan harrastamiseen ja olosuhteisiin on panostettu Asikkalassa useita vuosia. Liikunnan näkyminen kuntastrategiassa näin selkeästi on kuitenkin uutta. Sen paikka ja merkityksellinen rooli on kuitenkin perusteltua, sillä Asikkala palkittiin tammikuussa 2018 järjestetyssä Urheilugaalassa Suomen liikkuvimman kunnan tittelillä. Tämä huomionosoitus on nostanut liikunnan myös kuntastrategian keskiöön. Asikkalan kunnanjohtaja Rinna Ikola-Norbacka kirjoittaa kuntaliiton blogissa 17.9.2018 (Kuntaliitto 2018a), että kilpailun voiton myötä Suomen liikkuvin kunta otettiin rohkeasti myös kunnan tulevien vuosien strategian kärjeksi. Hänen mukaansa liikuntatyön eteen tehty yli kymmenen vuoden panostus on luonut Asikkalalle brändin, jossa hyvinvointi kulkee tekemisen punaisena lankana. Kuntabrändin rakentaminen hyvinvoivan kuntalaisen ympärille onkin hänen mukaansa helppoa.



Kuvio 4. Asikkalan strategian 2018-2021 tavoitteita (Asikkalan kunta 2018c, 10)

Asikkalan strategian 2018-2021 ensimmäiseksi tavoitteeksi on mainittu hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen ennakkoiden. Kuntastrategian toimenpiteet ovatkin linjassa hyvinvointipalveluiden toimenpideohjelman 2018-2022 toimenpiteiden kanssa. Strategian toimenpiteissä nostetaan esille liikunta ja muut harrastusmahdollisuudet, joilla tavoitellaan kuntalaisten hyvinvointia. (Asikkalan kunta 2018c, 5.) Toimenpiteisiin onkin listattu seuraavat asiat:

- Ympärivuotisten vapaa-ajan harrastusmahdollisuuksien lisääminen yhteistyössä yhdistysten ja järjestöjen kanssa sekä lähikuntien liikunta- ja kulttuuripalveluiden hyödyntäminen.
- Toiminnassa huomioidaan kaikkien kuntalaisten terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen ennaltaehkäisevästi.
- Asikkalasta tehdään ilo kasvaa liikkuen sekä Liikkuva koulu –ohjelmien kärkikunta.
- Kaikille kuntalaisille tarjotaan maksuttomat liikuntapaikat sekä mahdollisuus maksuttomaan liikuntaneuvontaan.
- Luodaan uusia/ kunnossapidetään olemassa olevia liikuntapaikkoja.

Edellä mainittujen toimien lisäksi liikunnan edistämisenä voidaan pitää strategiassa mainittu kevyenliikenteenväyliin panostaminen (Asikkalan kunta 2018c, 5). Turvallisuuden lisäksi kevyenliikenteenväyliin panostaminen on myös panostamista liikkumisen mahdollisuuksiin, sillä kevyenliikenteenväyliä voidaan pitää myös liikuntapaikkoina.

3.3 Asikkala – Suomen liikkuvin kunta

Asikkalan kunta valittiin Suomen liikkuvimmaksi kunnaksi vuonna 2017. Valinta julkistettiin Urheilugaalassa Hartwall-areenalla 18.1.2018. Kuntaliiton, THL:n, Urheilugaalan ja Olympiakomitean organisoimassa kilpailussa etsittiin kuntaa, joka on edistänyt huomattavasti kuntalaisten liikuntamahdollisuuksia omalla toiminnallaan. Liikunnan lisäksi valinnassa korostettiin yhteistyötä, eriarvoisuuden kaventamista sekä uusien tapojen tai välineiden hyödyntämistä. Suomen liikkuvin kunta –kilpailu järjestettiin ensimmäistä kertaa ja siihen osallistui yli 100 suomalaista kuntaa. Valinnan kilpailun voittajaksi ja Uno pokaalin saajaksi teki Urheilugaalan Suuri raati, johon kuului yli 300 yhteiskunnallista vaikuttajaa ympäri Suomen. (Kuntaliitto 2018b.)

Asikkalan valinnan perusteiksi mainitaan vakinaisten liikunnanohjaajien palkkaaminen, liikuntaneuvonnan tarjoaminen sekä kunnan omistamien liikuntatilojen maksuttomuus kuntalaisille (Yle 2018). Lisäksi kaikki kunnan koulut ovat liikkuvia kouluja ja jokaisesta päiväkodista löytyy liikuntavastaava. Asikkalassa on pyritty poistamaan esteitä liikkumisen aloittamiseen ja harrastamiseen sekä luotu koko kuntaan monipuoliset lähiliikuntapaikat. Tekemisen lähtökohtana on yhteistyö eri toimijoiden kanssa. Kaikella tällä pyritään edistä-

mään kuntalaisten liikkumista ja terveempiä elämäntapoja sekä edistämään kansanterveyttä. (Kuntaliitto 2018b.)

Koko kilpailun tavoitteena oli tuoda esille tapoja ja keinoja, kuinka kunnissa voitaisiin saada ihmisiä eri tavoin liikunnan pariin. Kunnat ovat tärkeä liikuntaolosuhteiden luoja sekä liikuntapalveluiden tuottaja, jonka rooli todennäköisesti vain korostuu tulevaisuudessa. Kilpailun myötä esille nousseet toimintatavat ovat kuntien vapaasti käytettävissä. Kuntaliitto korostaakin, että kuntien liikunnan kokonaisuus toimii parhaiten silloin kun kuntalaisia ovat liikuttamassa kunnan lisäksi myös seurat ja vapaaehtoiset toimijat. (Kuntaliitto 2018b.)

4 Asikkalan liikunta- ja urheiluseurat

Asikkalassa toimii noin 30 liikuntaa järjestävää yhdistystä. Aivan tarkkaa määrää yhdistyksistä ei kuitenkaan ole, sillä kaikkien tiedot eivät ole välttämättä hyvinvointipalveluiden tiedossa. Liikuntaa järjestävien yhdistysten määrää on hankalaa tarkoin määrittellä myös siksi, että osa liikuntatoiminnasta tapahtuu esimerkiksi nuorisoseurojen kautta, jotka lasketaan nuorisoyhdistyksiksi. Liikunta- ja urheiluseuroja on Suomessa historian aikana perustettu noin 30 000. Näistä seuroista noin 14 000 on yhdistysrekisterin mukaan yhä aktiivisia. Kunnat ovat arvioineet liikuntaseurojen määriä ja näiden laskelmien mukaan toimivia seuroja on noin 10 000. (Olympiakomitea 2018.) Liikuntaseurojen/-yhdistysten määrän arviointi onkin valtakunnallinen haaste.

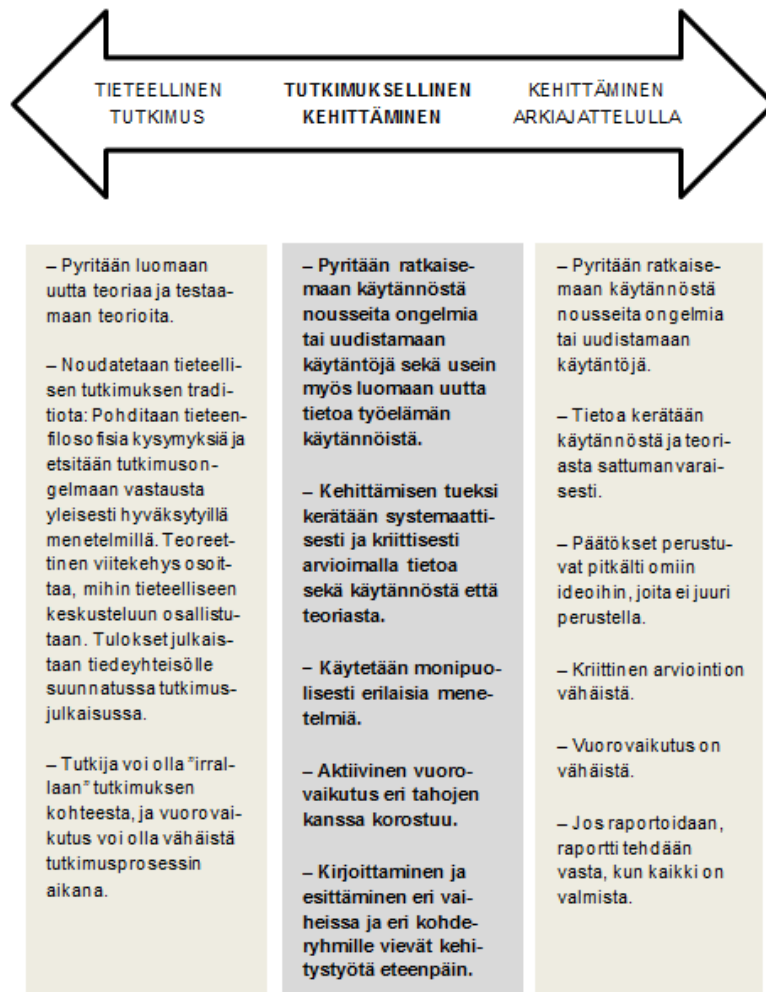
Asikkalassa toimivista liikuntaseuroista hieman yli puolet on yhden lajin seuroja. Tutkimusten mukaan suomalaisista liikunta- ja urheiluseuroista noin 70 % ovat yhden lajin seuroja (Koski & Mäenpää 2018, 47). Yleisseuroja on siis Asikkalassa tutkimuksen perusteella enemmän kuin keskiarvoisesti Suomessa. Kosken & Mäenpään (2018, 42) mukaan yleisseurojen määrä on suurempaa alle 20 000 asukkaan maaseutumaisissa kunnissa. Heidän mukaansa tällaisissa kunnissa noin puolet on yleisseuroja ja puolet yhden lajin seuroja. Asikkalan liikuntaseurat ovatkin tämän perusteella kuntakokoon ja sijaintiin nähden tavanomaisia.

Asikkalan hyvinvointipalveluiden liikuntaa järjestäville yhdistyksille syksyllä 2018 teetetyn avustussääntöjä koskeneen kyselyn taustatiedoista selviää, että kyselyyn vastanneista 17 seurasta yhdeksän oli jäsenmääriltään alle 100 jäsenen seuroja. Verrattain isoja yli 300 jäsenen seuroja vastanneista oli kaksi. Pääsääntöisesti seurat ovat siis Asikkalassa jäsenmääriltään pienehköjä ja lajikirjo on kunnan kokoon nähden monipuolinen. Huomioitavaa on kuitenkin, että kyseessä on arvio ja kyselyyn eivät vastanneet kaikki liikuntaa järjestävät yhdistykset. Asikkalan liikunta- ja urheiluseurat toimivat pääsääntöisesti vapaaehtoisvoimin. Työllistettynä on yksi kokoaikainen ja yksi osa-aikainen työntekijä.

Asikkalalaisia liikuntayhdistyksiä tuetaan liikuntatoiminnan avustuksilla, jotka ovat yleisavustus, erityisavustus sekä tapahtumaraha. Lisäksi merkittävä tukimuoto on kunnan omistamien liikuntapaikkojen maksuttomuus kaikille kuntalaisille, koskien myös liikuntaa järjestäviä yhdistyksiä. Hyvinvointipalveluiden myöntämiä yleisavustuksia jaettiin vuonna 2017 kuudelletoista eri liikuntaseuralle yhteensä 29 800 euron edestä. Tapahtumarahaa jaettiin kaikille asikkalalaisille yhdistyksille yhteensä 15 000 euron edestä. Liikuntaa järjestävistä yhdistyksistä tapahtumarahaa myönnettiin kahdelle toimijalle yhteensä 3 250 euron edestä. (Asikkalan kunta 2017, 62-63.)

5 Tutkimuksellinen kehittämistyö

Kehittäminen ja tutkimus sanaparina esiintyvät yleisesti yhdessä ja kehittämistyössä tärkeä rooli onkin usein juuri tutkimuksellisella osiolla. Tutkimuksella ja kehittämisellä on omat luonteensa, jossa toisena ääripäänä voidaan pitää kehittämistä arkiajattelun keinon ja toisena taas tieteelliseen tutkimukseen perustuvaa muotoa. Tutkimuksellisen kehittämistyön tapa voidaankin sijoittaa jonnekin edellä mainittujen tapojen välimaastoon (kuva 5). (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2014, 17.)



Kuva 5. Tutkimuksellisen kehittämistyön luonne (Ojasalo ym. 2014, 17)

Ojasalo ym. (2014, 19) kertovat tutkimuksellisten kehittämistöiden käynnistyvän mm. kehittämistarpeista tai tahdosta saada muutoksia organisaatioissa. Tällaiset kehittämistyöt sisältävät yleensä ratkaisujen löytämistä käytännön ongelmiin sekä mm. uusien käytäntöjen, ideoiden tai tuotteiden ja palvelujen käyttöön ottoa. Tutkimuksellisissa kehittämistöis-

sä asioita viedään vahvasti käytäntöön ja niillä tavoitellaan parannusta entiseen tai pyritään luomaan täysin uusia ratkaisuja.

Tutkimuksellinen kehitystyö alkaa ideoinnista ja päättyy niiden kehittelytoimien jälkeen ratkaisuun ja toteutukseen. Tämän jälkeen toimintaa vielä arvioidaan. Tutkimuksellisessa kehittämistyössä oleellisinta on toiminnallisuus, parannusten löytäminen sekä ideoiden toteutuksen varmistaminen tutkimuksen avulla. Tutkimuksellista kehittämistä ohjaa käytännölliset tavoitteet, jossa teoria on tukena. Tulosten hyödyllisyys on havaittavissa lopulta kehitettyjen asioiden toteutuksena ja näkymisenä käytännön toimissa. (Ojasalo ym. 2014, 20.)

Ojasalo ym. (2014, 20-21) kirjoittavat kehittämistyön vaativan tekijältään myös kehittämisen taitoja, joka näkyy esimerkiksi innovatiivisuutena, verkostoitumisena, aloitteellisuutena, oman työn analysointina, tiedon tuottamisena sekä laajana menetelmäosaamisena. Tärkeää on osata soveltaa, havaita ongelmia ja kyetä ratkaisemaan niitä. Tutkimuksellinen kehitystyö ei ole kuitenkaan vain ratkaisujen löytämistä ongelmiin vaan myös mm. ihmisten välistä vuorovaikutusta, yhteistyösuhteiden kehittämistä, muutoksen hakemista ja ohjaamista sekä haasteiden käsittelyä.

5.1 Kehittämistyön prosessi

Kehittämistöitä kuvataan usein prosesseina, jossa otetaan huomioon kunkin vaiheen huolellinen tarkastelu ennen seuraavaan vaiheeseen siirtymistä. Tutkimukselliseen kehittämistyöhön kuuluu helposti paljon aikaa ja prosessien huolellinen suunnittelu onkin tärkeää myös aikataulussa pysymisen kannalta. Yksinkertaisimmillaan kehittäminen voidaan jakaa muutostyön prosessiksi (kuvio 5). Prosessin ensimmäinen vaihe on suunnittelua, jossa selvitetään kehittämisaiheen haasteita ja asetetaan sille tavoitteet. Suunnitteluvaiheessa pohditaan myös ratkaisua siihen, kuinka tavoitteisiin voitaisiin päästä. Tämän jälkeen vuorossa on toteutusvaihe, jossa tehtyä suunnitelmaa lähdetään toteuttamaan. Viimeisenä vaiheena on arviointi, jossa tarkastellaan kuinka muutostyössä on lopulta onnistuttu. Arvioinnin kautta alkunsa saa myös usein uuden kehittämistyön suunnittelu. (Ojasalo ym. 2014, 22-23) Myös Kananen (2014, 55) teoksessaan toimintatutkimus kehittämistutkimuksen muotona jakaa kehittämistutkimuksen suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin vaiheisiin. Kananen korostaa lisäksi jokaisen vaiheen tutkimuksellisuuden tärkeyttä. Hänen mukaansa tutkimuksen kautta syntyvä tieteellisyys on välttämätöntä korkeakoulutasoisten opinnäytetöiden tekemisessä.



Kuvio 5. Muutostyön prosessi (Ojasalo ym. 2014, 23)

Kehittämisprosessin- tai hankkeen vaiheita ja etenemistä tutkiessa voidaan niissä todeta paljon samankaltaisuuksia kirjoittajasta riippumatta. Eroavaisuudet niissä ovat pääsääntöisesti pieniä ja ne koskevat lähinnä vaiheiden jaottelua sekä niiden määrää. Ojasalo ym. (2014, 23) kirjoittaa, että vaikka prosessi usein jaetaan kokonaiskuvan selkeyttämiseksi vaiheisiin ei prosessi välttämättä kulje kirjattujen vaiheiden mukaisesti. Todellisuudessa prosessit eivät siis ole kuitenkaan helposti jaettavissa ennalta määriteltymiin vaiheisiin ja niiden eroa voi olla hankala erottaa. Toisinaan myös vaiheiden välillä kuljetaan edestakaisin, joten prosessin ei tarvitse noudattaa orjallisesti kuvattuja vaiheita.

Salonen (2013, 16-19) on yhdistänyt kehittämishankkeen vaiheet ja sisällöt kahdesta prosessimallista. Kyseisessä mallissa prosessi on jaettu seitsemään vaiheeseen:

1. Aloitusvaihe, joka sisältää idean hankkeesta eli kehittämistarpeen sekä mm. ajatuksen mukana olevista toimijoista.
2. Suunnitteluvaihe, jossa hankkeen ajatus selkenee. Tämä vaihe pitää sisällään kehittämissuunnitelman, josta ilmenee mm. tavoitteet, ympäristö, menetelmät, vaiheet sekä toiminnan ydinhenkilöt.
3. Esivaihe, jossa siirrytään varsinaiseen työskentely ympäristöön. Esivaihe voi olla ajallisesti lyhyt, sisältäen organisointia sekä suunnitelmien läpikäyntiä.
4. Työstövaihe, jolla tarkoitetaan käytännön toteutusta. Kirjoittajan mukaan tämä vaihe on suunnittelun jälkeen toiseksi tärkein vaihe ja vaiheista tekijöilleen kaikkein raskain. Työstövaihe vaatii toimijoilta mm. tutkimus-, kehitys- ja innovaatiomenetelmien käyttöä, dokumentointia sekä aineiston ja materiaalien käsittelyä.
5. Tarkistusvaihe, jossa tuotosta arvioidaan ja se joko palautetaan työstö vaiheeseen tai siirretään eteenpäin viimeistelyvaiheeseen.
6. Viimeistelyvaihe, jossa työ viimeistellään. Tämä vaihe voi sisältää esimerkiksi tuotoksen esittelyn käyttäjille.
7. Valmis tuotos, joka on usein jotakin konkreettista kuten malli, opas tai esite.

Ojasalo ym. (2014, 23) kirjoittaa kehittämisprosessin käynnistyvän kehittämiskohteen tunnistamisella sekä siihen liittyvien toimien ymmärtämisellä. Tarkoituksena on saada aikaan kehitystä tai muutosta ja tavoitteena on prosessin lopputuotoksena esimerkiksi: 1. luoda uusi toimintamalli, tuote tai palvelu, 2. päivitetyn tai uudistetun prosessin laatiminen, 3. uusien menetelmien tai mallien luominen, 4. uuden työskentelytavan kehittäminen. Salosen (2013, 20) tavoin Ojasalo ym. (2014, 24) ovat luoneet kehittämistoiminnalle vaiheittaisen prosessimallin (kuvio 6). Mallit ovat sisällöltään lähellä toisiaan ja luovat ohjaavan rungon kehittämistöiden toteutukselle.



Kuvio 6. Tutkimuksellisen kehittämistyön prosessi (Ojasalo ym. 2014, 24)

5.2 Toimintatutkimus

Toimintatutkimus on käytännön ongelmien ratkaisuihin pyrkivää, muutokseen tähtäävää ja osallistavaa tutkimusta. Luonteensa takia toimintatutkimuksellinen lähestyminen sopiikin hyväksi tavaksi tehdä kehittämistöitä. Työelämään liittyvää ja organisaation käytännön ongelmiin ratkaisuihin tähtäävää toimintatutkimusta voidaan kutsua myös kehittävaksi työntutkimukseksi. (Ojasalo ym. 2014, 58)

Tutkimus ja toiminta ovat toimintatutkimuksellisen lähestymistavan keskiössä. Toimintatutkimus ei ole vain tutkijoiden tekemää työtä, vaan kohderyhmän aktivointia ja osallistamista, jossa kyseiseen kohderyhmään kohdistuvaan ongelmaan haetaan ratkaisua. Toimintatutkimuksessa ongelman pyrkivät ratkaisemaan siis ne, joita ongelma koskee. Tätä pidetäänkin kyseisen toimintatavan etuna, sillä ratkaisun löytäminen on tällöin yhteistyötä korostavaa ja näin ollen myös kohderyhmää sitouttavaa. Yhteistyö näkyy toimintatutkimuksessa keskeisenä piirteenä, mutta yhteistyö ryhmätoiminnassa ei ole aina helppoa. Yhteistyön tiellä yhteisössä voivat olla esimerkiksi ihmisten erilaiset tavoitteet, henkilösuhteet sekä luottamukseen ja arvoihin liittyvät asiat. Toimintatutkimuksessa yhteiset tavoitteet ovat kuitenkin mahdollisista haasteista huolimatta kyettävä luomaan. (Kananen 2014, 11.) Myös Ojasalo ym. (2014, 58-59) korostavat osallistavan kehittämisen roolia toimintatutkimuksessa. Heidän mukaansa kyseisellä toimintatavalla on etunsa myös siksi, että yhteisö tietää heitä koskevat haasteet todennäköisesti paremmin kuin kukaan muu. Löydetyn ratkaisun hyväksyminenkin saattaa olla yhteisössä todennäköisempää kuin esimerkiksi ulkopuolisen tutkijan esittämä ratkaisukeino. Apua matkan varrella saatetaan toki tarvita myös tutkijalta, joka pystyy tarvittaessa antamaan yhteisön ulkopuolisen tuen haettaessa ratkaisuja ongelmiin.

Toimintatutkimuksessa voidaan käyttää määrällisen tutkimuksen keinoja, mutta yleisesti sitä pidetään laadullisena eli kvalitatiivisena tutkimusmenetelmänä. Toimintatutkimuksen menetelmiä valittaessa on muistettava, että kyse on osallistavasta tutkimuksesta, jolla tähdätään kehittämiseen. Tämän vuoksi myös käytettävien menetelmien tulisi olla osallistavia. Aineistoa voidaan kerätä mm. kyselyillä, keskusteluilla, haastatteluilla, aivoriihityökentelynä tai havainnoimalla. Menetelmissä korostuu usein keskusteleva tapa toimia, jonka pyrkimyksenä on nostaa esille osallistujien mielipiteitä ja näkemyksiä. Keskustelu etenee vaiheesta seuraavaan niin, että edellinen luo perustan seuraavalle. Tutkijan roolina on dokumentoida keskustelua sekä sen esille tuomia ajatuksia ja näkemyksiä. Osallistavien menetelmien etuna on pääsy lähelle kehittämiskohteessa toimivia ihmisiä. Tällöin pystytään hyödyntämään heidän kokemus, ammattitaito sekä tietämys, joka voi muutoin jäädä huomioimatta. (Ojasalo ym. 2014, 61-62.)

6 Projektin tarkoitus ja tavoite

Tämän projektin tarkoituksena oli kehittää toimintatutkimuksen avulla Asikkalan kunnan sekä liikuntaseurojen ja liikuntaa järjestävien yhdistysten välistä toimintaa. Tavoitteena oli ensin selvittää yhdistysten edustajien mielipiteitä siitä, kuinka kunta voisi toimia helpot- taakseen ja edistääkseen liikuntaseurojen -ja yhdistysten toimintaa Asikkalassa. Tavoit- teena oli myös pilotoida toimintamalli, joka toimii tulevaisuudessa työkaluna kunnan ja seurojen välisen toiminnan ja yhteistyön toteutuksessa. Toimintamallin laadinnassa käy- tettiin apuna seurojen sekä sidosryhmien näkemyksiä.

Asikkalan kunnassa ei ole viime vuosina pidetty suunnitellusti yhteyttä liikuntaseurojen edustajien kanssa. Yhteistyötä on toki tehty, mutta se ei ole ollut järjestelmällistä. Kunnan ja seurojen välisen toiminnan ja yhteistyön kehittäminen koettiin toimeksiantajan eli Asik- kalan kunnan puolesta erittäin tärkeänä. Myös Asikkalan kunnan uusi kuntastrategia vel- voittaa edistämään ja lisäämään yhteistyötä seurojen ja järjestöjen suuntaan. Pienehkön kunnan etuna on ollut, että liikuntaa järjestävien yhdistysten edustajien on ollut helppo tulla tarvittaessa asioimaan suoraan liikuntatoimistoon. Vaikka tämä on jatkossakin mah- dollista, uuden toimintamallin ja sen toimintatapojen myötä kaikille seuroille annetaan sel- keä mahdollisuus saada äänensä kuuluviin.

Tämän kehittämistyön tavoitteena oli luoda toimintamalli, jota toteuttamalla pyritään vah- vistamaan seuratoimintaa pitkäjänteisesti. Tahtotilana oli myös lisätä seurojen välistä yh- teistyötä kunnan hyvinvointipalveluiden ollessa vahvasti tukemassa sen toteutumista. Toimintamallin toimenpiteiden toivotaan edistävän lopulta kuntalaisten liikunnan harras- tamista.

Yhtenäisen toimintamallin ja sen toimintatapojen uskotaan myös luovan avoimuutta sekä tasavertaiset vaikutusmahdollisuudet kaikille liikuntaa järjestäville yhdistyksille. Toiminta- mallin ja sen valmistelutyön avulla pyrittiin helpottamaan myös Asikkalan kunnan hyvin- vointipalveluiden työtä luomalla selkeät toimintatavat. Toimintamallin toimenpiteiden ta- voitteena olikin palvella niin kuntaa kuin liikuntaa järjestäviä yhdistyksiä.

7 Kehittämistyön vaiheet ja menetelmät

Toiminnan kehittäminen ja toimintamallin luonti Asikkalan kunnan hyvinvointipalveluiden ja liikuntaa järjestävien yhdistysten välille käynnistyi syyskuussa 2017 tämän kehittämistyön tekijän toimesta. Kehittämistyön tekemiseen kannusti myös Asikkalan kunnan hyvinvointijohtaja sekä hyvinvointipalveluiden muut liikunnanohjaajat. Työtä pidettiin hyvinvointijohtajan mielestä erittäin tarpeellisena ja sen toimintatutkimuksellista otetta puolsi myös samaan aikaan käynnissä ollut kuntastrategian valmistelu, jossa painotettiin kuntalaisten osallistuvuutta strategian ideointiin. Tämän työn kirjoittaja toimi kehittämistyön vetäjänä sekä Asikkalan kunnan organisaatiossa liikunnanohjaajana. Kehittämistyön vaiheet ovat kuvattuna (kuvio 7) kokonaiskuvan helpottamiseksi.

Kehittämistyössä käytetyt tutkimusmenetelmät eli aineiston keräämiseen käytetyt tavat ovat toteutettu laadullisen eli kvalitatiivisen tutkimuksen keinoin. Määrällinen eli kvantitatiivinen tutkimus perustuu lukuihin ja tilastoihin ja sen tulokset ovat helpommin yleistettävissä. Laadullinen tutkimus pyrkii sen sijaan syvällisemmän ymmärryksen luontiin ja mielekkään tulkinnan syntymiseen tutkittavasta aiheesta. (Kananen 2014, 21) Kehittämistöissä useiden menetelmien käyttö rinnakkain on kannattavaa, jotta esille saadaan mahdollisimman paljon ideoita. Laadullisten metodien kuten haastattelujen ja havainnoin kautta tutkittavaan kohteeseen liittyvien henkilöiden omat näkemykset ja mielipiteet pyritään nostamaan esille. Kehittämistöissä tyypillisiä ovat yhteisöllisen tiedonkeruun menetelmät kuten aivo-riihityöskentely. (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 2009, 164; Ojasalo ym. 2014, 40.) Tämän kehittämistyön menetelmiä on kuvattu tarkemmin kehittämistyön vaiheiden esittelyn yhteydessä.

Tutkimusprosessissa aineistoa kerätään erilaisilla tutkimusmenetelmillä, jonka jälkeen aineisto litteroidaan eli kirjoitetaan kirjalliseen muotoon. Litteroinnissa riittää yleensä melko karkea taso, jossa asian ydin tulee kuitenkin esille. Aineiston analyysillä tarkoitetaan esimerkiksi haastatteluiden ja muistiinpanojen käsittelyä ja tiivistämistä. Aineistoa voidaan muokata myös esimerkiksi koodaamalla, luokittelemalla tai teemoittelun avulla. Analyysillä voidaan tarkoittaa tutkijasta riippuen joko aineiston käsittelyä, tulkintaa tai sekä käsittelyn ja tulkinnan kokonaisuutta. Usein analyysi kuitenkin määrittää ongelman pienemmäksi pilkkomiseksi, joka tähtää lopulta kokonaisongelman ratkaisemiseen. (Kananen 2014, 104-105) Tätä kehittämistyötä tehdessä on pyritty huolellisesti kirjaamaan kaikkien vaiheiden tuottama sisältö ja nostamaan esille kokonaisuuden kannalta oleellimmat asiat.



Kuvio 7. Kehittämistyön vaiheet

Kutsut (liite 1) toiminnan kehittämisen iltaan lähetettiin 9.10.2017 kaikille asikkalalaiselle liikuntaseuroille/liikuntaa järjestäville yhdistyksille, joiden yhteystiedot oli saatavilla. Kutsuja lähtikin sähköpostitse 30 seuran puheenjohtajalle tai vaihtoehtoisesti seuran nimetylle yhteyshenkilölle. Kutsun yhteydessä alustettiin tulevaa tapaamista ja seurojen edustajia pyydettiin pohtimaan etukäteen asioita, joita heidän mielestään tulisi kehittää. Kehittämisideoita haluttiin, jotta seurojen toimintojen järjestäminen voisi olla helpompaa ja yhteistyö kunnan hyvinvointipalveluiden kanssa entistä sujuvampaa. Kutsun yhteydessä pyydettiin myös pohtimaan kysymystä: *Mitä kehityskohteita teille tulee mieleen ja kuinka niitä tulisi mielestänne kehittää?*

Seuratoimijoiden sekä kunnan hyvinvointipalveluiden välinen toiminnan kehittämisen ilta järjestettiin 25.10.2017. Illassa oli edustettuna kahdeksan eri liikuntaa järjestävää yhdistystä. Kahdesta yleisseurasta oli mukana kaksi edustajaa eri jaostoista, joten paikalla oli yhteensä kymmenen seura-aktiivia. Edustettuna oli lähes kaikki jäsenmääril-

tään suurimmat asikkalalaiset liikuntaseurat. Asikkalan kunnan hyvinvointipalveluita illassa edusti tämän kehittämistyön kirjoittaja eli kunnan liikunnanohjaaja. Tiedon keräämiseen ja ideointiin käytettiin yhteisöllistä aivoriihi-ideointimenetelmää, jossa osallistujille jaettiin taralappuja ja heitä pyydettiin kirjaamaan niille etukäteen pohtimiaan kehitettäviä asioita. Oma osio seinältä varattiin myös lapuille joihin kirjattiin tällä hetkellä hyvin toimivia asioita, vaikka niitä ei oltu etukäteen pyydettykään miettimään.

Aivoriihityöskentely erilaisine variaatioineen on yksi yleisimmistä yhteisöllisistä ideointimenetelmistä. Yhteisölliset menetelmät sopivatkin erityisen hyvin kehittämistöiden tiedon keruuseen. Aivoriihi työskentelyssä joukko ihmisiä kirjaa ylös omia ideoita tiettyyn aiheeseen liittyen. Tavoitteena on saada ryhmältä mahdollisimman suuri määrä ideoita. Ideoinnissa korostetaan tuomaan esille kaikki mahdolliset ajatukset. (Ojasalo ym. 2014, 44) Aivoriihi on luovan ongelmaratkaisun menetelmä, jonka tarkoituksena on tuottaa määrän avulla laatua. Mitä enemmän on ideoita sitä enemmän on myös todennäköisesti toteutuskelpoisia ideoita. Määrän lisäksi aivoriihityöskentelyn etuna voidaan pitää sitä, että muiden ajatukset pohjalta voi syntyä taas uusia ajatuksia ja ideoita. Pohdittavien aiheiden on kuitenkin syytä olla ideointityötä tekeville riittävän läheisiä, jotta esiin saadaan konkreettisia ja käytäntöön siirrettävissä olevia ehdotuksia. (Innokylä 2012.)

Laput kiinnitettiin heti täytön jälkeen seinälle nähtäväksi. Menetelmän avulla saatiin kattavasti sekä nopeasti tietoa tämän hetkisestä tilanteesta. Ideointitapa mahdollisti sen, että kaikkien seurojen edustajien ajatukset saatiin varmasti esille. Myös muiden ideoiden lukeminen tuntui herättävän uusia ideoita ja ajatuksia. Aivoriihen tiedettiin tuovan määrällisesti paljon ja luonteeltaan erilaisia kehittämisideoita (taulukko 1).

Uudet liikuntapaikat	Tämän hetkiset liikuntaolosuhteet ja välineistö	Salivuorot	Informointi/tiedotus	Avustukset	Muuta
Nurmikenttä-alue yleisurheilun heittolajeille	Liikuntahallin päätyjen valaistusta tulisi parantaa	Peruuntuvien liikuntavuorojen tiedotus seuroille → vapaat vuorot käyttöön	Liikuntatilojen poikkeavien aukioloaikojen tiedottaminen ajoissa ja laajasti	Maksettujen vuokrien huomioiminen yleisavustuksessa	Lisää vuoroyhteistyötä seurojen välille
Täysimittainen tekonurmi jalkapalloon	Kevyempi salibandykaukalo	Liikuntasalien vakiovuorojen huomiointi käyttäjien ikäjakauman mukaan	Seurojen yhteyshenkilöiden tietojen päivitys kunnan nettisivuille		Jaostojen välisen yhteistyön lisääminen esim. yhteiset harjoitukset
Kunnallinen halli erikoislajien käyttöön	Viralliset salibandyviivat liikuntahallin lattiaan	Yhteiskoulun salivuoroille korvaava tila ylioppilaskirjoitusten aikana			Yhteinen liikuntalajien esittelypäivä → mitä kaikkea on mahdollista harrastaa
Monitoimihalli	Urheilukentän seisävähyyppypatjoille suojukset				
	Heittopressu/heittolevy liikuntahallin päätyseinään ja puuritilä tulisi poistaa salin yläosasta				
	Valokennot ajanottoon urheilukentälle				

Taulukko 1. Seurojen edustajien aivoriihiyöskentelyn tuottamat ideat

Ideoinnin jälkeen ideat jaoteltiin seinälle aihepiireittäin. Tämän jälkeen pohdittiin aihepiiri kerrallaan toteutustapoja niiden ratkaisemiseksi. Osa kehittämisideoista oli mahdollista toteuttaa nopeasti ja kohtuullisin ponnistuksin. Tapaamisessa keskusteltiin lopuksi vapaamuotoisesti ajankohtaisista sekä illan aikana esille tulleista asioista. Kehitysideat työn tutkija lupasi viedä toimialajohtajan eli Asikkalan kunnan hyvinvointipalveluiden hyvinvointijohtajan tietoon.

Aivoriihi työskentelynä toteutetun ideoinnin jälkeen ideoiden käytännön toteutusta ratkottiin ryhmähaastattelun keinoin. Ojasalo ym. (2014, 41) kertoo ryhmähaastattelun käynnistyvän jonkin tietyn aiheen ympärille, jonka haastattelija on ensin alustanut ja tuonut esille. Tässä tapauksessa siis aivoriihimenetelmän avulla löydetyt ideat toimivat alustuksena ja ideoiden toteutuksen keinoja ratkottiin ryhmähaastattelumenetelmän avulla. Ryhmähaastattelun etuna on, että tietoa saadaan nopeasti ja samaan aikaan usealta ihmiseltä. Ryhmähaastattelussa voidaan saada yksilöhaastatteluja kattavammin tietoa, sillä muiden läsnäolo saattaa lisätä keskustelua ja vaatia yksilöltä perustellumpia vastauksia. (Ojasalo 2014, 41–42.) Eskolan & Suorannan (2008, 96), mukaan ryhmähaastattelun kohderyhmän tulisi olla mahdollisimman homogeeninen, jotta keskustelu aiheesta olisi ylipäättään mahdollista. Ryhmähaastattelua voidaankin pitää tässä tapauksessa kohderyhmälle sopivana ja toimivana menetelmänä. Eskola & Suoranta (2008, 97) muistuttavat kuitenkin, että ryhmähaastattelun haasteena saattavat olla henkilöt, jotka dominoivat keskustelua tai tilanteet joissa haastateltavilla on vaikeuksia käynnistää keskustelua. Haastattelijan roolina onkin saattaa keskustelu käyntiin, mutta pysyä muutoin mahdollisimman hiljaa. Keskusteluilmapiiri pyritään ryhmähaastatteluissa samaan avoimeksi ja vapaaksi.

Yhteenveto illan tuotoksista lähetettiin kaikille liikuntaa järjestävien yhdistysten edustajille sähköpostitse 1.11.2017. Sähköpostissa pyydettiin palautetta esille nousseista asioista erityisesti niiltä seuroilta, jotka eivät olleet edustettuna illassa. Heiltä toivottiin myös lisää kehitysideoita. Näin haluttiin antaa kaikille asikkalalaisille seuroille tasapuolinen mahdollisuus vaikuttaa ja saada äänensä kuuluviin. Palaute oli kuitenkin vähäistä, eikä tuonut enää uusia kehitysideoita.

Yhteenvetoa ja palautetta käsiteltiin hyvinvointi-/toimialajohtajan sekä tämän työn tutkijan välillä 10.11.2017. Kehityskohteet koettiin keskenään hyvin erilaisiksi ja tietyiltä osin erittäin tarpeellisiksi. Sovimme, että ns. helposti korjattavissa oleviin ja/tai akuutteihin ongelmakohtiin tartutaan välittömästi. Nämä koskivat lähinnä tiedottamista sekä yhteystietojen päivittämistä. Näiltä osin vastuun toteutuksesta otti tämän työn kirjoittaja. Myös tiettyjen olosuhteiden parantamiseen oli mahdollista löytää ratkaisuja nopealla aikataululla. Hyvinvointijohtajan kanssa sovimme, että hän vie kehitysideat tiedoksi myös hyvinvointilautakunnalle.

Työyhteisön ydinryhmän kanssa kokoontuimme 24.11.2017 ideoimaan runkoon kunnan ja seurojen väliselle toimintamallille. Ydinryhmään kuuluivat hyvinvointijohtaja sekä kolme liikunnanohjaajaa, joista yksi oli tämän kehittämistyön kirjoittaja. Olimme jo aikaisemmin ns. kahvipöytäkeskusteluissa käyneet toiminnan kehittämisen illan antia läpi ja nyt perehdyimme paremmin toimintamallin suunniteluun. Ennen toimintamalliin siirty-

mistä keskustelimme kuitenkin siitä, kuinka esille nousseisiin akuutteihin ongelmiin kuten informointiin tartutaan ja kuinka asioita sen suhteen lähdetään parantamaan. Keinot ja vastuut tämän suhteen oli sovittu edeltävässä tapaamisessa hyvinvointijohtajan kanssa. Tämän kehittämistyön kirjoittaja oli seuraillan tulosten sekä hyvinvointipalveluiden näkökulman tuntien laatinut pohjaa toimintamallille. Kyseisen toimintamallin runko esiteltiin työyhteisölle. Ideoinnin ja keskustelun jälkeen sovimme, että tämän työn kirjoittaja jatkaa toimintamallin kehittämistä ja kysyy tarvittaessa näkemyksiä ja mielipiteitä kollegoilta. Tärkeintä tässä tapaamisessa olikin saada työyhteisöltä hyväksyntä suunnalle, johon toimintamalli oli menossa.

Kuntien seurayhteistyön tekemisen tapoja selvitettiin kevään 2018 aikana. Asikkalan lähikuntien toimintatapoja tiedusteltiin lähettämällä sähköpostia kahden naapurikunnan liikuntavastaavalle. Lisäksi muiden suomalaisten kuntien toimintatapoja pyrittiin selvittämään internetin kautta.

Muiden kuntien toimintatapojen selvittämisessä on kyse benchmarkingista eli ns. esikuva-arvioinnista. Benchmarkingissa omaa kehittämisen kohdetta verrataan johonkin toiseen kohteeseen. Tarkoituksena menetelmässä on löytää parhaita käytäntöjä muista organisaatioista ja muokata niitä omaan organisaatioon sopiviksi. Benchmarking sopii hyvin mm. toimintaprosessien ja työtapojen kehittämiseen. Esikuva-arviointi voi herättää monenlaisia ajatuksia, jonka avulla voi syntyä uusia ideoita omaan kehittämiskohteeseen. Benchmarkingia voidaan tehdä vieraillemalla vertailtavaan organisaatioon tai hakea tietoa mm. kirjoista, artikkeleista tai internetlähteistä. (Ojasalo 2014, 43-44)

Kuntien, liikuntaseurojen ja aluejärjestöjen sivustoja selaamalla selvisi, että yhteistyötä kunnan ja liikuntaseurojen välillä tehdään. Toimintojen toteutuksesta ei löytynyt kuitenkaan tämän työn tekijän toimesta valmiita suunnitelmia tai toimintamalleja. Toki malleja voi olla, mutta ne eivät olleet helposti löydettävissä tai julkaistuna yleiseen tarkasteluun. Jos kuntien ja seurojen välisistä yhteisistä toiminnoista oli mainintaa, koskivat ne yleensä yhteisiä seuratapaamisia/seurafoorumeja sekä yhteistyössä toteutettuja tapahtumia. Tapaamiset ovat isommissa kaupungeissa usein toteutettu liikunnan aluejärjestöjen organisoimana tai yhteistyössä kaupungin kanssa. Tietoa seurojen ja kunnan välisistä tapaamisista ja yhteistyöstä löytyi pääsääntöisesti kuntakooltaan selvästi tämän työn toteutus kuntaa eli Asikkalaa isompien kuntien nettisivuilta. Kuntien ja liikuntaseurojen välinen yhteistyö tuodaankin ehkä helpommin esille kunnissa, jotka ovat isompia ja joissa on todennäköisemmin enemmän liikuntaa järjestäviä yhdistyksiä. Tämä kirjoittajan havainto ei kuitenkaan tarkoita sitä, että kunnan ja seurojen välinen yhteistyö olisi vähäisempää pienissä kunnissa. Havaintona voidaan myös todeta, että tavoitteena usealla kunnalla näyttäisi

olevan tulevaisuudessa yhteistyön vahvistaminen liikuntaa järjestävien yhdistysten kanssa.

Lähikuntien liikuntavastaaville lähetetyssä sähköpostissa tiedusteltiin, että oliko heillä kunnan ja liikuntaseurojen väliselle toiminnalle olemassa jonkinlaista suunnitelmaa tai toimintamallia. Samalla kysyttiin järjestetäänkö yhteisiä tapaamisia tai muutoin yhteistyötä liikuntaa järjestävien yhdistysten kanssa. Lisäksi heiltä pyydettiin mahdollisia vinkkejä omien kokemusten perusteella kunnan ja seurojen välisen toiminnan tiivistämiseksi ja kehittämiseksi. Kuntien vastaukset yhdistämällä selvisi seuraavanlaisia asioita:

- Yhteistyötä tehdään järjestämällä kunnan ja seurojen välisiä tapaamisia ja yhteisiä tapahtumia.
- Kunta järjestää ohjaajakoulutuksia.
- Kunta auttaa markkinoinnissa.
- Kunta avustaa/kannustaa monipuolisten liikuntatoimintojen järjestämiseen.
- Kunta koordinoi harrastemessujen eli lajiesittelypäivän toteutusta.
- Toimintamallia tai suunnitelmaa kunnan ja seurojen välisen toiminnan toteutukseen ei ole olemassa.
- Tulevaisuudessa mahdollisesti liikunta-, nuoriso- ja kulttuurijärjestöjen yhteiset tapaamiset ja/tai muutoin tapaamisten kehittäminen.
- Yhteistyön tiivistäminen järjestöjen suuntaan nyt ja tulevaisuudessa keskeistä.
- Yhteiset tapaamiset koettiin antoisiksi ja tärkeiksi.
- Linkki kunnan johdon sekä seurojen välillä todella tärkeää, jotta järjestöjen tarpeet tulee huomioiduksi päätöksenteossa

Päijät-Hämeen Liikunnan ja Urheilun (PHLU) seurakehittäjän tapaaminen toteutui hutikuun alussa 2018. Seurakehittäjä organisoii liikunnan aluejärjestössä mm. seurafoorumia Päijät-Hämeen alueella. Tapaamisessa tiedusteltiin seurakehittäjän tapoja toteuttaa seurafoorumia sekä tiedusteltiin hänen kokemuksiaan kuntien ja seurojen välisen toiminnan järjestämisestä. Samalla seurakehittäjälle esiteltiin ideoita Asikkalan toimintamallin sisällöstä.

Tapaamisessa tietoa kerättiin avoimella haastattelulla. Avoin haastattelu on menetelmänä joustava ja muistuttaakin keskustelua. Avoin haastattelu vaatii haastattelijalta taitoa viedä keskustelua sujuvasti eteenpäin sekä kykyä poimia keskustelusta olennaisia asioita. (Hirsjärvi ym. 2009, 209; Ojasalo ym. 2014, 41). Avoimessa haastattelussa haastattelijalla selvitettävää keskustellen haastateltavalta mielipiteitä, ajatuksia ja käsityksiä. Yleensä avoin haastattelu on aikaa vievää. (Hirsjärvi ym. 2009, 209).

Keskustelun myötä selvisi mm. seuraavia asioita:

- Toimintatavat Päijät-Hämeen liikuntaseurojen ja kuntien välisessä toiminnassa ovat erilaisia
- Seurafoorumien sisältö määräytyy kunnittain tarpeen/ajankohtaisten aiheiden mukaan
- Tapaamisten sisällön tulee olla kiinnostavaa, sisältäen tarvittaessa jonkin vetonaulan
- Isoimmista kunnissa toimii seuraparlamentti, joka valmistelevat seuraavan tapaamisen aiheet. Seuraparlamenttiin kuuluu liikuntaa järjestävien yhdistysten valitsemat edustajat. Seuraparlamentti toimii myös linkkinä kaikkien liikunta yhdistysten ja kunnan välillä.
- Seuratoimijoille on järjestetty mm. yhteisiä seura-aamiaisia ja luotu näin keskustelumahdollisuus keskenään sekä mahdollisesti myös kunnan tai aluejärjestön suuntaan.
- Liikuntaseurojen ja kunnan välille on joissakin kunnissa laadittu yhteiset pelisäännöt

Toimintamallin työstö Asikkalan kunnan ja liikuntaa järjestävien yhdistysten välille kiihtyi huhtikuun 2018 aikana. Toimintamallin valmistelua edesauttoi myös tuleva seuratoimijoiden kevät tapaaminen, jonne toimintamalli haluttiin esitettäväksi ja arvioitavaksi. Toimintamalli valmistuikin lopulta hyvissä ajoin, sillä tehty taustatyö helpotti toimintamallin kasaamista. Ennen seuratoimijoiden tapaamista toimintamalli esiteltiin myös työyhteisön ydinryhmälle.

Kutsut (liite 2) seuratoimijoiden ja kunnan väliseen kevät tapaamiseen lähetettiin 16.4.2018. Kutsuttuina oli jälleen kaikkien asikkalalaisten liikuntaa järjestävien yhdistysten edustajat, joiden yhteystiedot olivat saatavilla. Kutsuttuna oli kaikkiaan 30 liikuntayhdistystä. Kutsussa kerrottiin tapaamisen olevan jatkoa syksyllä 2017 käynnistyneisiin seuratoimijoiden sekä kunnan hyvinvointipalveluiden välisiin tapaamisiin. Kutsun yhteydessä mainittiin myös tapaamisen aiheet, jolla haettiin houkuttelevuutta osallistua iltaan. Kevät tapaamisen aiheissa pyrittiinkin ajankohtaisuuteen ja ne koskivat EU:n tietosuojasetuksen voimaan tuloa sekä kunnan ja liikuntaseurojen välisen toimintamallin esittelyä sekä yhteisten tapaamisten jatkosta sopimista. Kutsussa mainittiin organisoivaa tahoa eli kuntaa edustavan liikunnanohjaajan sekä hyvinvointijohtajan. Lisäksi kerrottiin Päijät-Hämeen Liikunnan ja Urheilun seurakehittäjän kertovan alueellisen tervehdyksen sekä vetävän tapaamisen tietosuojasetus osion.

Seuratoimijoiden ja kunnan hyvinvointipalveluiden kevät tapaaminen/seurailta järjestettiin 2.5.2018 Asikkalan liikuntahallilla. Kutsutuista 30 yhdistyksestä edustettuna oli 11 eri liikuntaa järjestävää yhdistystä. Lisäksi kahdesta yleisseurasta paikalla oli kaksi henkilöä, jotka edustivat eri jaostoja. Edustettuna oli jälleen lähes kaikki jäsen- ja harrasta-

jamääriltään suurimmat asikkalalaiset liikuntaa järjestävät yhdistykset. Tämän kehittämistyön merkityksellisin osio illassa oli toimintamallin esittely liikuntaseurojen edustajille. Ennen varsinaisen toimintamallin esittelyä kerrattiin syksyn kehittämisillassa esille nousseet seuratoimijoiden ideat toiminnan edistämiseksi/helpottamiseksi. Samalla esiteltiin kuinka tiettyihin kehittämisideoihin on pystytty kunnan puolesta jo reagoimaan. Tämän jälkeen läsnä olijoille annettiin myös mahdollisuus kommentoida ja kertoa mielipiteensä vapaasti. Toimintamallin osa-alueet esiteltiin tämän jälkeen PowerPoint-esityksenä. Toimintamallin runko koostui kaksi kertaa vuodessa kevät sekä syksy pidettävistä teemoitetuista tapaa- misista. Mallin muut osa-alueet koskivat viestinnän/tiedottamisen tehostamista, seurojen toimintojen markkinoinnin edistämistä sekä vuosikelloa, jonka avulla pyritään helpotta- maan niin seurojen kuin kunnan arkista yhteistyötä. Esityksen jälkeen liikuntaa järjestävi- en yhdistysten edustajia pyydettiin vielä kommentoimaan toimintamalliin sisältöä sekä antamaan siihen mahdollisia kehitysideoita. Toimintamalli otettiin vastaan positiivisin mie- lin. Illan päätteeksi keskusteltiin vielä vapaamuotoisesti ajankohtaisista asioista ja sovittiin seuraava tapaaminen järjestettäväksi syksyllä 2018.

Tapaamisessa tietoa kerättiin ryhmähaastattelun eli käytännössä keskustelun avulla. Ryhmähaastattelun tiedettiin oleva kohderyhmälle toimiva tapa, sillä menetelmää oli jo käytetty ensimmäisessä seuratoimijoiden tapaamisessa. Ryhmän tiedettiin jo kokemuksen perusteella pystyvän avoimeen ja suhteellisen tasapuoliseen keskusteluun. Esimerkiksi tämän asian huomaaminen on vaatinut tietynlaista havainnointia, joka on toiminut yhtenä tiedonkeruun menetelmänä koko kehittämistyön ajan. Havainnoinnin avulla pyritään selvit- tämään toimivatko tutkittavat henkilöt todella niin kuin sanovat toimivansa. Havainnointia voidaan pitää todellisen elämän tutkimuksena, jossa ei ole keinotekoisuutta toisin kuin useissa muissa menetelmissä. Sen avulla saadaan yleensä välitöntä tietoa niin yksilöiden kuin ryhmien toimintatavoista. (Hirsjärvi ym. 2009, 212) Hirsjärvi ym. (2009, 214) mukaan havainnointi voi olla ääripäiltään erittäin järjestelmällistä tai vapaata ja luonnollisesti toi- mintaan sulautuvaa. Tämän kehittämistyön kohdalla havainnointi on ollut ainakin osittain osallistuvaa havainnointia. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija pyrkii lähelle tutkittavaa ryhmää. Osallistumisen syvyys voi vaihdella täydellisestä osallistumisesta osallistuja ha- vainnoijaan, jossa havainnoijan rooli havaintojen tekijänä on tutkittaville alusta asti selvillä. (Hirsjärvi ym. (2009, 216-217). Tässä työssä havainnointi on tapahtunut ennemminkin tarkkailemalla ja kuuntelemalla syntyneitä keskusteluja, joita on viritelty havainnoijan luo- min kysymyksiin. Ojasalon ym. (2014, 42) mukaan havainnointi on yleensä suunnitelmal- lista, mutta havainnointia voi tehdä tavoitteista riippuen myös monella muulla tavalla.

Yhteenveto seuratoimijoiden ja kunnan hyvinvointipalveluiden välisestä kevät tapaamisesta lähetettiin liikuntaa järjestävien yhdistysten edustajille sähköpostitse 7.5.2018. Yhteenveto sisälsi tiivistettynä tapaamisessa käsitellyt asiat, myös toimintamallin kunnan ja liikuntaa järjestävien yhdistysten välisen toiminnan jatkosta. Liikuntaseurojen edustajia pyydettiin vielä antamaan palautetta sekä kehitysideoita toimintamallista sähköpostitse tai puhelimitse. Palaute oli vähäistä, eikä toimintamalliin tarvinnut tehdä palautteen jälkeen sisällöllisesti muutoksia.

Toimintamallia viimeisteltiin kesän ja alkusyksyn 2018 aikana. Toimintamalli pysyi kuitenkin pääpiirteiltään täysin samana kuin keväällä esitetty versio seuratoimijoille. Toimintamallia vielä tarkennettiin ja kirjoitettiin selkeämpään muotoon. Samalla toimijoiden rooleja ja vastuita selvennettiin. Muutoksilla haluttiin välttää epäselvyyksiä ja viimeistellyn toimintamallin toivotaan olevan ytimekäs ja riittävän selkeä kenelle tahansa siihen tutustulle.

8 Projektin tulokset

Kehittämistyön tuloksena valmistui toimintamalli Asikkalan kunnan hyvinvointipalveluiden sekä asikkalalaisten liikuntaa järjestävien yhdistysten välille. Ennen toimintamallin laadintaa selvitettiin liikuntaseurojen edustajien näkemyksiä niistä kehitettävistä asioista, jotka auttaisivat liikuntaa järjestävien yhdistysten toimintojen järjestämistä ja näin ollen kuntalaisten harrastamista. Selvitystyön avulla saatiin sisältöä itse toimintamalliin, tiivistettyä yhteistyötä sekä selvitettyä kehitettäviä kohteita ja liikuntaseurojen toiveita.

Projektin alussa pidetyssä seuraillassa tuli esiin hyvin erilaisia kehitysideoita. Ideoissa näkyi yksittäisten seurojen toiveet ja heidän tarpeensa esimerkiksi olosuhteista tai tietyistä lajin vaatimista välineistä. Yksittäisten seurojen tarpeet koettiin kuitenkin tarpeelliseksi selvittää ja saada hyvinvointipalveluiden tietoon. Seurojen kaikkia toiveita ei ollut kuitenkaan mahdollista eikä edes tarkoitus toteuttaa. Tärkeintä oli saada selville toteutuskelpoiset, resurssien rajoissa olevat, sekä mahdollisimman laajaa joukkoa palvelevat kehitysideat. Kaikki kehittämisillan tulleet ideat ovat listattuna edellisen kappaleen (kappale 7) kohdassa projektin vaiheet ja menetelmät.

Kehittämisillan tulosten pohjalta panostettiin välittömästi viestinnän ja tiedottamisen parantamiseen. Liikuntaa järjestävät yhdistykset kokivat, että tieto liikuntatilojen poikkeavista aukioloajoista tulee liian myöhään, eikä aina tavoita liikuntaseuroja lainkaan. Hyvinvointipalvelut sopivat keskenään vastuut ja tavat ongelman ratkaisemiseksi. Tiedottamisen ja viestinnän ratkaisut ovat kuvattuna myöhemmin tämän työn toimintamallissa. viestinnän helpottamiseksi liikuntaseurojen edustajien yhteystiedot päivitettiin hyvinvointipalveluiden toimesta ajantasaisiksi. Yhteystiedot löytyvät Asikkalan kunnan nettisivuilta. Tiedottamisen selkeys ja yhteystietojen päivitys palvelee jatkossa niin seuroja, hyvinvointipalveluita, liikuntatilojen henkilökuntaa kuin kuntalaisia.

Olosuhteista esille nousi syksyn 2017 kehittämisillan aikaan vielä peruskorjauksessa olleen liikuntahallin valaistuksen parantaminen. Valaistus koettiin liian hämäräksi hallin molemmissa päädyissä. Valaistuksen uusiminen kuului peruskorjauksen töihin, joten valaistuksen lisääminen saatiin yhdistettyä peruskorjauksen kuluihin. Lisärivit valoja asennettiin liikuntahallin päätyihin vielä vuoden 2017 aikana. Hyvinvointipalvelut päättivät ehdotusten pohjalta hankkia uuden salibandykaukalon sekä pyörillä siirrettävät suojat urheilukentän seiväshyppypaikoille. Vaikka kyseisten hankintojen voidaan ajatella palvelevan vain tiettyjä urheiluseuroja, koettiin niiden hankkiminen aiheelliseksi. Kunta pitää huolta omistamistaan liikuntatiloista ja -paikoista sekä niiden välineistöstä. Kunnan omistama välineistö on seurojen sekä muiden käyttövuoron varanneiden käytettävissä. Vanha salibandykaukalo oli

huonokuntoinen ja aiheutti liikuntahallin lattiaan naarmuja. Uusi ja myös turvallisempi kaukalo palvelee liikuntahallilla myös koululaisten liikuntatunteja sekä kuntalaisia salibandyn harrastevuoroilla. Seiväshyppypatjojen suojan koettiin pitävän kunnan omistamat patjat puhtaina, kuivina ja parempikuntoisina pidempään sekä helpottamaan niiden säilytystä.

Vääksyn yhteiskoulun salille toivottiin korvaavia tiloja siellä järjestettävien ylioppilaskirjoitusten ajaksi. Ylioppilaskirjoitukset katkaisevat salin käytön useaksi viikoksi keväällä ja syksyllä. Kirjoitusten ajaksi salin käytöstä kärsiville pystyttiinkin järjestämään korvaavia tiloja heitä tyydyttävästi.

Yhteiset tapaamiset sekä yhteistyön ja toiminnan tiivistäminen koettiin tarpeelliseksi. Liikuntaa järjestävät yhdistykset ja Asikkalan kunnan hyvinvointipalvelut kokivat avoimen ja liikuntaseuroja osallistavan toiminnan palvelevan molempia osapuolia. Liikuntaseurojen edustajat kokivat tärkeäksi mahdollisuuden tulla kuulluksi. Lisäksi ajatusten ja ideoiden jakaminen koettiin kaikkien osapuolten toimintaa kehittäväksi. Selvitystyön pohjalta syntyi toimintamalli hyvinvointipalveluiden sekä liikuntaa järjestävien yhdistysten välille.

8.1 Toimintamalli

Toimintamalli on laadittu liikuntaa järjestäville yhdistyksille kevyeksi toteuttaa, jotta se ei kuormittaisi liikaa pääsääntöisesti vapaaehtoisvoimin toimivia liikuntaseuroja. Seuratoimijat ovat päässeet itse osallistumaan toimintamallin ideointiin ja se on hyväksytty seuratoimijoiden kevättapaamisessa toukokuussa 2018. Yhteistyön kehittäminen ja tämän toimintamallin laatiminen osallistaen seuratoimijoita tukee myös hyvin kunnan strategiaa, jossa kuntalaisia halutaan aktivoida osallistumaan kokonaisvaltaisesti kunnan kehittämiseen. Liikuntaa järjestävät yhdistykset osallistetaan jatkossakin kehitystyöhön heitä koskevissa asioissa. Asikkalan kunnan hyvinvointipalvelut edellyttävät, että seurat sitoutuvat parhaansa mukaan käyttöönotetun toimintamallin toimenpiteisiin.

Toimintamallin sisältö on rakentunut kehittämistyön edetessä sen eri vaiheiden kautta. Malli koostuu yhteisistä tapaamisista, viestinnän ja tiedottamisen tehostamisesta, seurojen toimintojen markkinoinnista sekä vuosikellosta. Edellä mainituissa toimissa onnistuminen mahdollistaa tulevaisuudessa myös koko toimintamallin sekä sen osapuolten välisten toimintojen kehittymisen. Yhteiset ja säännölliset seurojen edustajien sekä kunnan hyvinvointipalveluiden väliset tapaamiset olivat selkeästi niin seuratoimijoiden kuin hyvinvointipalveluiden tärkeäksi kokemia. Tämä kävi selväksi keskusteluiden kautta jo ensimmäisessä yhteisessä tapaamisessa. Asikkalan kunnan hyvinvointipalvelut ovat jo joitakin vuosia panostaneet liikuntaseurojen järjestämien toimintojen markkinointiin. Seuroille on tarjottu

mahdollisuus markkinoida toimintojaan heille maksuttomissa hyvinvointipalveluiden koamissa julkaisuissa. Vastaavanlainen ja yhtä laajasti toteutettu markkinointi ei ole kunnissa yleistä. Markkinointi koettiin hyvinvointipalveluiden sekä seurojen välisissä keskusteluissa jatkossakin tärkeänä. Viestinnän ja tiedottamisen parantamiseen löytyi myös yhteinen intressi. Keskusteluissa erityisesti seurat kokivat, että tiedottaminen kunnan ja seurojen välillä voisi olla tehokkaampaa ja tavoitavampaa. Hyvinvointipalvelut olivat asiasta samaa mieltä ja kaipasivat omissa keskusteluissaan kehitystä myös viestinnän helpottamiseksi. Vuosikellon kokoaminen seuroille oli hyvinvointipalveluiden ydinryhmän keskusteluista esille noussut idea. Vuosikellon sisällön todettiin olevan kaikkien kehitystyön osapuolten toimintaan vaikuttavaa ja erityisesti arkista yhteistyötä helpottava tuotos. Toimintamallin sisältöön saatiin tarkennusta sekä vahvistusta muiden sidosryhmien toimintatapoja ja näkemyksiä selvittämällä. Taustatyön tekemisellä onkin ollut merkittävä rooli erityisesti tiettyjen yksityiskohtien näkymisenä toimintamallissa.

Yhteiset tapaamiset:

Toimintamallissa keskeisenä osana ovat kunnan hyvinvointipalveluiden sekä liikuntaseurojen edustajien väliset säännölliset tapaamiset eli seurailat (kuva 6). Tapaamisia pidetään kaksi kertaa vuodessa. Kevät tapaaminen järjestetään huhti-toukokuussa ja syystapaaminen syys-lokakuussa. Tarpeen vaatiessa tapaamisia järjestetään useammin. Yhteisillä tapaamisilla luodaan mahdollisuus seurojen väliseen verkostoitumiseen sekä tiivistetään seurojen ja kunnan välistä yhteistyötä. Hyvinvointipalvelut haluavat tukea liikuntaa järjestävien yhdistysten toimintaa ja toimia myös seurojen viestinviejänä kunnan päätöksentekijöille. Seuratapaamisten asiat esitellään tapahtuman koordinoijan eli kunnan liikunnanohjaajan toimesta hyvinvointijohtajalle. Hyvinvointijohtaja vie tarvittaessa asioita eteenpäin hyvinvointilautakuntaan sekä kunnan johtoryhmään.



Kuva 6. Seuratoimijoiden ja hyvinvointipalveluiden väliset seuraillat

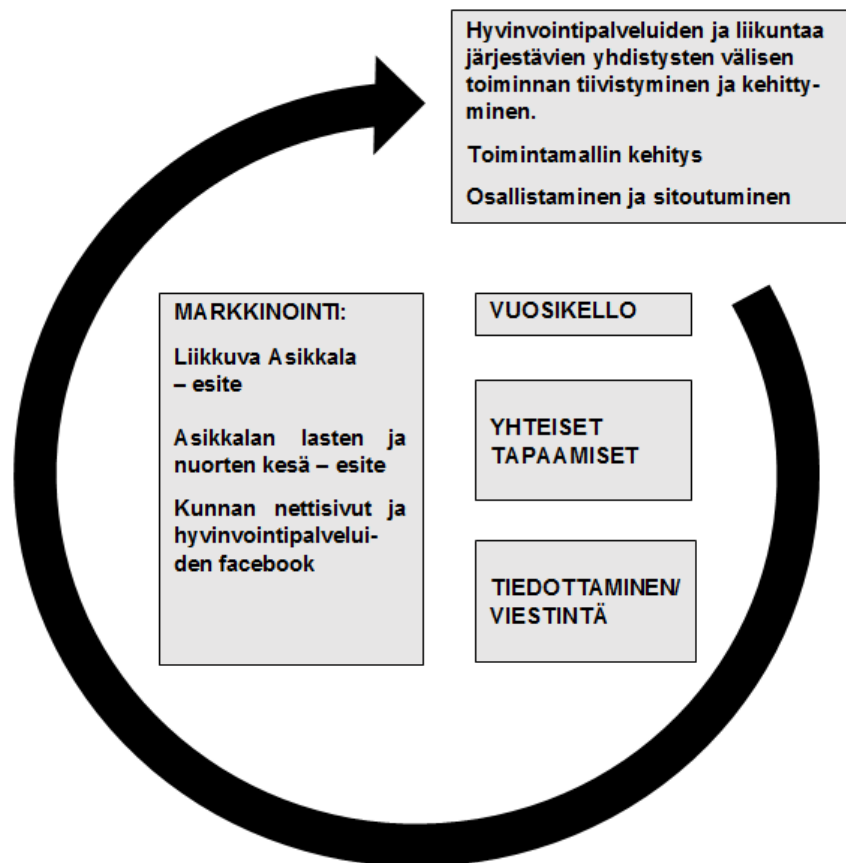
Seuraavan tapaamisen aihetta/teemaa valmistellaan tapaamisten päätteeksi. Tapaamisen sisältö rakentuu seuratoimijoiden kanssa yhdessä sovitun tai hyvinvointipalveluiden tärkeäksi kokeman ajankohtaisen teeman ympärille. Tapaamisissa varataan aina aikaa myös avoimeen keskusteluun ja ajatusten vaihtoon. Tapaamisille sopivia aiheita (taulukko 2) on noussut esille kehittämistyötä tehdessä niin seuratoimijoiden tapaamisissa, kuin muita sidosryhmiä haastatteleamalla. Erityisesti oman työyhteisön ydinryhmän keskustelut tapaamisten sisällöistä olivat tuottoisia. Teemoja tapaamisille voidaan rakentaa mm. seuraavien aiheiden ympärille:

Seurojen välinen sekä seurojen ja kunnan välinen yhteistyö
Seurojen ja yritysten välinen yhteistyö
Salivuorot
Liikuntapaikkarakentaminen
Tiedottaminen/viestintä
Harrastemessut (lajiesittelypäivät)
Avustukset
Vapaaehtoisten rekrytointi
Hanke haku
Yhdistystoimijoiden hyvinvointi ja jaksaminen
Työllistäminen seuroissa
Oppilaitosyhteistyö
Media ja markkinointi
Tapahtumien organisointi

Taulukko 2. Hyvinvointipalveluiden ja seurojen välisten tapaamisten mahdollisia aiheita

Tapaamisten sisältöjen halutaan olevan ajankohtaisia ja tarpeellisia, jolloin tapaamiset pysyvät houkuttelevina ja vetovoimaisina. Tapaamisen ollessa etukäteen teemoitettuja ja suunniteltuja pystytään niihin myös puolin ja toisin orientoitumaan paremmin. Tapaamisten koordinoinnista ja kutsujen lähetyksestä vastaa hyvinvointipalvelut. Kutsussa esitellään tulevan tapaamisen aiheet ja tarvittaessa ohjeistetaan valmistautumisen. Asikkalalaiset liikuntaa järjestävät yhdistykset pyrkivät parhaansa mukaan järjestämään tapaamisiin edustajan.

Säännöllisten tapaamisten lisäksi toimintamalli (kuva 7) sisältää tiettyjä toimia, jotka ovat luotu palvelemaan liikuntaa järjestäviä yhdistyksiä, Asikkalan kunnan hyvinvointipalveluita ja lopulta Asikkalan kuntalaisia. Toimet auttavat myös yhteisten tapaamisten onnistumisessa sekä edistävät seurojen ja kunnan hyvinvointipalveluiden välistä jatkuvaa ja yhä tiivistyvää yhteistyötä.



Kuva 7. Toimintamalli hyvinvointipalveluiden ja seurojen välisen toiminnan edistämiseksi

Vuosikello:

Vuosikello (kuva 8, liite 3) toimii muistilistana liikuntaa järjestäville yhdistyksille. Vuosikelloon on kirjattu mm. seuratoimijoiden ja hyvinvointipalveluiden väliset tapaamiset, kunnan omat sekä valtakunnalliset avustusten hakuajankohdat, salivuorojen hakuajankohdat, Liikkuva Asikkala- esitteeseen toimitettavien tietojen toimitusajankohta sekä lasten ja nuorten kesäesitteeseen kerättävien toimintojen toimitusajankohta. Seurat voivat päivittää vuosikelloon myös omia tapahtumia ja heidän toimintoihin vaikuttavia tärkeitä ajankohtia. Vuosikellon päivittämisestä ja toimittamisesta seuroille vastaa hyvinvointipalveluiden liikunnanohjaajat. Vuosikello toimitetaan seuroille vuosittain syyskuussa sähköpostitse seuran puheenjohtajalle/yhteyshenkilölle. Vuosikellon sisältö esitellään vuosittain syystapaamisen yhteydessä.



Kuva 8. Vuosikello

Markkinointi:

Hyvinvointipalvelut tukevat liikuntaseuroja ja liikuntaa järjestäviä yhdistyksiä toimintojensa markkinoinnissa. Seuroille tarjotaan maksutonta mainosta toiminnoilleen Liikkuva & Aktiivinen Asikkala -esitteessä (liite 4) sekä kesätoiminnoista Asikkalan lasten ja nuorten kesäesitteessä (liite 5). Liikuntaseurojen vastuulla on toimittaa vaadittavat materiaalit hyvinvointipalveluihin vuosikellossa informoituihin päiviin mennessä. Hyvinvointipalvelut markkinoivat myös omissa kanavissaan (nettisivut ja facebook) mm. seurojen järjestämiä tapahtumia. Markkinoinnin tarpeessa liikuntaseurat ottavat yhteyttä hyvinvointipalveluihin.

Liikkuva & Aktiivien Asikkala -esite:

Liikkuva & Aktiivinen Asikkala -esitteeseen on koottu Asikkalassa liikuntaa järjestävien tahojen avoin liikuntatarjonta ja liikunnan harrastusmahdollisuudet. Esitteen Liikkuva Asikkala osio sisältää kunnan hyvinvointipalveluiden, liikuntaseurojen ja -yhdistysten, seurakuntien sekä yksityisten yrittäjien liikuntatoiminnat. Esite on jaettu lasten ja nuorten, työikäisten sekä ikääntyneiden liikuntaosioihin. Esitteen kokoamisesta ja kustannuksista vastaa Asikkalan kunnan hyvinvointipalvelut. Liikkuva Asikkala -esite on jaettu postitse kaikkiin asikkalalaisiin kotitalouksiin vuodesta 2013 asti ja ilmestyy vuosittain elokuun toisella viikolla. Esite on myös nähtävissä sähköisessä muodossa kunnan nettisivuilla. Vuonna

2018 Liikkuva Asikkala- esite laajeni Liikkuva & Aktiivinen Asikkala julkaisuksi, jossa liikunnan lisäksi esitellään kattavasti myös muita hyvinvointia edistäviä ja kuntalaisia aktivoivia toimintoja. Liikkuva Asikkala esite ei ole siis tämän toimintamallin tuotoksia, mutta toimintamallin sisällön toivotaan helpottavan jatkossa julkaisun kokoamista. Esite on koettu kuntalaisten keskuudessa erittäin tärkeäksi.

Asikkalan lasten ja nuorten kesä -esite:

Lasten ja nuorten kesä-esite on Liikkuva Asikkala – esitteen periaatteiltaan samankaltainen maksuton julkaisu. Esitteeseen kerätään lapsille ja nuorille suunnatut kesätoiminnot Asikkalassa. Esitteeseen tietoja voi toimittaa kuka tahansa Asikkalassa lapsille tai nuorille avointa ja aktivoivaa toimintaa järjestävä taho. Hyvinvointipalvelut kasaavat esitteen makсутta ja jakavat koulujen kautta kaikille alakoululaisille huhti-toukokuussa. Materiaalit esitteeseen tulee toimittaa hyvinvointipalveluihin vuosikellossa informoituun ajankohtaan mennessä. Asikkalan lasten ja nuorten kesä – esitettä on jaettu vuodesta 2014 ja esite löytyy myös sähköisessä muodossa kunnan nettisivuilta. Asikkalan lasten ja nuorten kesä -esite ei siis ole tämän työn tuotoksia, mutta palvelee jatkossakin Liikkuva Asikkala - esitteen tavoin liikunta yhdistyksiä markkinoinnin välineenä ja kuntalaisia informoiden.

Hyvinvointipalveluiden ja liikuntaseurojen välinen viestintä ja tiedotus:

Liikuntaa järjestävien yhdistysten ja kunnan hyvinvointipalveluiden välisen viestinnän on oltava sujuvaa, jotta yhteistyö ja sen tiivistäminen on ylipäätään mahdollista. Toimintamallin toteutus tuskin onnistuisi ilman tehokasta ja tavoitettavaa viestintää. Hyvinvointipalvelut ovat päivittäneet nettisivuilleen asikkalalaiset liikuntaa järjestävät yhdistykset sekä yhteyshenkilöiden tiedot. Liikuntaseurojen puheenjohtajat/yhteyshenkilöt ovat veloitettu ilmoittamaan mahdollisista yhteystietojen muutoksista välittömästi hyvinvointipalveluihin. Yhteystietojen ajantasaisuus mahdollistaa informoinnin ja varmistaa sen tavoittaneen oikean henkilön. Yhteystietojen helppo löydettävyys ja ajantasaisuus auttavat myös seurojen välisen viestinnän onnistumisessa.

Hyvinvointipalvelut tehostavat tiedottamista ja informoivat ajoissa eli vähintään kuukautta ennen mm. tapahtumista ja pyhäpäivistä, jotka voivat aiheuttaa salivuoroperuutuksia tai poikkeavia aukioloaikoja liikuntatiloissa. Informointi tapahtuu sähköpostitse salivuoroja varanneille ja poikkeuksista informoidaan myös liikuntatilan ovissa, näyttötauluissa sekä kunnan nettisivuilla. Seurat eivät kaivanneet muita informointikanavia ja kokivat, että edellä mainitut viestinnän välineet ovat riittäviä. Hyvinvointipalveluiden liikunnanohjaajat vastaavat tiedottamisesta yhdessä kunnan teknisten palveluiden liikuntapaikkojenhoitajien kanssa.

9 Pohdinta

Kehittämistyön avulla Asikkalan kunnan ja liikuntaa järjestävien yhdistysten välille syntyi toimintamalli, jota käytetään jatkossa työkaluna seurojen ja kunnan välisessä toiminnassa. Toimintamalli sisältää yhteisiä tapaamisia, liikuntaseurojen toimintojen markkinointia, seurojen ja kunnan välisen viestinnän ja tiedottamisen tehostamista sekä vuosikellon. Edellä mainitut toimet mahdollistavat myös liikuntaseurojen edustajien osallistamisen ja heidän mielipiteidensä kuulemisen ja hyödyntämisen. Toimintamallissa on myös liikuntaseuroja sitouttavia ja vastuuttavia elementtejä, joilla pyritään helpottamaan hyvinvointipalveluiden työtä. Näidenkin toimien perimmäisenä tarkoituksena on kuitenkin liikuntaseurojen tekemän työn edistäminen. Toimintamallin kokonaisuus lisää yhteistyötä ja mahdollistaa verkostoitumisen. Toimintamalli edistää yhteisiä, mutta myös liikuntaseurojen sekä kunnan hyvinvointipalveluiden omia toimintoja. Toimintamalli palveleekin kehittämistyön molempia osapuolia ja kehittyä käytön myötä. Kaiken kehittämistyön toiminnan tavoitteena on liikuntakulttuurin kehittäminen sekä laadukkaamman liikuntaseuratoiminnan järjestäminen ja lopulta hyvinvoinnin edistäminen Asikkalassa.

Toimintamallin laatimisen lisäksi kehittämistyön avulla pystyttiin nopeasti reagoimaan tiettyihin seurojen edustajien kokemuksiin tiedottamisen, olosuhteiden ja salivuorojen haasteisiin.

9.1 Kehittämistyön eteneminen

Kehittämistyötä tehtiin toimintatutkimuksellisella lähestymistavalla. Toimintatutkimuksessa oleellista on kehitettävän kohteen toimijoiden aktivoiminen mukaan kehittämistyöhön (Ojasalo ym. 2014, 37). Kyseisen lähestymistavan valinta oli luontevaa, sillä kuntalaisten osallistaminen oli tämän kehittämistyön kanssa samaan aikaan käynnissä olleen kuntastrategiatyön keskeisiä piirteitä. Kansalaisten ajatusten ja mielipiteiden hyödyntäminen ja vaikutusmahdollisuuksien tarjoaminen tuntuukin olevan tätä päivää. Kansalaiset koetaan julkishallinnossa yhä enemmän asiakkaina ja kumppaneina (Itkonen, Jakonen, Kangas & Sokka 2018, 15). Tämän kehittämistyön kannalta liikuntaseurojen edustajien mukaan ottaminen kehitystyöhön olikin mielestäni paras mahdollinen tapa edistää yhteistä asiaa. Yhdessä tekemällä lopputuloksesta tulee varmemmin molempia osapuolia miellyttävä.

Kehittämistyö käynnistettiin kutsumalla liikuntaa järjestävien yhdistysten edustajat yhteiseen toiminnan kehittämisen iltaan. Tapaamisen aiheita oli alustettu kutsussa, pyytämällä seurojen edustajia pohtimaan kehityskohteita sekä niiden toteutusta. Tiedon kerääminen toteutettiin aivoriihiyöskentelynä niin, että kaikki ideat olivat lopulta esillä kokoustilalla. Menetelmä tuntui tilanteeseen sopivalta, sillä laajaan aiheeseen oli myös paljon

ideoita. Ensimmäisen tapaamisen tarkoituksena oli saada kattavasti tietoa, vaikka aiheen tarkempi rajaaminen olisikin saattanut olla pelkästään tämän työn kannalta järkevää. Aihetta ei kuitenkaan haluttu rajata, jotta kaikkien ideat, oli ne hyödynnettävissä tai ei, tulisi esille. Aiheen rajaaminen olisi myös voinut karsia seurojen edustajien määrää tapaamisessa.

Pohdin pitkään tiedon keräämiseen vaihtoehtona myös kyselyä, joka olisi lähetetty liikuntaseurojen puheenjohtajille. Kyselyn avulla tietoa olisi voinut saada useammalta seuralta ja anonyymisti, sillä ajatuksia ei olisi tarvinnut tuoda paikanpäälle. Kyselyn avulla aihetta olisi voinut helpommin rajata ja esille olisi voinut saada myös näkemyksiä, joita ei välttämättä uskalleta sanoa muiden läsnä ollessa. Tosin ideoita oli kuitenkin mahdollista antaa myös mm. sähköpostitse. Koin kuitenkin yhteisöllisten ja laadullisten tutkimusmenetelmien käytön paremmaksi vaihtoehdoksi tässä kehittämistyössä. Tapaamisten kautta tapahtuneen tiedonkeruun etuna on vuorovaikutus ja mahdollisuus keskusteluun, jota toimintatutkimuksellinen kehittäminen myös edellyttää. Jos kehittämistyötä ei olisi tehty kasvotusten, olisi työstä jäänyt pois yhdessä tekeminen. Kehittämistyön osalta koin myös, että toimijat jotka osallistuvat yhteiseen tapaamiseen ovat todennäköisesti myös aidosti kiinnostuneita kehittämään yhteistyötä.

Hyvinvointipalveluiden ja liikuntaseurojen välinen ensimmäinen tapaaminen kehittämistyön tiimoilta antoi hyvin kuvaa seurojen sen hetkisestä tilasta sekä heidän tarpeistaan. Liikuntaseurojen edustajista oli havaittavissa tyytyväisyys siihen, että heidät otetaan huomioon ja toiveita kuunnellaan. Kehittämisisällössä esille nousseiden ideoiden pohjalta päästiin heti parantamaan käytänteitä ja kehittämään toimintaa. Kunnan ja seurojen välinen tapaaminen toimi pitkälti yhteistyön käynnistämisen iltana. Illan aikana kertynyt tieto ja ideat eivät olleet kuitenkaan suoraan siirrettävissä toimintamallin sisällöksi. Tapaaminen nosti kuitenkin esille alustavia aiheita toimintamallin laadintaan.

Varsinaisen toimintamallin ideointi ja pohjatyö vaati tämän kehittämistyöntekijältä aktiivisuutta ja kriittistä pohdintaa kuinka parhaaseen lopputulokseen päästäisiin. Vaikka liikuntaseurojen edustajat olivat mielestäni onnistuneesti osallistettu heidän laatiessa kehittämisideoita, en kokenut järkeväksi käyttää heidän panosta toimintamallin rungon ideointiin. Liikuntaseurojen edustajien kokoaminen yhteisiin toimintamallin laadinnan tapaamisiin olisi ollut erittäin haastavaa. Myös toimivan kokonaisuuden hahmottaminen olisi voinut olla haastavaa eikä toimintamallin toteutettavuudesta olisi tällöin ollut takeita. Päädyin ratkaisuun, jossa toimintamallin runko laaditaan yhdessä sidosryhmäläisten kanssa ja hyväksytään seurojen edustajilla. Toimintamallin sisällön tiedettiin olevan pitkälti kunnan hyvinvointipalveluiden organisointia vaativaa, joten sen sisällön suunnittelun oli mielestäni hyvä

tulla talon sisältä. Tällöin toimintamalli on ammattilaisten laatima ja varmemmin myös toteutettavissa. Toimintamallin kaikki toimet ovat esitelty liikuntaseurojen edustajille ja he ovat päässeet osallistumaan sen viimeistelyyn. Toimintamalli on myös yhdessä hyväksytty kevättapaamisessa 2018. Vaikka koen tehneeni täysin oikean ratkaisun tavassa, jolla toimintamallin runko on laadittu, aiheuttaa se myös ristiriitaisia tuntemuksia. Olisinko voinut jollakin tapaa kuunnella ja kerätä liikuntaseurojen edustajien näkemyksiä enemmän myös toimintamallin sisällön laadinnassa?

9.2 Luotettavuuden ja tulosten arviointi

Luotettavuuden arvioinnissa ensisijaisen tärkeää on tulosten, menetelmien sekä tiedon keräämisen riittävän tarkka dokumentointi. Ilman sitä ulkopuolisen on mahdotonta arvioida luotettavuutta. Tulosten siirrettävyyttä voidaan myös arvioida dokumentoinnin perusteella vertailtaessa lähtötilannetta ja uutta tilannetta. Siirrettävyys on mahdollista, mutta hyvin poikkeuksellista. Toimintatutkimus ei pyri yleistykseen ja tulokset pätevätkin vain kyseessä olevassa tapauksessa. Luotettavuutta lisää ja vahvistaa tulosten esittäminen tutkittavalle kohteelle. Jos tutkittavat ottavat tulokset vastaan hyvin ja ne hyväksyen antaa se myös luotettavuutta toimintatutkimuksen tuloksille. Tulosten luotettavuutta lisää myös useamman eri tiedonkeruumenetelmän käyttö. Tärkeää luotettavuuden kannalta on osata kuvata kuinka tulkinnat ovat tehty ja perustella menetelmien käyttö. Toimintatutkimuksessa näkyy väkisin myös tutkijan rooli sekä näkemykset. (Kananen 2014, 134-137.)

Toimintamalli on mielestäni kokonaisuutena toimiva Asikkalan kunnan tarpeisiin. Sen tiettyjä osia on myös mahdollista kopioida tai soveltaa muissa kunnissa tai kunnan sisällä eri toimijoiden välillä. Toimintamallin ei ollut kuitenkaan tarkoitus olla yleistettävissä sellaisenaan ja on hyvä huomioida, että esimerkiksi markkinoinnin keinot eivät ole toteutettavissa vastaavalla tavalla isommissa kunnissa, joissa myös toimijoita on enemmän. Kehittämistyössä pyrittiin avoimuuteen ja sen vaiheet kirjattiin tarkasti. Kaikilla liikuntaseuroilla oli mahdollisuus vaikuttaa kehittämistyön lopputulokseen, sillä kutsut tapaamisiin sekä niiden yhteenvedot lähetettiin kaikkien saatavilla olleiden asikkalalaisten liikuntaa järjestävien yhdistysten edustajille. Näin ollen myös niillä seuroilla, jotka eivät olleet edustettuna tapaamisissa, oli mahdollisuus vaikuttaa.

Kananen (2014, 137) kirjoittaa, että kehittämishanketta voidaan arvioida vertaamalla tuloksia sen tavoitteisiin. Jos ongelma on pystytty poistamaan tai sen vaikutuksia vähentämään on toimintatutkimuksessa onnistuttu. Tavoitteisiin onkin tällä perusteella päästy, sillä toimintamalli on onnistuttu luomaan ja yhteistyötä pystytty kokonaisvaltaisesti tiivistämään.

Toimintamallin kattavampaa vaikuttavuutta on toistaiseksi hankala todeta sen tuoreuden vuoksi. Toimintamallin sisältämiä tapaamisia on kuitenkin pidetty vuoden aikana kolme kertaa ja on selvää, että kunnan ja seurojen välinen yhteistyö on tapaamisten myötä tiivistynyt. Seuraava vuosi kertoo kuitenkin tarkemmin siitä, kuinka toimintamallin muut toimet tukevat toimintaa. Kehittämistyön kokonaisuuden tiedetään olleen kuitenkin jo nyt onnistunut, sillä muutokset ja uudet toimet joita on tehty, ovat saaneet positiivista palautetta.

9.3 Kehittämistyön seurannaisvaikutukset

Kehittämistyön tekeminen on vaikuttanut myös muihin kuin liikuntaseuroihin ja kunnan hyvinvointipalveluiden väliseen toimintaan. Tiedottamisen tehostaminen ja parantaminen on vaikuttanut myös muita liikuntahallia käyttäviä eli kuntalaisia helpottavasti. Liikuntahallin poikkeavien aukioloaikojen tiedottaminen ajoissa palvelee myös liikuntahallin kuntosalin asiakkaita sekä yksittäisiä salivuorolaisia. Ajoissa tapahtuva tiedottaminen helpottaa myös mm. liikuntahallin siistijöiden ja kiinteistöhoitajien työtä. Kun tiedottaminen ei ole ollut aikaisemmin kenenkään vastuulla, niin ei sitä ole kovin hyvin tehty. Informointiin panostaminen on vähentänyt kaikkien liikuntahallin käyttäjien epätietoisuutta sekä vähentänyt tiedusteluja aukioloajoista ja talon käytänteistä. Tiedottamisen parantamisella on koettu olevan näin ollen myös imagoa parantava vaikutus.

Asikkalassa on mielestäni viime aikoina noussut keskusteluihin laajemmin liikunnan harrastamisen mahdollisuudet ja niihin liittyvät asiat. Osansa voi olla myös sattumalla, mutta uskon, että tiivistynyt ja aktiivisempi toiminta seurojen ja kunnan välillä on lisännyt myös seurojen välistä aktiivisuutta ja nostanut liikuntaseurojen toimintaan liittyviä asioita pinnalle. Tämän kehittämistyön tuloksena syntyneen toimintamallin sisältöön kuuluva seuratoimijoiden syystapaaminen pidettiin 16.10.2018. Aiheena oli mm. avustussäännön uudistaminen, josta oli kesällä tehty valtuuston aloite. Liikuntaseurojen puheenjohtajat vastasivat ennakkoon sähköiseen kyselyyn koskien tämän hetkistä avustuskäytäntöä ja samalla heiltä pyydettiin ideoita sen kehittämiseksi. Kysymällä saatiin tärkeitä tietoja ja osallistettiin seuratoimijat kehitystyöhön toimintamallin tavoitteen mukaisesti. Kevään 2019 seuratoimijoiden tapaaminen tulee jatkumaan osittain samalla teemalla sekä seuraverkko palvelun käyttöönotto opastuksella.

Kunnan ja seurojen välisessä kehittämisillassa esille nousi monitoimihallin tarve, joka palvelisi useamman seuran tarpeita. Kehittämisillassa käynnistynyt tai ainakin uutta pontta saanut keskustelu on jatkunut muutaman seuran välillä ja tapaamisiin on otettu mukaan myös kunnan edustajia. Monitoimihallista on olemassa suunnitelmia ja sen toteutuminen jää nähtäväksi.

9.4 Johtopäätökset ja tulevaisuus

Liikuntaseurojen ja kunnan välinen tiivis yhteistyö palvelee molempia osapuolia. Kunnan tehtävänä on tukea ja edistää liikuntaseurojen toimintaa. Laadukkaat ja monipuoliset harrastusmahdollisuudet lisäävät kuntalaisten hyvinvointia ja tyytyväisyyttä sekä ylläpitävät kunnan vetovoimaisuutta. Toimintamalli tulee tulevaisuudessa kehittymään ja muuttamaan muotoaan. Tulevaisuudessa uskon teknologian kehityksen tulevan näkymään voimakkaammin myös seurojen ja kunnan välillä. Liikuntaseurojen ja koko kunnan liikunta-toiminta voi esimerkiksi jatkossa löytyä Liikkuva Asikkala -esitteen sijasta Liikkuva Asikkala -mobiilisovelluksesta tai yhteisiltä Liikkuva Asikkala -nettisivuilta. Asikkalassa avustukset ja salivuorot haetaan yhä paperilomakkeina. Avustusten hakuun on kuitenkin tulossa muutos näillä näkymin vuoden 2019 aikana kun liikuntaseurojen tiedot kerätään sähköiseen Seuraverkko – palveluun ja liikuntatoiminnan avustukset siirretään haettavaksi kyseisen sivuston kautta. Myös sähköinen alusta salivuorojen haussa ja hallinnoinnissa on nykyaikaa ja siihen siirrytään mahdollisesti lähitulevaisuudessa. Myös tiedottamiseen ja viestintään etsitään jatkossa parempia keinoja ja toimivia tapoja. Toiveeksi Seuraverkko palvelun ylläpitäjille on laitettu, että heidän sivustolleen voisi kehittää yhteisen keskustelu- ja viestintäalustan, joka on tarkoitettu kunnan ja liikuntaseurojen väliseen kommunikaatioon. Liikuntaseurojen toimintojen esittelyä ja markkinointia voidaan jatkossa laajentaa kunnan sisällä esimerkiksi kouluihin. Järjestämällä esimerkiksi lajikoetilapäiviä voidaan seurojen toimintoja markkinoida suoraan kohderyhmälle. Koulujen kanssa yhteistyössä toteutettavat liikunnalliset ”iltapäiväkerhot” seurojen vetämänä saattaisivat myös olla ko-keilemisen arvoisia. Kyseinen toimintatapa mahdollistaisi lasten liikunnan harrastamisen heti koulupäivien jälkeen.

Toimintamallia voitaisiin sovelletusti hyödyntää myös esimerkiksi kulttuuriyhdistysten ja kunnan välisen toiminnan kehittämiseen. Yhteistyötä voitaisiin myös laajentaa niin, että osa kunnan ja yhdistysten välisistä tapaamisista olisi teemoiltaan kaikkia asikkalalaisia yhdistyksiä palveleva. Tämä mahdollistaisi yhteiset tapaamiset ja laajojen yhteistyöverkoston syntyminen. Yhdistysaktiiveista voitaisiin muodostaa myös ”parlamentti”, joka voisi toimia kaikkien yhdistysten yhteisenä äänenä kunnan suuntaan. Aiheita tuleviin seuratoimijoiden tapaamisiin riittää siis jatkossakin.

Tärkeintä kokonaisuuden kannalta on, että kunnan ja liikuntaa järjestävien yhdistysten välillä tehdään jatkossakin yhteistyötä suunnitelmallisesti. Yhteistyöllä on molemmin puolin positiivinen vaikutus, joka näkyy lopulta tyytyväisinä kuntalaisina, heidän liikunnan harrastamisena ja hyvinvointina.

Kehittämistyötä tehtiin liikunnanohjaajan työnkuvaani kuuluvien muiden töiden ohella ja kirjoitustyöhön käytettiin pääsääntöisesti vapaa-aikaa. Tämän kehittämistyön tekeminen oli antoisaa ja mielenkiintoista käytännönläheisen ja merkityksellisen aiheen johdosta. Erityisen mielekkääksi kehittämistyön teki Asikkalan kunnan hyvinvointipalveluiden joustavuus ja tuki uusien asioiden kokeilemiseen ja tekemiseen. Kehittämistyö koettiin selkeästi tärkeäksi ja sille annettiin arvoa.

Lähteet

Asikkalan kunta 2018a. Tervetuloa Asikkalaan! Luettavissa:

<https://www.asikkala.fi/perustietoa-asikkalasta/>. Luettu: 20.10.2018.

Asikkalan kunta 2018b. Hyvinvointilautakunnan toimenpideohjelma 2018-2022.

Asikkalan kunta 2018c. Suomen liikkuvin kunta. Asikkalan strategia 2018-2021. Luettavissa: https://www.asikkala.fi/wp-content/uploads/2018/03/Strategia_hyv_-kv12032018.pdf.

Luettu: 20.10.2018.

Asikkalan kunta 2018d. TARINA 2021. Luettavissa: <https://www.asikkala.fi/tarina2021/>.

Luettu: 20.10.2018

Asikkalan kunta 2017. Talousarvio 2018. Taloussuunnitelma 2018-2020. Luettavissa:

https://www.asikkala.fi/wp-content/uploads/2018/01/TA2018_kv_hyv.pdf. Luettu:

20.10.2018.

Eskola, J. & Suoranta, J. 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.

Finni, J., Humisto, P., Karvinen, J. & Lahti, R. 2012. Ratkaisuja liikunnan ja urheilun harrastamisen taloudellisten esteiden vähentämiseksi. Nuori Suomi ry:n julkaisu 2012.

Teoksessa: Mikä maksaa?, s, 65-94. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2014:2. Luettavissa:

http://www.liikuntaneuvosto.fi/files/290/www_Sosioekonominen_tausta_ja_lasten_liikunta_2103.pdf. Luettu: 25.10.2018.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Kariston Kirjapaino Oy. Hämeenlinna.

Ilmanen, K., 2015. Liikuntapalvelujen muutos 1800-luvun lopulta 2000-luvulle. Teoksessa

Itkonen, H. & Laine, A. Liikunta yhteiskunnallisena ilmiönä, s 19–37. Yliopistopaino. Jyväskylä.

Innokylä 2012. Aivoriihi. Luettavissa: <https://www.innokyla.fi/web/malli109565>. Luettu:

14.10.2018.

Itkonen, H., Jakonen, O., Kangas, A. & Sokka, S. 2018. Aktiiviset osallistujat – Kuntalaiset kulttuuri- ja liikuntapalvelujen kehittäjinä. Luettavissa: https://kaks.fi/wp-content/uploads/2018/02/aktiiviset-osallistujat-kuntalaiset-kulttuuri-ja-liikuntapalvelujen-kehittajina.pdf?_cldee=bWFyaWEucGVubmFuZW5AYXNpa2thbGEuZmk%3d&recipientid=contact-a8f7284cbe27e81181175065f38b56e1-e0b64233733947baae67cc53d8505f7b&esid=0d7b325c-2528-e811-811e-5065f38a8ad1&urlid=7. Luettu: 23.10.2018.

Itkonen, H. & Kauravaara, K. 2015. Liikunta kansalaisten elämänselämyksessä. Tulkintoja liikunnasta ja liikunnan edistämisestä. Grano Oy. Jyväskylä.

Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. 2013. Liikuntapedagogiikka. PS-kustannus. Jyväskylä.

Kananen, J. 2014. Toimintatutkimus kehittämistutkimuksen muotona. Miten kirjoitan toimintatutkimuksen opinnäytetyönä? Juvenes Print. Suomen Yliopistopaino Oy. Tampere.

Kokkonen, J. 2013. Liikuntaa hyvinvointivaltiossa, suomalaisen liikuntakulttuurin lähihistoria. Otavan Kirjapaino Oy. Keuruu.

Kokkonen, J. 2015. Suomalainen liikuntakulttuuri – juuret, nykyisyys ja muutossuunnat. Otavan Kirjapaino Oy. Keuruu.

Koski, P. & Mäenpää, P. 2018. Suomalaiset liikunta- ja urheiluseurat muutoksessa 1986–2016. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2018:25. Luettavissa: <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160926/okm25.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Luettu: 23.10.2018.

Kuntaliitto 2018a. Liikunnasta ja hyvinvoinnista voidaan rakentaa kuntastrategian aito kärki. Luettavissa: <https://www.kuntaliitto.fi/blogi/2018/liikunnasta-ja-hyvinvoinnista-voidaan-rakentaa-kuntastrategian-aito-karki>. Luettu: 21.10.2018.

Kuntaliitto 2018b. Asikkala on Suomen liikkuvin kunta – Pitkäjänteinen työ kaikkien kuntalaisten liikuttajana toi voiton. Luettavissa: <https://www.kuntaliitto.fi/asiantuntijapalvelut/opetus-ja-kulttuuri/liikuntapalvelut/tervetuloa-osallistumaan-suomen-liikkuvin-kunta-kisaan>. Luettu: 21.10.2018.

Kuntaliitto 2017. Liikunnan asema lainsäädännössä. Luettavissa:
<https://www.kuntaliitto.fi/asiantuntijapalvelut/opetus-ja-kulttuuri/liikuntapalvelut/liikunnan-asema-lainsaadannossa>. Luettu: 3.1.2018.

Kuntaliitto 2016. Liikuntapalvelut. Luettavissa:
<https://www.kuntaliitto.fi/asiantuntijapalvelut/opetus-ja-kulttuuri/liikuntapalvelut>. Luettu: 28.12.2017.

Liikuntalaki 21.12.1979/984.

Ojasalo, K., Moilanen, M. & Ritalahti, J. 2014. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Sanoma Pro Oy. Helsinki.

Olympiakomitea 2018. Urheiluseurojen tunnuslukuja. Luettavissa:
<https://www.olympiakomitea.fi/2018/10/10/urheiluseurojen-tunnuslukuja/>. Luettu: 25.10.2018

Puronaho, K. 2014. Drop-out vai throw-out? Tutkimus lasten ja nuorten liikuntaharrastusten kustannuksista. Teoksessa: Mikä maksaa?, s, 49-64. Valtion liikuntaneuvoston julkaisu 2014:2. Luettavissa:
http://www.liikuntaneuvosto.fi/files/290/www_Sosioekonominen_tausta_ja_lasten_liikunta_2103.pdf. Luettu: 25.10.2018.

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI- henkilöstölle. Suomen Yliopistopaino – Juvenes Print Oy. Tampere. Luettavissa: <https://docplayer.fi/1986011-Nakokulmia-tutkimukselliseen-ja-toiminnalliseen-opinnaytetyohon.html>. Luettu: 22.9.2018

Sosiaali- ja terveysministeriö 2013. Muutosta liikkeellä!
Valtakunnalliset yhteiset linjaukset terveyttä ja hyvinvointia edistävään liikuntaan 2020. Luettavissa:
http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/69937/URN_ISBN_978-952-00-3412-2_korj.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Luettu: 15.1.2018

Sosiaali- ja terveysministeriö 2010. Suositukset liikunnan edistämiseksi kunnissa. Sosiaali- ja terveysministeriön esitteitä 2010:3. Luettavissa:
<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/72797/URN%3aNBN%3afi-fe201504223231.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Luettu 15.1.2018.

Suomi, K., 2015. Valtion liikuntapolitiikan linjauksia 1980-2014. Teoksessa Itkonen, H. & Laine, A. Liikunta yhteiskunnallisena ilmiönä, s 59–76. Yliopistopaino. Jyväskylä.

Szerovay, M., 2015. Liikunnan ja urheilun järjestökentän muutoksia. Teoksessa Itkonen, H. & Laine, A. Liikunta yhteiskunnallisena ilmiönä, s 117-131. Yliopistopaino. Jyväskylä.

Vasankari ym. 2018. Vasankari, T., Kolu. P., Kari. J., Pehkonen. J., Havas. E., Tammelin. T., Jalava. J., Koski. H., Pihlainen. Kai., Kyröläinen. H., Santtila. M., Sievänen. H., Raitanen. J. & Tokola. K. Liikkumattomuuden lasku kasvaa – vähäisen fyysisen aktiivisuuden ja heikon fyysisen kunnon yhteiskunnalliset kustannukset. Valtioneuvoston kanslia, 5.4.2018. Luettavissa:
<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160724/31-2018-Liikkumattomuuden%20lasku%20kasvaa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Luettu: 24.10.2018.

VLN 2016. Valtion liikuntaneuvosto. Ei vain urheilua. Liikunnan ja urheilun merkitys yhteiskunnan uusiutumisen kannalta. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:2. Luettavissa: http://www.liikuntaneuvosto.fi/files/420/vln_arvojulkaisu_2016_www.pdf. Luettu: 27.12.2017.

VLN 2015. Valtion liikuntaneuvosto. Valtionhallinto liikunnan edistäjänä 2011-2015. Valtion liikunta-neuvoston julkaisuja 2015:4. Luettavissa:
http://www.liikuntaneuvosto.fi/files/455/Arviointi_2011_2015_www.pdf. Luettu: 18.12.2017.

VLN 2014. Valtion liikuntaneuvosto. Liikuntakulttuurin käsitteet muuttuvat ja muuttavat. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2014:6. Luettavissa:
http://www.liikuntaneuvosto.fi/files/317/Liikuntakulttuurin_kasitteet_LOW.pdf. Luettu: 27.12.2017.

VLN 2013a. Liikunnan kansalaistoiminta tutkimustiedon valossa. Luettavissa:
http://www.liikuntaneuvosto.fi/tata_mielta/lausunnot_ja_kannanotot/arkisto/liikunnan_kansalaistoiminta_tutkimustiedon_valossa.572.news. Luettu: 24.10.2018.

VLN 2013b. Urheiluseurat kunniaan. Liikunnan ja urheilun rahoituksen painopisteeksi perustaso – lapset ja nuoret. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2013:7. Luettavissa:
http://www.liikuntaneuvosto.fi/files/287/Urheiluseurat_kunniaan_www.pdf. Luettu: 25.10.2018.

VLN 2010. Valtion liikuntaneuvosto. Linjoja liikuntaan vuodesta 1920. Luettavissa: <http://www.liikuntaneuvosto.fi/files/15/VLN90esite.pdf>. Luettu: 27.12.2017.

Yle 2018. Ilmaiset salivuorot, vakituiset liikunnanohjaajat ja liikuntaneuvontaa kaikille – Asikkala on Suomen liikkuvin kunta. Luettavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-10030477>. Luettu: 21.10.2018.

Liitteet

Liite 1. Kutsu toiminnan kehittämisen iltaan



9.10.2017

Tervetuloa

keskiviikkona 25.10.2017 klo. 18.00–19.30 Asikkalan liikuntahallille (Asikkalantie 14). Illan ohjelmassa on tutustumista uusittuihin tiloihin sekä kunnan sekä liikuntaa järjestävien yhdistysten välisen yhteistyön kehittämisen ideointia. (Liikuntahalli aukeaa virallisesti 30.10.2017)

Ohjelma:

- Illan aloitus klo. 18.00 kokoustilassa: kuulumiset ja pientä purtavaa (sisäänkäynti kuntosalin ovesta)
- Tutustuminen liikuntahallin peruskorjattuihin tiloihin
- Yhteistyön/toiminnan kehittämisen ideointia

Yhteisiä tapaamisia on jo seurojen kanssa starttailtu ja ainakin osa teistä on ollut niissä mukana. Tämän tapaamisen tarkoituksena on kuulla teidän mielipiteitä ja ajatuksia asioista joita tulisi kehittää, jotta pystyttäisiin entistä sujuvampaan yhteistyöhön. **Mitä kehityskohteita teille yhdistyksen edustajana tulee mieleen ja kuinka niitä tulisi mielestänne kehittää?**

Tuo mahdolliset ajatukset ja ideat muknasi tai pohditaan niitä yhdessä!

Päivän anti on osa kehittämissuunnitelmaa, jonka tarkoituksena on tehostaa ja parantaa yhteistyötä Asikkalan kunnan ja liikuntaseurojen/yhdistysten välillä. Kehittämissuunnitelma on samalla osa koolle kutsujan Ylemmän ammattikorkeakoulun (liikunta-alan kehittäminen ja johtaminen) päättötyötä.

Muistathan ilmoittautua mukaan viimeistään to 19.10.2017.

NÄHDÄÄN!

Aku Laaksonen,
liikunnanohjaaja (AMK)

Asikkalan kunta, hyvinvointipalvelut
044 778 0015
aku.laaksonen@asikkala.fi

Asikkalan kunta
www.asikkala.fi

Rustholintie 2
17200 Vääksy

p. (03) 8886 111
f. (03) 8886 268

etunimi.sukunimi@asikkala.fi



16.4.2018

Tervetuloa

Keskiviikkona 2.5 klo. 18.00 - 19.30 seuratoimijoiden tapaamiseen Asikkalan liikuntahallille (Asikkalantie 14).

Ohjelma:

- Illan aloitus klo 18.00 kokoustilassa: ajankohtaiset asiat + kahvi
- Maakunnallinen/alueellinen tervehdys sekä infoa tulevasta EU:n tietosuoja-asetuksesta, joka on ajankohtainen myös seuratyössä. **Kustaa Ylitalo, seurakehittäjä, PHLU**
- Seura-/yhdistystoimijoiden ja hyvinvointipalveluiden välisten tapaamisten jatkosta sopiminen

Ilta on jatkoa syksyllä starttaillleen seuratoimijoiden ja kunnan hyvinvointipalveluiden välisiä tapaamisia. Illassa keskustellaan ajankohtaisista asioista ja pyritään edistämään seuratyön tekemistä Asikkalassa sekä tarjotaan mahdollisuus verkostoitua muiden seuratoimijoiden kanssa. Mukana iltamassa on kunnan puolesta allekirjoittaneen lisäksi myös hyvinvointijohtaja Matti Kettunen.

Muistathan ilmoittautua mukaan,

NÄHDÄÄN!

Aku Laaksonen,
liikunnanohjaaja (AMK)

Asikkalan kunta, hyvinvointipalvelut
044 778 0015
aku.laaksonen@asikkala.fi

Asikkalan kunta
www.asikkala.fi

Rusthollintie 2
17200 Vääksy

p. (03) 8886 111
f. (03) 8886 268

etunimi.sukunimi@asikkala.fi



LOKAKUU

Seuratoimijoiden syystapaaminen
Ertyisavustushakemukset palautettava viimeistään 31.10.2018

MARRASKUU

Tapahtumarahahakemukset palautettava viimeistään 30.11.2018
Valtakunnallisen seuratoiminnan kehittämistuen (seuratuki) hakuaika 12.11–14.12.2018

JOULUKUU

TAMMIKUU

Esitykset vuoden 2018 menestyneiden urheilijoiden, valmentajien, joukkueiden + vuoden junnun ja kunnan kuntalaisen valitsemiseksi. *

HELMIKUU

SYYSKUU

KKI-kehittämishanketuki haettavissa 1.9.–31.3 välisenä aikana
Hanketuki 1.9.–30.9.
KKI-koulutustuki jatkuvalla haulla.

VUOSIKELLO ASIKKALALAISILLE LIIKUNTASEUROILLE/LIIKUNTAA JÄRJESTÄVILLE YHDISTYKSILLE 2018–2019!

Vuosikello on listattu valmiiksi liikuntayhdistysten toiminnassa huomioitavia asioita sekä huomionarvoisia päivämääriä. Voitte lisätä pohjaan halutessanne myös muita tärkeäksi kokemianne asioita.

YHTEYSTIEDOT LIIKUNTAPALVELUIHIIN:

aku.laaksonen@asikkala.fi 044 778 0015
elise.kettunen@asikkala.fi 044 778 0773

Huom! Muistakaa ilmoittaa jos seuranne yhteyshenkilön tiedot muuttuvat.

ELOKUU

MAALISKUU

Yleisavustushakemukset 31.3.2019 mennessä.
KKI-hanketuki haettavissa 1.3.- 31.3 välisenä aikana
Palkitsemistilaisuus *

HUHTIKUU

Seuratoimijoiden kevät-tapaaminen (huhtitoukokuu)
Materiaali lasten- ja nuorten kesäesittöeseen toimitettava huhtikuun alkuun mennessä.

TOUKOKUU

Käyttövurojen haku kunnan liikuntatiloihin viimeistään viikon 20 aikana (ma 20.5.2019 mennessä)
(Syksyn toimintojen valmistelut → tiedot Liikkuva Asikkala- esittöeseen)

KESÄKUU

Materiaali Liikkuva Asikkala – esittöeseen toimitettava liikuntapalveluihin viimeistään viikon 23 aikana (ma 10.6.2019 mennessä)

HEINÄKUU



SISÄLTÖ

LIIKKUVA ASIKKALA 3

Asikkalan Ohjatut liikuntaryhmät
syksy 2018–keväät 2019

Lapset ja nuoret 3

Aikuiset 12

Seniorit 15

Ilmoittautumiset ja lisäedot 18

AKTIIVINEN ASIKKALA 20

Asikkala

Asikkalan Liikuntapalvelut
Asikkalanlie 14, 17200 Vääksy
elise.kettunen@asikkala.fi
p. 044 778 0773

2

LIIKKUVA & AKTIIVINEN ASIKKALA

Liikkuva Asikkala -esite on tänä vuonna laajentunut kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin suuntaan. Ohjattujen liikuntaryhmien ja näiden mahdollistajien lisäksi voit tutustua Aktiivisen Asikkalan monipuoliseen ja vinikkeelliseen tarjontaan. Toimintojen järjestämisestä vastaavat kunta, yhdistykset, seurat, järjestöt sekä monet muut aktiiviset tahot.

Tämä tietopankki on tehty juuri sinua varten, ja toivomme sen auttavan sinua oman henkilökohtaisen hyvinvointisi rakentamisessa, leet sen sitten liikkuen, kulttuurista nauttien tai vaikkapa vapaaehtoistyöhön heittäytyen.

Aktiivista toimintakautta 2018–2019 kaikille kuntalaisille!

Terveisin Asikkalan hyvinvointipalvelut

Lapset ja nuoret

MAANANTAI	Ikäryhmä	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Parkour	12–14 v.	16.00–17.00 Aurninkovuoren koulu	Asikkalan Voimistelu ry
Cheerleading	12 v.+	17.00–18.30 Liikuntahalli	Asikkalan Voimistelu ry
Cheerleading	9 v.+	18.30–20.00 Liikuntahalli	Asikkalan Voimistelu ry
Yleisurheilukoulu, Lasten liike -hanke Kilpuri	3–8 lk.	14.15–15.15 Liikuntahalli	Asikkalan Raikas ry
	8–12 v.	15.30–16.30 Liikuntahalli	Asikkalan Raikas ry
Perheiliikunta	2–4 v. huoltajan kanssa	17.00–18.00 Aurninkovuoren koulu	Asikkalan Raikas ry
Telinevoimistelu / Freegym	7–9 v.	18.00–19.00 Aurninkovuoren koulu	Asikkalan Raikas ry
Liikuntakerho	1–3 lk.	13.00–14.30 Kalkkinen	Laajuutta liikkeeseen -hanke
Liikuntakerho	3–8 lk.	15.00–16.30 Kalkkinen	Laajuutta liikkeeseen -hanke
Liikuntakerho	4–8 v.	17.00–18.00 Kalkkinen	Laajuutta liikkeeseen -hanke
Lentopallo	nuoret	17.00–18.30 Liikuntahalli	Asikkalan Raikas ry
Kansantanssi	3–5 v.	18.30–17.15 Anjanpellon koulu	Vääksyn Kansantanssijat ry
Kansantanssi	6–9 v.	17.15–18.00 Anjanpellon koulu	Vääksyn Kansantanssijat ry
Kansantanssi	10 v.+	18.00–19.00 Anjanpellon koulu	Vääksyn Kansantanssijat ry
Taido	12 v.+	19.30–21.00 Anjanpellon koulu	Asikkalan Taido ry
Kiekkokoulu / F-juniorit, jääkiekko	2011 synt. ja nuoremmat / 2009–2010 synt.	17.30–19.00 Asikkalan jäähalli	Kanavan pallo ry
Baletti alkeet ja Baletti 1	9–11 v.	17.45–18.30 Honkarinne	Wellamo-opisto
Aikuisbaletti alkeet	16 v.+	18.40–19.40 Honkarinne	Wellamo-opisto
Sähly & kuntopiiri	10 v.+	17.00–18.30 Liikuntahalli	Asikkalan Raikas ry / suunnistusjaosto
Golf, harrastajat ja edistyneemmät	9 v.+	15.00–16.00 Talviharjoitteluhalli (Vehkoonte 5)	Kanavagolf Vääksy ry / Ruby

Lapset ja nuoret

TIISTAI	Ikäryhmä	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Pallopelikerho	7-9 v.	13.00-14.00 Anianpellon koulu	Asikkalan Raikas ry
Telinevoimistelu / Freegym	10-11 v.	14.30-15.30 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan Raikas ry
Telinevoimistelu / Freegym	7-9 v.	15.30-16.30 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan Raikas ry
Yleisurheilukoulu	8-9 v.	17.00-18.00 Liikuntahalli	Asikkalan Raikas ry
Yleisurheilukoulu	4-8 v.	18.00-19.00 Liikuntahalli	Asikkalan Raikas ry
Harrastekeho	9-11 v.	12.15-13.15 Aurinkovuoren koulu	Liikkuva koulu
Pelihöntsää	yläkoululaiset	15.00-16.00 Liikuntahalli	Liikkuva koulu
Cheerleading	7-8 v.	17.00-18.00 Anianpellon koulu	Asikkalan Voimistelu ry
Cheerleading, alkeet	6-7 v.	18.00-19.00 Anianpellon koulu	Asikkalan Voimistelu ry
Vauvajumppa	3 kk+ vauvat yhdessä aikuisen kanssa.	14.00-14.45 Honkarinne (Sirkkusentie 2)	Laajuutta liikkeeseen -hanke
Kuntosali / Cross-training	13 v.+ tytöt	15.30-16.30 Liikuntahallin kuntosali	Laajuutta liikkeeseen -hanke
Kuntosali / Cross-training	13 v.+ pojat	16.30-17.30 Liikuntahallin kuntosali	Laajuutta liikkeeseen -hanke
Kestävyysryhmä	12 v.+ ja aikuiset	19.00-20.00 Liikuntahalli	Laajuutta liikkeeseen -hanke
Taido, oheisharjoittelu	7-12 v. ja 12 v.+	16.30-18.00 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan Taido ry
Kahvakuulatreeni	yli 16 v.+	17.30-18.30 Liikuntahalli	Wellamo-opisto



4

LIIKKUVA ASIKKALA 2018 - 2019



KESKIVIIKKO	Ikäryhmä	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Höntsäliikunta	yläkoululaiset	14.30-15.30 Aurinkovuoren koulu	Liikkuva koulu
Golf, aloittelijat	9 v.+	15.00-16.00 Talviharjoitteluhalli (vehkoonie 5)	Kanavagolf Väaksy ry / Ruby
Taido	12 v.+	20.00-21.00 Anianpellon koulu	Asikkalan Taido ry
Ammunta	7-14 v.	16.30 alkaen S-marketin alakerta	Asikkalan Ampumaseura ry
Tenavajumppa	5-6 v.	17.00-17.45 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan Voimistelu ry
Tenavajumppa	4-5 v.	17.45-18.30 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan Voimistelu ry
Salibandy	04-06 synt. pojat	18.00-20.00 Liikuntahalli	SB Asikkala
Salibandy	07-08 synt. pojat	18.00-20.00 Liikuntahalli	SB Asikkala
Telinevoimistelu / Freegym	11-13 v.	15.30-16.30 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan Raikas ry
Kilpurit	8-12 v.	17.00-18.00 Liikuntahalli	Asikkalan Raikas ry
Pallopelit / Temppeulu	10-12 v.	15.00-16.00 Vesivehmaan koulu	Laajuutta liikkeeseen -hanke
Pallopelit / Temppeulu	6-9 v.	16.00-17.00 Vesivehmaan koulu	Laajuutta liikkeeseen -hanke
Kehonhuolto / Kehonpanoharjoittelu	12 v.+	17.30-18.30 Honkarinne (Sirkkusentie 2)	Laajuutta liikkeeseen -hanke
Lasten tanssi	3-4 v.	17.00-17.30 Anianpellon koulu	Wellamo-opisto
Lasten tanssi	5-6 v.	17.30-18.15 Anianpellon koulu	Wellamo-opisto
Cheerleading, kilparyhmä	12 v.+	18.00-19.30 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan Voimistelu ry
Kuntorynneily	16 v.+	18.30-20.00 Honkarinne (Sirkkusentie 2)	Wellamo-opisto

LIIKKUVA ASIKKALA 2018 - 2019



5

Lapset ja nuoret

TORSTAI	Ikäryhmä	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Taido	7-12 v.	17.30-19.00 Anianpellon koulu	Asikkalan Taido ry
Taido	12 v.+	19.00-20.30 Anianpellon koulu	Asikkalan Taido ry
Kiekkokoulu / F-juniorit, jääkiekko	2011 synt. ja nuoremmat / 2009-2010 synt.	17.00-18.00 Asikkalan jäähalli	Kanavan pallo ry
Nuorten sähly	14 v.+	17.00-18.30 Liikuntahalli	Asikkalan seurakunta
Fysiikkaryhmä	12 v.+ ja aikuiset	18.30-20.00 Liikuntahalli	Laajuutta liikkeeseen -hanke
Temppeulu	1-2 lk.	12.30-13.30 Anianpellon koulu	Laajuutta liikkeeseen -hanke
Telinevoimistelu / Freegym	10-11v.	16.00-17.00 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan Raikas ry
Pallopelit	yläkoululaiset	14.00-15.30 Liikuntahalli	Laajuutta liikkeeseen -hanke
Pallopelit	lukioikäiset	15.30-17.00 Liikuntahalli	Laajuutta liikkeeseen -hanke
Perheurheilukoulu	alle kouluikäiset huoltajan kanssa	17.30-18.30 Liikuntahalli	Laajuutta liikkeeseen -hanke

PERJANTAI	Ikäryhmä	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Parkourkeho	6-10 v.	14.15-15.15 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan 4H -yhdistys
Salibandy	04-06 ja 07-08 synt. pojat	18.00-17.00 Liikuntahalli	SB Asikkala
Showtanssi, alkeet	9-12 v.	15.15-16.15 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan Voimistelu ry
Showtanssi, jatko	9-12 v.	16.15-17.15 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan Voimistelu ry
Sulkapalloa	nuoret	17.00-18.30 Liikuntahalli	Asikkalan Verkkopalloseura r.y.

LAUANTAI	Ikäryhmä	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Jalkapallo	2007-2008 synt.	9.30-11.00 Liikuntahalli	FC Asikkala
Jalkapallo	2009-2010 synt.	11.00-12.30 Liikuntahalli	FC Asikkala
Jalkapallo	2011-2012 synt.	14.00-15.30 Liikuntahalli	FC Asikkala

6

LIIKKUVA ASIKKALA 2018 - 2019

SUNNUNTAI	Ikäryhmä	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Easy-Hockey -lätää	9-13 v.	Aika tarkentuu myöh. Asikkalan jäähalli	Kanavan Pallo -80 ry
Perheiskus	perheet	10.00-12.00 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan 4H -yhdistys
Jalkapallo	nuoret	12.00-13.30 Liikuntahalli	FC Asikkala
Jalkapallo	2005-2006 synt.	13.30-15.00 Liikuntahalli	FC Asikkala
Salibandy	04-06 ja 07-08 synt. pojat	17.30-19.00 Liikuntahalli	SB Asikkala
Säbäkerho	2010 synt. ja nuoremmat tytöt ja pojat	15.00-16.30 Vesivehmaan koulu	SB Asikkala
Nuorten sähly	14 v.+	16.15-17.30 Liikuntahalli	Asikkalan seurakunta
Lentopalloa	13 v. + ja aikuiset	16.15-17.30 Liikuntahalli	Rentopalloseura -16 ry
Vauva- ja tenavauvint	vauvat ja tenavat vanhempieneen	12.30-13.00 ja 13.00-13.30 Padasjoen uimahalli	Padasjoen uimahalli



Yli 15-vuotiaat nuoret voivat osallistua myös Asikkalan Voimistelijoiden ohjatuille aikuisen junnupolulle. Katso lisää-eräoja kotiaesä "Aikuiset".



LIIKKUVA ASIKKALA 2018 - 2019

7

Aikuiset

MAANANTAI	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Kuntopiiri kuntosalilaitteilla A	13.00–14.00 Liikuntahalli	Wellamo-opisto
Kuntopiiri kuntosalilaitteilla B	14.00–15.00 Liikuntahalli	Wellamo-opisto
Aikuisbaletti, alkeet	18.40–19.40 Honkarinne (Sirkkusentie 2)	Wellamo-opisto
Taido	19.30–21.00 Anianpellon koulu	Asikkalan Taido ry
Ammunta, miehet	18.00 alkaen S-marketin alakerta	Asikkalan Ampumaseura ry
Kurhulan kuntojumppa	17.15–18.15 Länsi-Asikkalan koulu	Wellamo-opisto
Kuntokamppeilu ja lihaskunto	19.00–20.30 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan liikunnan ystävät ry

TIISTAI	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Vesijumppa	8.00–8.30 Padasjoen uimahalli	Padasjoen uimahalli
Vesijuoksu	19.30–20.15 Padasjoen uimahalli	Padasjoen uimahalli
Syvä-asahin Taito	17.15–18.45 Honkarinne (Sirkkusentie 2)	Wellamo-opisto
Kahvakuulatreeni	17.30–18.30 Liikuntahalli	Wellamo-opisto
Miesten kuntoliikunta	18.30–19.30 Liikuntahalli	Wellamo-opisto
Toiminnallinen vatsatreeni ja kehonhuolto	19.30–20.30 Pörskälä, Kalkinen	Wellamo-opisto
Golfia harrastajille ja kehittyneemmille	18.00–19.00 Talviharjoitteluhalli (Vehkoentie 5)	Kanavagolf Vääkky ry / Ruby
Kuntojumppa	19.00–20.00 Anianpellon koulu	Asikkalan Voimistelu ry
LAVIS [®] -lavatanssijumppa	18.00–19.00 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan liikuntapalvelut
Venyttely ja kehonhuolto	19.00–20.00 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan liikuntapalvelut
Kestävyysryhmä	19.00–20.00 Liikuntahalli	Asikkalan Ampumaseura ry
Ammunta, naiset	18.00 alkaen S-marketin alakerta	



LIIKKUVA ASIKKALA 2018 - 2019

KESKIVIIKKO	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Taido	20.00–21.00 Anianpellonkoulu	Asikkalan Taido ry
Vesijumppa	13.30–14.15 Padasjoen uimahalli	Padasjoen uimahalli
Kuntopyrkkeily	18.30–20.00 Honkarinne (Sirkkusentie 2)	Wellamo-opisto
Venyttely ja kehonhuolto, miehet	14.00–14.50 Honkarinne (Sirkkusentie 2)	Asikkalan liikuntapalvelut
Ohjattu kuntosal	17.00–18.00 Liikuntahallin kuntosal	Asikkalan liikuntapalvelut
Kuntopiiri kuntosalilaitteilla	18.00–19.00 Liikuntahallin kuntosal	Asikkalan liikuntapalvelut
Kieroharjoittelu	19.00–20.00 Liikuntahallin kuntosal	Asikkalan Voimistelu ry
Golfia aloittelijoille	18.00–19.00 Talviharjoitteluhalli (Vehkoentie 5)	Kanavagolf Vääkky ry / Ruby
Tikanheitto	18.00–20.00 Vanha Nuokku	Asikkalan Tikka ry

TORSTAI	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Keppi jumppa	17.00–18.00 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan Voimistelu ry
Tehotreeni	18.00–19.00 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan Voimistelu ry
Kehonhuolto	19.00–20.00 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan Voimistelu ry
Vesijumppa	19.30–20.15 Padasjoen uimahalli	Padasjoen uimahalli
Kurhulan kuntopyrkkeily	18.30–20.00 Länsi-Asikkalan koulu	Wellamo-opisto
Venyttely ja kehonhuolto	17.00–18.00 Honkarinne (Sirkkusentie 2)	Asikkalan liikuntapalvelut
Fysiikkaryhmä	18.45–19.45 Liikuntahalli	Laajuutta liikkeeseen -hanke
Urajärven (parillinen viikko) / Rutalahden kuntojumppa (pariton viikko)	18.45–19.45 Urajärven koulu / Rutalahden vanha koulu	Asikkalan liikuntapalvelut
Vesivehmaan kuntojumppa	17.30–20.30 Vesivehmaan koulu	Wellamo-opisto
Taido	19.00–20.30 Anianpellon koulu	Asikkalan Taido ry
Uuteen alkuun -sporttikoulu	18.30–19.30 Liikuntahalli	Asikkalan Raikas ry (KKI-Hanke)

LIIKKUVA ASIKKALA 2018 - 2019

8

9

SUNNUNTAI	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Lavatanssit, alkeet	12.00–13.00 Aurinkovuoren koulu	Wellamo-opisto
Lavatanssit, jatko	13.00–14.30 Aurinkovuoren koulu	Wellamo-opisto
Kantritanssiharjoitukset	18.00–18.00 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan nuorisoseura
Lentopalloa	16.15–17.30 Liikuntahalli	Rentopalloseura -16 ry

Seniorit

* Voimaa vanhuuteen -ryhmät ovat erityisen helppoja ryhmiä liikunnan aloittamiseen. Sopii erityisesti yli 75-vuotiaalle.

MAANANTAI	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Golfia harrastajille ja kehittyneemmille	14.00–15.00 Talviharjoitteluhalli (Vehkoentie 5)	Kanavagolf Vääkky ry / Ruby
Kuntopiiri kuntosalilaitteilla A	12.00–13.00 Liikuntahallin kuntosal	Wellamo-opisto
Kuntopiiri kuntosalilaitteilla B	13.00–14.00 Liikuntahallin kuntosal	Wellamo-opisto
Tuolijumppa	12.15–13.00 Anianpellon koulu	Asikkalan liikuntapalvelut
Senioritanssi	13.00–14.00 Vanha nuorisotalo	Asikkalan liikuntapalvelut
Venyttely ja kehonhuolto 1	13.00–14.00 Anianpellon koulu	Asikkalan liikuntapalvelut
Venyttely ja kehonhuolto 2	14.30–15.30 Honkarinne (Sirkkusentie 2)	Asikkalan liikuntapalvelut
Vesijumppa	13.30–14.15 Padasjoen uimahalli	Padasjoen uimahalli
Kurhulan kuntojumppa	17.15–18.15 Länsi-Asikkalan koulu	Wellamo-opisto

TIISTAI	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Vesijumppa 1	9.45–10.15 Padasjoen uimahalli	Asikkalan liikuntapalvelut
Vesijumppa 2	10.15–10.45 Padasjoen uimahalli	Asikkalan liikuntapalvelut
Vesijumppa 3	10.45–11.15 Padasjoen uimahalli	Asikkalan liikuntapalvelut
Kalkisten kevytjumppa	15.00–16.00 Pörskälä	Asikkalan liikuntapalvelut
Kuntojumppa	15.00–16.00 Anianpellon koulu	Asikkalan liikuntapalvelut
Kevyt kuntojumppa *	16.00–16.45 Anianpellon koulu	Asikkalan liikuntapalvelut
Ikämiesten kuntojumppa	14.00–15.00 Liikuntahalli	Asikkalan liikuntapalvelut
Kuntojumppa	19.00–20.00 Anianpellon koulu	Asikkalan Voimistelu ry
Syvä-asahin Taito	17.15–18.45 Honkarinne (Sirkkusentie 2)	Wellamo-opisto
Vesijumppa	8.00–8.30 Padasjoen Uimahalli	Padasjoen uimahalli

10

LIIKKUVA ASIKKALA 2018 - 2019

LIIKKUVA ASIKKALA 2018 - 2019

11

Seniorit

KESKIVIIKKO	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Reumaliikuntaryhmä	11.00–12.00 Liikuntahallin kuntosali	Vertaisohjaaja
Ohjattu kuntosali 1	12.00–13.00 Liikuntahallin kuntosali	Asikkalan liikuntapalvelut
Ohjattu kuntosali, fysioterapian jatko	13.00–14.00 Liikuntahallin kuntosali	Asikkalan liikuntapalvelut
Asikkalan eläkkeensaajat ry, kuntosali	14.00–15.00 Liikuntahallin kuntosali	Asikkalan liikuntapalvelut
Venyttely ja kehonhoito, miehet	14.00–14.50 Honkarinne (Slinkusente 2)	Asikkalan liikuntapalvelut
Kuntosaliharjoittelusta voimaa vanhuuteen *	15.15–16.00 Fysioterapian kuntosali	Asikkalan liikuntapalvelut
Vesijumppa	13.30–14.15 Padasjoen uimahalli	Padasjoen uimahalli
Tikanheitto	18.00–20.00 Vanha nuorisotalo	Asikkalan tikka ry
Golfia aloittelijoille	14.00–15.00 Talviharjoitteluhalli (Vehkoonte 5)	Kanavagolf Väakysy ry / Ruby

TORSTAI	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Ohjattu kuntosali 1	8.30–9.30 Liikuntahallin kuntosali	Asikkalan liikuntapalvelut
Ohjattu kuntosali 2	9.30–10.30 Liikuntahallin kuntosali	Asikkalan liikuntapalvelut
Ohjattu kuntosali 3	10.30–11.30 Liikuntahallin kuntosali	Asikkalan liikuntapalvelut
Ohjattu kuntosali 4	11.30–12.30 Liikuntahallin kuntosali	Asikkalan liikuntapalvelut
Ohjattu kuntosali 5	12.30–13.30 Liikuntahallin kuntosali	Asikkalan liikuntapalvelut
Tuolijumppa *	12.30–13.15 Honkarinne (Slinkusente 2)	Asikkalan liikuntapalvelut
Tasapainoa ja lihaskuntoa	13.30–14.15 Honkarinne (Slinkusente 2)	Asikkalan liikuntapalvelut
LAVIS®-lavatanssijumppa	14.15–15.15 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan liikuntapalvelut
Vesivehmaan kuntojumppa	17.30–18.30 Vesivehmaan koulu	Wellamo-opisto
Kehonhoito	19.00–20.00 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan Voimistelu ry
Urajärven (parillinen viikko) / Rutalahden kuntojumppa (pariton viikko)	18.45–19.45 Urajärven koulu / Rutalahden vanha koulu	Asikkalan liikuntapalvelut

* Voimaa vanhuuteen -ryhmät ovat erityisen helppoja ryhmiä liikunnan aloittamiseen. Sopii erityisesti yli 75-vuotiaille.

PERJANTAI	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Tuolianssit	9.30–10.15 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan liikuntapalvelut
Venyttely ja kehonhoito, kevennetty *	10.30–11.30 Honkarinne (Slinkusente 2)	Asikkalan liikuntapalvelut
Venyttely ja kehonhoito	12.30–13.30 Aniampellon koulu	Asikkalan liikuntapalvelut
Vesijumppa	13.15–14.00 Padasjoen uimahalli	Wellamo-opisto (Padasjoki)

SUNNUNTAI	Aika ja paikka	Järjestävä taho
Lavatanssit, alkeet	12.00–13.00 Aurinkovuoren koulu	Wellamo-opisto
Lavatanssit, jatko	13.00–14.00 Aurinkovuoren koulu	Wellamo-opisto
Kantrinanssiharjoitukset	18.00–18.00 Aurinkovuoren koulu	Asikkalan nuorisoseura



12

LIIKKUVA ASIKKALA 2018 - 2019

LIIKKUVA ASIKKALA 2018 - 2019

13

Asikkalan liikuntapalvelut www.asikkala.fi → Liikunta ja vapaa-aika

Syysk. 3.9.–14.12.2018 (syysloma vko 43) / kevät 7.1.–26.4.2019 (hihtoloma vko 9)
Tarkemmat tuntikuvaukset ryhmistä löytyvät nettisivuilta.

Ilmoittautuminen ryhmiin ma 20.8.2018 klo 8.00 alkaen

www.asikkala.fi/ilmoitautuminen tai

Maria Pennanen, p. 044 778 0021

Elise Kettunen, p. 044 778 0773

Aku Laaksonen, p. 044 778 0015

Osaallistumismaksut

Päiväryhmät / Seniorit	40 € / vuosi / ryhmä
Iltaryhmät / Työikäiset	50 € / vuosi / ryhmä
Vesijumput Padasjoella	60 € / syksy, 60 € / kevät
Lavis®-lavatanssijumput	60 € / vuosi (päiväryhmä)
	75 € / vuosi (iltaryhmä)



Asikkalan Voimistelu ry www.asikkalanvoimistelu.fi

Katso tarkemmat tuntikuvaukset ja ilmoittautumisoheet nettisivuilta.

Ryhmät 3.9.2018 alkaen! Tule kokeilemaan ohjattua jumppaa ilmaiseksi viikolla 3.9.–7.9.2018.

Osaallistumismaksut

Lapset (alle 15 v.)	Jäsenmaksu 15 € + kausimaksu 30 € / ryhmä koko vuosi
Aikuiset (15 v. +)	Jäsenmaksu 10 € + kausimaksu 80 € / niin monta ryhmää kuin haluat
	Kevätlukukauden osallistuminen: 10 € + 40 €
	Eläkeläisille 25 euron alennus kausimaksusta.

Tarkista Parkourin ja Cheerleading -kilparyhmän maksut nettisivuilta!



14

LIIKKUVA ASIKKALA 2018 - 2019

Asikkalan Raikas ry www.asikkalanraikas.net

Tarkista tarkemmat tuntikuvaukset ja ajankohtaiset tiedot Asikkalan Raikkaan nettisivuilta. Huomaa uusi sähköpostiosoite!

Ilmoittautuminen ryhmiin

Liikuntaryhmät sekä Laajuutta liikkeeseen -hanke

pe 24.8. klo 18.00 alkaen myClub-jäsenpalvelun kautta.

Ilmoittautumisliski jäsenpalveluun löytyy Asikkalan Raikkaan nettisivujen etusivulta.

Rekisteröidy jäseneksi ennen ilmoittautumista, jos et vielä ole jäsen. (Jäsenmaksu sisältää osallistumismaksuun).

Osaallistumismaksut syyskuu 2018–huhtikuu 2019

1. ryhmä: 95 €, 2. ryhmä: 55 €, 3. ryhmä: 45 €

Neljä ryhmää tai enemmän: ei lisähintaa

Kilpurit

2 kertaa/vko 120 €, 1 kertaa/vko 95 €

Lasten liike -hankkeen yleisurheilukoulua tukee Olympiakomitea, hinta 40 €

Jäsenmaksut

Aikuinen 18 €, alle 18-vuotiaat 9 €

Raikas järjestää yleisurheiluvaimennusta myös yli 12-vuotiaille.

Lisätiedot: tina.virkkunen@mafoka.fi

Lentopallon nuorten porukkaan tervetuloa suoraan mukaan!

Lisätiedot ja tiedustelut: toimisto@asikkalanraikas.net



Laajuutta liikkeeseen -hanke www.asikkalanraikas.net

Laajuutta liikkeeseen -hanke toteutetaan yhteistyössä Asikkalan Raikkaan, Kalkkisten Katajan ja Vesivehmaan Vireen kanssa.

Tuntisällöt ja tarkemmat tiedot löytyvät Raikkaan nettisivuilta.

Osaallistumismaksut ja ilmoittautuminen samaan tapaan Asikkalan Raikkaan lasten ja nuorten ryhmien kanssa. Hankkeelle on myönnetty Opetus ja Kulttuuriministeriön seuratuksi.

Osaallistumismaksut ja ilmoittautuminen samaan tapaan Asikkalan Raikkaan lasten ja nuorten ryhmien kanssa. Hankkeelle on myönnetty Opetus ja Kulttuuriministeriön seuratuksi.



LIIKKUVA ASIKKALA 2018 - 2019

15

Asikkala Power ry

Tule mukaan rentoon porukkaan! Meillä voit harrastaa monipuolisesti kuntosaliharjoittelua tai tähdätä kilpailuihin (voimannoito, voima- ja toistopunne). Harjoittelepaikkana liikuntahallin kuntosali.

Harjoitukset: ma-pe klo 16.00-18.00

Lisätiedot:

asikkalapower@outlook.com, Antti, p. 0400 490 089 / Petri, p. 050 563 5363

Facebook: Asikkala Power ry



Kanavan Pallo -80 ry

www.kanavanpallo.net

Lisätietoja seuran toiminnasta ja vanhempien junnujen harjoittelusta: valmennusvastaava Jani Rantanen, jani.rantanen@jfiles.fi, p. 040 554 5430

Lisätietoja F-juniorit:

Olli Taipale, p. 044-9891303



Liikkuva koulu

Jokaisella koululaisella on mahdollisuus liikkua vähintään tunti päivässä!

Alakoulu liikunnallinen kerho järjestetään yhteistyössä asikkalalaisten liikuntaseurojen ja yhdistysten kanssa. Muu kerhotarjonta ilmoitetaan kouluvuoden alussa. Yläkoulun höntsäliikunnan ryhmät pyörähtävät käyntiin koulujen alettua.

Kerhoihin ilmoittautuminen Wilman kautta elokuun aikana.



Wellamo-opisto

www.wellamo-opisto.fi

Ilmoittautumiset:

Ilmoittautumiset Wellamo-opiston ryhmiin käynnistyvät tiistaina 14.8. Katso ilmoittautumisten tarkempi aikataulu nettisivuiltamme.

Vääksyssä lasten tanssituntien ja alkeisbaletin lisäksi nykytanssin taiteen perusopetusta eri-ikäisille lapsille ja nuorille.

Lisätiedot: tarja.opana@wellamo-opisto.fi, p. 03 814 4754



Asikkalan liikunnan ystävät ry

Lisätiedot: Mari Honkala, p. 0400 448 227

16

LIIKKUVA ASIKKALA 2018 - 2019

Asikkalan 4H -yhdistys

www.asikkala.4h.fi

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

Toiminnanjohtaja Monna Helen, asikkala@4h.fi



FC Asikkala

www.fcasikkala.fi

Lisätietoja FC Asikkalan toiminnasta ja tarkemmista ryhmäajoista nettisivuiltamme ja sähköpostitse fcasikkala@gmail.com



SB Asikkala

www.fcasikkala.fi

Toiminta käynnistyy koulujen alettua.

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

Tapio Matila, tapio.matila@vahanen.com, p. 040 504 4167



Rentopalloseura -16 ry

Rentopalloseura järjestää eri pallopeleille höntsävuoroja Asikkalassa. Vuoroille saavat osallistua kaikki RePs -16 jäsenet. Toimintaideana on mahdollistaa hyväntuulinen pelailu.

Jäsenmaksut: Aikuiset 20 €
Lapset alle 14 v. 10 €
Kannatusjäsenet 10 €

Lisätiedot: Mari Honkala, p. 0400 448 227



Kanavagolf Vääksy ry

www.kanavagolf.com

Golfin valmennusta kaikenikäisille ja -tasoisille Kanavagolfin sisäharjoitteluhallissa Loukkaharjussa. Valmentajana A-Class LP-GA Pro Ruby Chico Kurtelius, opetuskieli englantia.

Valmennusryhmät pidetään pienenä, 4-6 henkilöä. Ryhmiä lisätään tarvittaessa.

Lisätiedot: www.kanavagolf.com

Maksut ja ajankohdat:

Syyskausi 24.9.-2.11.2018 60 € (6 valmennuskertaa)
Kevätkausi 28.1.-8.3.2019 60 € (6 valmennuskertaa)



18

LIIKKUVA ASIKKALA 2018 - 2019

Asikkalan Ampumaseura ry

www.asikkalanampumaseura.net

Syksyn ampumakoulu käynnistyy 12.9 alkaen Vääksyn ilma-aseradalla S-market Vääksyn kellanteroksessa.

Lisätiedot:

vilho.laakso@gmail.com, p. 050 591 5025



Asikkalan taido ry

www.asikkalantaido.org

Lisätiedot: Jukka Hakulinen, p. 0400 600 902, jukka.hakulinen@phnet.fi



Vääksyn Kansantanssijat ry

www.vaaksynkansantanssijat.wordpress.com

Mukaan harjoituksiin voi tulla suoraan syyskuun ensimmäisellä viikolla.

Lisätiedot:

kati.niiranen@gmail.com, p. 040 508 1652



Asikkalan nuorisoseura

www.kantriasia.suntuubi.com

Mukaan voi tulla suoraan ryhmiin.

Lisätiedot:

kantriasia@suomi24.fi tai Pirjo Kampilla, p. 044 533 8044



Asikkalan tikka

Lisätiedot:

hannu.rantanen@phnet.fi, p. 044 557 7015



Asikkalan verkkopalloseura

Jäsenmaksu: 30 € / vuosi

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

simo.patynen@isku.com, p. 044 792 4588



Padasjoen uimahalli

Tervetuloa mukaan syyskuun alusta alkaviin vesiliikuntaryhmiin suoraan paikan päälle!

Vauvauintiin ennakkoilmoittautuminen:

marjut.vehkamaki@padasjoki.fi tai soittaen valvomoon

Mesurimäärä: Uintimaksu + 2 € / kerta

Vauvauinnin hinta: 12 € / vauva ja 2 aikuista, lisälapset 2 €

Lisätiedot: Uimahalli Jokihelmi valvomo, p. 044 720 2052 / 044 720 2053



Asikkalan yksityiset liikuttajat ja hyvinvointialan yritykset

RYHDIN-RAKENTAJA, PT-palvelut, ryhmäliikunta

Lisätiedot: Mari Honkala, p. 0400 448 227, mari.honkala@hovityo.fi

www.hovityo.fi

KANAVAN KUNTO, yksityinen kuntosali: kuntosaliohjausta, PT-palvelut

Lisätiedot: p. 044 091 1911, toimisto@kanavankunto.fi

www.kanavankunto.fi

HOTELLI TALLUKKA, yksityinen kuntosali, ohjattu vesiliikunta

Lisätiedot: p. 03 88 881, myynti@tallukka.fi

www.tallukka.fi

FAIRPRO, ravinto- ja kunto-ohjelmat

Lisätiedot: Olli Patja, p. 040 584 0840, olli.patja@fairpro.fi

www.fairpro.fi

VAAKSYN JOOGASALONKI

Lisätiedot: Linda Taakala, p. 044 282 0108

www.joogasalonki.fi

PHYSIOPILATES-KURSSIT ASIKKALASSA

Lisätiedot:

Heidi Saarelma (fysioterapeutti, PhysioPilates-ohjaaja, Physio Trainer)
saarelma.heidi@gmail.com, p. 040 823 5782

AKTIIVINEN ASIKKALA

Asikkalan kunnan hyvinvointipalvelut	20
Yhdistykset, seurat, järjestöt, ym.	24
Asikkalan 4H -yhdistys	24
Aurinkovuoren Vartijat ry	24
Asikkalan kamarkuoro Cantus Aquae	25
Asikkalan luonnonsivistävät ry	25
Asikkalan Pelastakaa Lapset ry	26
Asikkalan seudun musiikkiopiston kannatusyhdistys	26
Asikkalan Taitelijaseura ry	27
Asikkalan evankelisluterilainen seurakunta	27
Haiket Kopsut ry	28
Kanavan koirakilta ry	28
LINKKU	28
Päijät-Hämeen hyvinvointikuntayhtymä	29
SPR Asikkalan osasto	29
Urajärven kartanon ystävät ry	29
Vanhan Vääksyn kehittämisyhdistys ry	30
Vääksyn Helluntaiyhdistys ry	30
NNKY	30
Vääksyn Olkkari ry	31
Wellamo-opisto	31



Asikkalan Hyvinvointipalvelut
Asikkalantie 14, 17200 Vääksy
saila.juntunen@asikkala.fi
p. 044 778 0022

20

Asikkalan kunnan hyvinvointipalvelut

Yksi Asikkalan kunnan visioista on hyvinvoivat kuntalaiset. Kunnan hyvinvointipalvelut pyrkii omalta osaltaan tähän tavoitteeseen edistämällä kuntalaisten hyvinvointia ja terveyttä, vähentämään siihen liittyvää eriarvoisuutta, vahvistamaan kuntalaisten osallisuutta sekä kaventamaan terveyseroja.

Hyvinvointipalveluihin kuuluvat liikunta- ja terveydenedistämispalvelut, kirjasto- ja kulttuuripalvelut, nuorisopalvelut sekä kunnalle kuuluvat ikääntyneiden palvelut. Hyvinvointipalvelut kuuluu hyvinvointilautakunnan vastuulle. Hyvinvointipalveluiden johtajana toimii Matti Kettunen ja hyvinvointikoordinaattorina Salla Juntunen.

Hyvinvointipalveluiden lisäksi muut kunnan hallinnon alat sekä kunnassa toimivat yhdistykset, seurat, järjestöt ja muut tahot tekevät merkittävää hyvinvoinnin- ja terveydenedistämistyötä.



AKTIIVINEN ASIKKALA 2018 - 2019

Liikuntapalvelut

www.asikkala.fi → Liikunta ja Vapaa-aika

Liikuntapalveluiden toimisto sijaitsee Asikkalan liikuntahallin ylimmässä kerroksessa Aurinkovuoren kupeessa, Asikkalantie 14.

OHJATTUJEN LIIKUNTARYHMIEN LISÄKSI:

Apuu liikkumisen aloittamiseen tai lisäämiseen:

- Maksuton liikuntaneuvonta kaikenikäisille kuntalaisille mm. liikunnallisen elintapamuutoksen tukena.
- Iloa arkeen -ryhmäliikuntaneuvonta opiskelijayhteistyönä. Kuusi maksutonta tapaamiskertaa lokakuusta 2018 alkaen.

Perheiliikuntavuorot Asikkalan liikuntahallilla sekä yleisöuisteluvuoro jäähallilla sunnuntaisin maksutta asikkalalaisille.

Kunnan maksuton kuntosaliliikuntahallin yhteydessä yli 15-vuotiaalle.

Huom. 12-15 -vuotiaat huoltajan valvonnassa
Osoite: Asikkalantie 14

Lisäksi Liikunnalliset tapahtumat ja kampanjat

Yhteystiedot:

liikuntaneuvonta@asikkala.fi
liikunnanoajaajat@asikkala.fi

Elise Kettunen
p. 044 778 0773

Maria Pennanen
p. 044 778 0021

Aku Laaksonen
p. 044 778 0015

Uusi ilmoittautumisohjelma,
voit tutustua jo etukäteen!



Asikkalan liikuntahalli/urheilukeskus



AKTIIVINEN ASIKKALA 2018 - 2019

21

Kirjasto

www.asikkala.fi → Kirjasto

Asikkalan kirjastosta tietoa, etämyksiä ja ajanvietettä! Kirjojen lisäksi voit lainata esimerkiksi äänikirjoja, elokuvia, musiikkia, nuotteja, lehtiä, konsolipelejä, lautapelejä ja liikuntavälineitä. Tilat ovat käytettävissä viihtymiseen, opiskeluun ja työskentelyyn.

- Kirjat kotiin toimittava kirjassipalvelu on tarkoitettu niille asikkalalaisille, jotka eivät itse pääse kirjastoon ja joilla ei ole perheenjäseniä tai muita läheisiä hotamassa kirjastoasioita.
- Lukemisesteisillä on mahdollisuus saada tunnukset Celiaan äänikirjapalveluun.
- Kirjastossa voi tulostaa, kopioida ja skannata sekä työskennellä omalla koneellasi tai kirjaston asiakaspöydällä. Kirjastossa on myös kaksi iPadia esimerkiksi e-lehtien lukemista varten.
- Kirjaston digitointipisteellä on mahdollisuus VHS-kasettien, C-kasettien, LP-levyjen, valokuvien, diakuvien sekä negatiivien omatoimiseen digitointiin.
- Voit varata kirjastosta tilan omalle näyttelylle.
- Lapsille järjestetään satutunteja ja kirjastossa on myös lukukoiratoimintaa. Nuorille on oma pelinurkka. Kirjastolla on yhteistyösuunnitelmat koulujen ja varhaiskasvatuksen kanssa.
- Kirjasto järjestää säännöllisesti tapahtumia, joista tiedotetaan esimerkiksi Asikkalan kunnankirjaston Facebook-sivujen kautta. Voit myös tarjota omaa tapahtumiasi kirjastoon.

Asikkalan kirjasto
Asikkalantie 21
17200 Vääksy
kirjasto@asikkala.fi
p. 044 778 0741

Avoimena
ma-to klo 12-18
pe klo 10-18
la (1.9.-30.4.) klo 10-14

Omaoimikirjasto
avoimena joka päivä klo 7-21



22

AKTIIVINEN ASIKKALA 2018 - 2019

Nuorisopalvelut

www.asikkala.fi → Lapsen, nuoret ja koulutus

Nuorisotalo Nuokku sijaitsee Aurinkovuoren koulun yhteydessä osoitteessa Asikkalantie 12. Nuokku järjestää kerhoja, retkiä ja tapahtumia sekä vuokraa välineistöä. Nuorisotalotoiminta on maksutonta - kerhoista, retkistä ja tapahtumista voidaan periä pieni maksu. Nuokku aukeaa syyskuulla 20.8.2018.

Nuokun aukioloajat

Maanantai	klo 14-19	Nuokku 13-17-vuotiaille
Tiistai	klo 12-16	Nuokku 9-12-vuotiaille
Keskiviikko	klo 14-18	Nuokku 13-17-vuotiaille
	klo 14.30-16	Kokkikerho 9-12-vuotiaille
Torstai	klo 14-16	Nuokku 9-12-vuotiaille
	klo 16-18	Lautapelikerho
Perjantai	klo 16-21	Nuokku 13-17-vuotiaille

Nuokun vuokrattavat

Nuorisopalveluilta on vuokrattavissa sumopuvut, retkeilytarvikkeita sekä äänentoistovälineistöä. Nuorisotilojen alakerrasta löytyy bänditila ja nykyaikainen studiovälineistö. Bänditila on asikkalalaisille nuorille käytössä maksutta nuorisotilojen aukioloaikoina, muina aikoina sopimuksen/hinnaston mukaan.



Asikkalan nuorisopalvelut



asikkalannuorisopalvelut

Yhteystiedot:

Daniel Suopelto
p. 044 778 0238

Henna
Rautavuori-Hätönen
p. 044 778 0256

Nuorisovastaava
Milla Maari Hämäläinen
044 778 0250



AKTIIVINEN ASIKKALA 2018 - 2019

23

Asikkalan 4H -yhdistys

Asikkalan 4H -yhdistys järjestää kerhoja, leirejä, työpalveluita sekä tapahtumia. Syksyllä järjestettävistä kerhoista ovat perhesirkus sunnuntaisin klo 10–12 ja Temppuikerho Parkour 6–10-vuotiaille perjantaisin klo 14.15–15.15. Muita kerhoja ovat esim. heppakerho, animekerho sekä musiikki-teatteri.

Kerhot alkavat syyskuun alussa ja ne on tarkoitettu 6–12-vuotiaille, perhesirkus kaikenikäisille.

Lisätietoja kerhoista ja muista ajankohtaisista asioista: asikkala@4h.fi

www.facebook.com/NeljaH, www.asikkala-4h.fi



Aurinkovuoren Vartijat ry

Aloita elämäsi seikkailu ja lähde mukaan partioon!

Mitä kuulostavat lettujen paistaminen iltanuotilla tai teltassa nukkuminen kavereiden kanssa? Partio on hauska ja monipuolinen harrastus, jossa voi tehdä ja kokea melkein mitä vain!

Lippukuntamme Aurinkovuoren Vartijoihin ovat tervetulleita mukaan kaikki ekaluokkalaista alkuisiin. Viikoittaiset ryhmien kokoukset jatkuvat jälleen elokuun lopussa. Meillä kokoontuu 4–5 eri-ikäisten ryhmää, pääosin Vääksyssä.

Lisätietoja: www.avry.com, lippukunnanjohtaja Laura Lettenmeier, laura.l@phnet.fi



24

AKTIIVINEN ASIKKALA 2018 - 2019

Asikkalan Pelastakaa Lapset ry

Pelastakaa Lapset järjestää Asikkalassa perhetuotoimintaa vapaaehtoisvoimin.

Perhetupa on kohtaamispaikka, missä perheillä on mahdollisuus tavata toisia lapsiperheitä ja saada vertaistukea. Ajankohtaisia kuulumisia perhetuotoiminnasta voit seurata www.facebook.com/Perhetupa Vääksy.

Lisätietoja: www.asikkala.pelastakaa-lapset.fi
vapaaehtois toimija Päivi Kantola
p. 040 593 7230



Asikkalan seudun musiikkiopiston kannatusyhdistys

Asikkalan seudun musiikkiopisto on ainoa laajaa musiikkitaiteen perusopetusta järjestävä oppilaitos Asikkalassa. Opetamme klassista- ja rytmimusiikkia sekä pop-jazz -laulua. Instrumenttivalikoimaamme kuuluu vaski- ja puupuhallimet, akustinen- ja sähkökitara, sähköbasso, lyömä- ja jousisoittimet, harmonikka ja piano.

Tarjoamme mahdollisuuksia yhdessäoppimiseen orkesterissa, yhteisissä, bändeissä ja leireillä sekä räätäilyä opiskelua myös aikuisille. Opistossamme on tarjolla musiikin varhaiskasvatusta, musiikin perusteita sekä taiteen perusopetuksen piiriin kuuluva nuorisoteatteri. Järjestämme seudulla konserteja ja tapahtumia, joihin on kaikilla vapaa pääsy.

Opistossamme on jatkuva haku, kysy vapaista paikoista!

Lisätietoja: p. 044 084 0136
opisto@asikkalanseudunmusiikkiopisto.fi



Asikkalan Taiteilijaseura ry

Asikkalan Taiteilijaseura toimii kunnan kuvataiteilijoiden yhdysseisenä sekä edistää ja tukee kuvataideharrastusta kunnan alueella näyttelyitä järjestämällä.

Taiteilijaseura järjestää kesä-heinäkuussa jäsenen yhteisnäyttelyn, ja vuoden varrella muita näyttelyitä sekä opetustoimintaa. Taidevintillä voi pitää omia näyttelyitä niin seuraan kuuluvien kuin muiden taiteilijain. Seuraan voi liittyä Taidevintillä saatavilla lomakkeilla tai ottamalla yhteyden seuran puheenjohtajaan.

Otamme mielellämme uusia jäseniä seuraan.

Lisätietoja: www.facebook.com/AsikkalanTaiteilijaseura
puheenjohtaja Rauni Mäkinen, p. 040 8211 443, saram@phnet.fi



26

AKTIIVINEN ASIKKALA 2018 - 2019

Asikkalan kamarikuoro Cantus Aequae

Asikkalan kamarikuoro Cantus Aequae on perustettu vuonna 2005, kuoro toimii Wellamo-opiston alaisuudessa. Kuoro harjoittelee 3.9. alkaen maanantaisin klo 18–20.30 musiikki- luokassa Aurinkovuoren koululla (Asikkalantie 12). Kuoroa johtaa Jaak Luts.

Syksyllä kuoro aloittaa uuden ohjelmiston parissa, joten uudetkin laulajat pääsevät hyvin mukaan. Uusi ohjelmisto toteutetaan yhdessä Sysmän kamarikuoron kanssa.

Lisätietoja: www.facebook.com/AsikkalanKamarikuoroCantusAequae, mija.kungas@gmail.com



Asikkalan kamarikuoro Cantus Aequae'n maakuntalaulukonsertti Sysmän Teatteritalolla 2017.



Asikkalan kamarikuoro Cantus Aequae ja Sysmän kamarikuoro Veronan kuorofestivaaleilla Italiassa 2013. (Kuva J-P Rantanen).

Asikkalan luonnonystävät ry

Koe elämyksiä luontoretkeillä, joilla asiantuntevat oppaat jakavat luontotietoutta.

Talkoilla parannamme ympäristöä: kinostalkoilla kolaamme norppile pesäkinoksia, kitkemistalkoilla torjumme haitallisia vieraslajeja ja sivoustalkoilla keräämme roskia luonnosta. Seuraa Asikkalan luonnonystävien Facebook-sivuja, kauppojen ilmoitustauluja tai ilmoittaudu Asikkalan luonnonystävien sähköpostilistalle. Voit liittyä myös jäseneksi.

Tervetuloa mukaan!

Lisätietoja: puheenjohtaja Juha Kampilla, p. 0500 205585, kampilla.jam@pp.phnet.fi



Asikkalan luonnonystävät Ronkasaaren seutuvilla Etelä-Saimaalla norppien apukokkien kolausretkeillä.

AKTIIVINEN ASIKKALA 2018 - 2019

25

Asikkalan evankelisuteriläinen seurakunta

Asikkalan seurakunnan toimintaa lapsille ja perheille:

- Päiväkerhoryhmiä 3–5 v. lapsille Kivrinteen seurakuntakodilla, EL-Korilla, Vesivehmaalla ja Iso Äiniöllä
- Metsämömi-kerho 4–5 v. lapsille tiistaisin klo 12.30–15 Kivrinteen seurakuntakodilla. Kerho vietetään ulkona luonnossa leikkien, luontoon tutustuen ja eväitä syöden.
- Perhepiirejä vanhemmalle ja lapselle Kivrinteen seurakuntakodilla (keskiviikkoihin) sekä EL-Korilla (joka toinen tiistai)
- Perhekerho lapsia ja heidän vanhemmilleen tai isovanhemmilleen Kivrinteen seurakuntakodilla 17.8. alkaen perjantaisin klo 9.30
- Avoin kerho kaikille vauvasta vaariin EL-Korilla 16.8. alkaen torstaisin klo 9–11
- Naisten saunailta pienten lasten äideille kerran kuussa
- Syksyn leiripäivä perheille Kivrinteen pe 7.9.2018
- Kekkerit perheille EL-Korilla Lapsen oikeuksien päivänä ti 20.11.2018

Asikkalan seurakunnan toimintaa kouluikäisille:

- Kerhotoimintaa: mm. kokki-kerho, liikuntakerho, puuhailukerho
- Leiritoimintaa: Kummien ja kummilasten puuhapäivä 1.9.2018, Sysyleiri 19.–21.10.2018

Asikkalan seurakunnan toimintaa nuorille:

- Nuorten illat tiistaisin Ellillä (EL-Kori)
- Leffaillat kerran kuussa Ellillä

Diakoniatyön toimintaa Majjan kammarilla:

- Ikäihmisten lenkkiporukka 4.9. alkaen joka tiistai klo 12
- Lähimmäisen kamari 20.9. alkaen joka torstai klo 12–14, ohjelmallinen iltapäivä ikäihmisille.

Kirkkokuoro

Kaikki ovat sydämellisesti tervetulleita iästä ja taitotasosta riippumatta. Kirkkokuoroa ohjaa ja "komentaa" pilke silmäkulmassa kanttori Leena Kanninen.

Asikkalan kirkkokuoro harjoittelee Asikkalan kirkossa 30.8. alkaen keskiviikkoihin klo 18–20.

Lisätietoja: leena.kanninen@evl.fi, p. 044 7766 205

Tarkempia tietoja seurakunnan toiminnasta eri kohderyhmille sekä kerhoaikatauluista ja ilmoittautumisista löydät nettisivuiltamme www.asikkalanseurakunta.fi



AKTIIVINEN ASIKKALA 2018 - 2019

27

Haikeet Kopsut ry

Musiikkiteatteria vuodesta 1988 lähtien

Toimintakausi alkaa syyskuussa. Kauden aikana järjestetään erilaisia näytelmiä syventäviä draama- ja ilmaisuharjoituksia, lisäksi kevään 2019 musiikinäytelmän valmistaminen.

Toivottaa uudet jäsenet tervetulleiksi musiikkiteatterimme!

Lisätietoja:
www.facebook.com/Musiikkiteatteri Haikeet Kopsut
Päivi Sirén-Heikkinen, p.044 213 0622



Kanavan koirakilta ry

Kanavan koirakilta on Asikkalassa toimiva koiraharrastusseura.

Seura tarjoaa jäsenilleen harjoittelumahdollisuuksia ja koulutusta erityisesti agiliteetin parissa. Lisäksi seura järjestää seuran ulkopuolisille avoimia lyhytkursseja, kuten erilaisia lajikkurssia sekä koirien arkikäyttäytymiseen liittyviä kurssseja. Harjoittelupaikkana on Koulutuskeskus Salpauksen maneesi Asikkalan kirkonkylässä osoitteessa Laurellintie 55, 17320 Asikkala.

Lisätietoja tulevista koulutuksista
www.kanavankoirakilta.fi ja
www.facebook.com/Kanavan Koirakilta ry



LINKKU

LINKKU on Päijät-Hämeessä kiertävä hyvinvointi-palveluja tarjoava liikkuva toimipiste eli palvelubussi. Ideana on tarjota alueen asukkaalle mutkattomasti monenlaisia terveys- ja hyvinvointipalveluja. LINKKU pysähtyy myös Asikkalassa!

Aikataulut ja palvelut www.linkku.fi



28

AKTIIVINEN ASIKKALA 2018 - 2019

Vanhana Väaksyn kehittämissyhdystys ry

Vanhana Väaksyn kehittämissyhdystys järjestää tapahtumia Vanhana Väaksyn alueella, työskentelee alueen kulttuuriperinnön tallentamisen ja säilyttämisen puolesta, on mukana kehittämässä aluetta ja pitää yhteyttä viranomaisiin aluetta koskeissa asioissa. Yhdistys hoitaa ja ylläpitää Norriniin puistoa Vanhassa Väaksyssä.

Vapaaehtoisia kaivataan jatkuvasti mukaan toimintaan, tervetuloa!

Lisätietoja:
puheenjohtaja Sari Kolsi, sari.kolsi@gmail.com, p. 044 777 2797

Väaksyn Helluntai-ilähtelys ry

Seurakunnassa tarjolla monenlaista, kaikille avointa yhteisöllistä toimintaa, kuten: seurakunnan kuoro ja musiikkiryhmä, senioritoiminta, miesten- ja naistenpiirit ja raamattukoulu.

Lapsille monimuotoista toimintaa mm.: Jippii-kuoro, Mix.kerho, pyhäkoulu ja leirit, ja Kids action night.

Lisätietoja:
www.vaaksynhelluntaiskr.fi, Petri Mielonen p.044 0956 956

Väaksyn NNKY

Väaksyn Nuorten Naisten Kristillinen Yhdistys ry on osa Suomen NNKY:n liittoa ja kansainvälistä, ekumeenista naisten ja tyttöjen liikettä. Yhdistys järjestää Väaksyssä naisten virkistysviikonloppuja, erilaisia tapaamisia, koulutuksia, ryhmätoimintaa ja retkiä.

Esimerkiksi kansainvälisenä naistenpäivänä järjestämme perinteisen kirjaillavierailun kirjastolla ja kokonamme kuukausittain toistemme kodeissa virsi- ja viini-iltoihin. Syyskauden toimintamme aloitamme elokuussa vieraillemalla luomutilalla Lammin Evolla ja viettämällä saunailtaa "Voimasisko"-teemalla.

Jäsenhinta 30 euroa, sisältäen Näkyvä Nainen -lehden vuosikerran, jäsenalennukset sekä jäsenetuhinnat hotelli Helkassa Helsingissä ja Keimiotunturin majalla Muoniossa.

Monipuoliseen toimintaan voivat osallistua myös miehet, sillä meillä toimii myös miesjaosto.

Tervetuloa mukaan!

Lisätietoja:
sihteeri Riitta Lauttamus, riitap4@gmail.com
rahaostonhoitaja Pirjo Ala-Hemmilä, pirjo.alah@gmail.com, p. 050 401 0393
puheenjohtaja Eija Huovinen, eijamirja.huovinen@gmail.com



30

AKTIIVINEN ASIKKALA 2018 - 2019

Päijät-Hämeen hyvinvointikuntayhtymä

Ikäntyneiden palvelut ja kuntoutus

Ikäntyneiden avointa päivätoimintaa järjestetään Palvelukeskus Olttermannissa tiistaisin klo 9.00–11.00 ja klo 12.00–14.00. Kausi alkaa 7.8.2018.

Ohjelmassa on mm. liikuntaa, kädentaitoja ja taidetta, musiikkia, tietoisuuksia ja perinnettä.

Lisätietoja: p. 044 778 0343

SPR Asikkalan osasto

Tervetuloa mukaan SPR Asikkalan osaston monipuoliseen toimintaan!

Ea-ryhmä aloittaa syyskauden kokoontumiset ma 3.9.2018 klo 17.30.
Nuorsoryhmän ensimmäinen syyskauden kokoontuminen to 6.9.2018 klo 17.30.
Ryhmiät SPR-talolla, Sulkumiehentie 6, Vääksy.
Mukaan voivat tulla kaikki yli 12 vuotta täyttäneet.

Lisätietoja:
asikkalanosasto@gmail.com tai Pasi Murto, p. 040 063 6555

Urajärven kartanon ystävät ry

Urajärven kartanomuseo Urajärven kylässä samannimisen järven rannassa on monipuolinen retkikohde koko kunnan asukkaalle.

1928 perustettu museo on auki keväästä syksyyn, ja sinne pääsee tutustumaan tasa-tunnein alkavilla opastetuilla kierroksilla. Alue on vapaasti käytettävissä ympäri vuoden.

Lisäksi mm.
- Teemaopastukset ja -ohjelmat
- Työpajoja ja tapahtumia
- Lasten kartanopäivät ja kummustuskirokset

Kartanolle otetaan vastaan myös ryhmiä.

Lisätietoja:
www.urajarvenkartanonystavat.fi
urajarvenkartano@phnet.fi, p. 044 239 0750



AKTIIVINEN ASIKKALA 2018 - 2019

29

Väaksyn Olkkari ry

Väaksyn Olkkari on perustettu yhteisöllisyyden lisäämiseksi Asikkalassa.

Yhdistys pyrkii Väaksyntie 4:ssä yhteisökahvilaan, jonne ovat kaikki tervetulleita viettämään aikaa kahvion aukioloaikoina. Kaksi kertaa viikossa yhdistyksen vapaaehtoiset pitävät kahvion tiloissa nuorten iltoja. Tietoja aukioloajoista saa kahvioilta ja Väaksyn Olkkarin Facebook-ryhmästä.

Vapaaehtoisia otetaan mielellään mukaan toimintaan!

Uusia toimintamutuja voidaan kehittää vapaaehtoisten kiinnostuksen mukaisesti.

Lisätietoja: puheenjohtaja Sari Kolsi, sari.kolsi@gmail.com, p. 044 777 2797

Wellamo-opisto

Ilmoittautuminen Wellamo-opiston ryhmiin käynnistyy tiistaina 14.8. taide- ja taitoaineilla. Katso tarkempi aikataulu nettisivuiltamme tai koteihin jaettava opetusohjelmasta.

Taiteen perusopetus/musiikki lapsille ja nuorille, hakuaika 17.8. saakka
Pianon lisäksi uusina soittimina kitara ja rummut/lyömäsoittimet

Lapsille ja nuorille

Bändiryhmä – Taidepaja – Keramiikkakerho – Ohjelmointia – Robokoodereita
Nykytanssia – Lastentanssia – Ballettia – Dansemixia

Kaikille kiinnostuneille kursseja esim.

- Liikunta, tanssi ja terveys: kahvakuula, kuntorytkäily, lavatanssi ja aikuisbaletti
- Musiikki: ukulele
- Kielet: italia, espanja, venäjä, englanti
- Näytämöilmaisu
- Käsiyty: kehruukurssi, ompelu, nallekurssi
- Puutarha
- Kuvataide: aikuinen ja lapsi, piirustus ja maalaus
- Yhteistyöluento: Autismin kirjon oppilas koulussa

Lisätietoja: www.wellamo-opisto.fi



Asikkalassa toimii lisäksi useita kyläyhdistyksiä, kylätoimikuntia, marita- ja asukas-yhdistyksiä sekä muita seuroja, järjestöjä ja yhdistyksiä.
Lisätietoja ja linkkejä yhdistysten omille sivuille löytyy Asikkalan kunnan sivuilta:
www.asikkala.fi/toimiva-asikkala/
Lisätietoja vapaaehtoistoiminnasta www.phvapaaehtoistoiminta.fi/

AKTIIVINEN ASIKKALA 2018 - 2019

31

Liikkumaan siis, iästä viis!

Pyöräile Pulkkilanharjulle!

Pistä pelit käyntiin Kalkkisissa!

Valloita puistoja!

Retkeile Aurinko-Ilves yhdysreitillä!

Kilpeile Koulunmäen lähiliikunta-alueella!

Valloita Aurinkovuoren rappuset!

Kuntoile Vesivehmaalla!

Retkiluistele Vesijärvellä!

Maastopyöräile Pasolanharjulla!

Heitä frisbeetä Kalmarinrannassa!

Asikkala

Asikkalan Hyvinvointipalvelut 2018 ©



SISÄLTÖ

HYVINVOINTIPALVELUT

Päivätoimintaviikot	2
Leirit	3
Action-päivät	3
Värikuulasota	3
Kesän toimintapäivät	3
Retket	4

4H-PÄIVÄLEIRIT

Heppapäiväleiri	5
Päiväleiri Salpauksella	5

SEURAKUNNAN KINISMAJAN LEIRIT KOULUIKÄISILLE

	5
--	---

PADASJOEN UIMAKOULUT

	5
--	---

KANAVAGOLF

Opetus junioreille	6
Pro Roby Golfklinikka	7

ASIKKALAN RAIKAS

Raikkaan urheilukoulu	8
Telinevoimistelu	8

FC KUUSYSIN HELMI-FUTISKOULU

	9
--	---

SPORTTITANSSPÄIVÄ

	10
--	----

NUOKKU

	10
--	----

VUOKRATTAVAT

	11
--	----

BÄNDITILA / STUDIO

	11
--	----

Pitämmme oikeuden muutoksiin.



PÄIVÄTOIMINTAVIIKOT

Ikä: 7-9 v.
Hinta: 50 € / viikko, sisältää lounaan ja pienen välipalan

Päivätoimintaviikot tarjoavat monipuolista ja hauskaa toimintaa päivittäin klo 9.00-15.00. Kaikki päivätoimintaviikot järjestetään Aurinkovuoren koulun ruokun tiloissa.

Tule mukaan seikkailemaan ja touhuamaan iloisessa seurassa!

PÄIVÄTOIMINTAVIIKKO 1

Tutkien ja rakennellen -tiede- ja tutkimusleiri

Aika: ma 4.6.-pe 8.6.

Hullu Tiedemies valloittaa Asikkalan! Tule Hullun Tiedemiehen matkaan mm. rakentamaan avaruusraketteja, tekemään tiedekokeiluja ja slimeä sekä askartelemaan purkautuva tulivuori.

PÄIVÄTOIMINTAVIIKKO 2

Pelaten ja touhuten -peli- ja toimintaleiri

Aika: ma 11.6.-pe 15.6.

Leirillä ei istuta ruudun ääressä, vaan tuodaan pelit elävään elämään. Leikkien, askartelujen ja seikkailun kautta pääset tutustumaan mm. Nerfin, Minecraffin, Animen ja erilaisten pelien maailmaan.

PÄIVÄTOIMINTAVIIKKO 3

Lotraten ja läträten -liikunta & vesileiri

Aika: ma 30.7.-pe 3.8.

Tällä päiväleirillä hakeudutaan veden äärelle, liikutaan ja leikitään, tutkitaan ja askartellaan! Purjehditaan, uidaan, tehdään kaamalaivoja ja hyödynnetään upeiden vesistöjen läheisyyttä mahdollisimman monin eri tavoin.

LEIRIT

Luonto- ja kalastusleiri

Aika: ti 19.6–ke 20.6.

Hinta: 20 € / hlö, sisältää kuljetukset, ruoat, yöpymisen ja toiminnot

Yhden yön leiri järjestetään leirikeskuksessa Salonsaarella. Leirillä mahdollisuus kalastaa (voit ottaa omat kalastusvälineet mukaan), meloa kanooteilla ja kajakeilla, uida, saunoa ja viettää rennosti aikaa luonnon äärellä. Ilta-pala (nuotiolla), aamupala ja tiistain päivällinen valmistetaan yhdessä. Tiistain ja keskiviikon lounas tuodaan valmiina paikanpäälle. Leiri on tarkoitettu yläasteikäisille nuorille. Yöpyminen sisältöissä leirikeskuksessa tai vaihtoehtoisesti ulkona teltassa. Oma makuupussi ja linavaatteet mukaan.

Lähtö ti 19.6 klo 10.00 Aurinkovuoren koulun edestä ja paluu keskiviikkona 20.6 klo 16.00.

ACTION-PÄIVÄT

Aika: ke 6.6. klo 12.00–14.00 Kalkkisten koulun kenttä
to 7.6. klo 12.00–14.00 Vesivehmaan koulun kenttä
ke 13.6. klo 12.00–14.00 Länsi-Asikkalan koulun kenttä

Tule mukaan pelaamaan Nerf-aseilla, kokeilemaan tarkkuusammuntaa väänkuula-aseella, testaamaan jousiamuntaa ja muuten vaan liikkumaan! Nerf-peleihin tehdään oma pelialue, jossa myös suojaesteitä. Voit halutessasi ottaa oman Nerf-aseen mukaan. Action-päivät ovat maksuttomia ja suunnattu kouluikäisistä yöspäin. Ei ennakkoilmoittautumista.

VÄRIKUULASOTA

Aika: to 14.6. klo 12.00–14.00 Aurinkovuori

Hinta: 3 € / hlö, maksetaan käteisellä paikan päällä

Tule mukaan pelaamaan värikuulasotaa. Päivä on tarkoitettu yli 12-vuotiaille.

Kokoontuminen Aurinkovuoren laavulla ensimmäisellä ryhmällä klo 12.00 ja toisella ryhmällä klo 13.30. Yhtein ryhmään mahtuu kerralla 10 pelaajaa. Ilmoittaudu vain yhteen ryhmään, jotta kaikki halukkaat mahtuvat mukaan. Pelaajaa noin 1 tunti 15 min/ryhmä. Ota mukaan suojaavaa vaatetta, pipo, somikkaat, lenkkarit ja juomapullo. Haalarin ja suojamaskin saat järjestäjältä.

KESÄN TOIMINTAPÄIVÄT

Hyvinvointipalvelut järjestää kesäkuussa tiistaisin ja torstaisin kaikille avointa toimintaa.

Luvassa mm. pihäsählyä, rannalla touhuamista, laavuulua sekä paljon muuta.

Nuorisopalveluiden some-kanavilla tiedotetaan lähempänä tarkemmat tiedot aikatauluista ja toiminnoista.

ASIKKALAN LASTEN JA NUORTEN KESÄ 2018

3



Linnanmäki

RETKET

Linnanmäki

Aika: ma 18.6.

Hinta: 40 € / hlö, sisältää kuljetukset sekä rannekkeen

Porukalla Lintsille! Lähdä yksin, kaverin kanssa tai vaikka koko perheen voimin huvipuisto-reissulle. Linja-auto nappaa porukan mukaan Aurinkovuoren koululta aamulla kello 9.00 ja paluumatka aloitetaan kello 15.00.

PuuhaPark Vihti -retki

Aika: 27.6.

Hinta: 26 €, sisältää kuljetuksen ja sisäänpääsyn

Koko päivän retki PuuhaParkiin, jossa luvassa on liikunnan riemua raikkaassa ulkoilmassa! Alle kouluikäiset retkelle mukaan oman huoltajan kanssa, muuten retki sopii kaikenikäisille, lapsille, nuorille ja aikuisillekin!

Lähtö Aurinkovuoren koulun edestä klo 8.30 ja paluu noin klo 17.00.

PuuhaParkissa on mahdollisuus ruokailuun seisovassa pöydässä (7,90 €) sekä puiston ravintolassa ja kahviloissa. Retki toteutuu, mikäli lähtijöitä on vähintään 30.

Ideapark

Aika: la 4.8.

Hinta: 10 € / hlö, sisältää kuljetukset

Shoppailureissu Suomen suurimpaan ostoskeskukseen Lempäälän Ideaparkiin! Sieltä löydät lukuisia eri myymälöitä, ravintoloita sekä muun muassa oman sisähuvipuiston!

Linja-auto nappaa porukan kyytiin aamulla klo 9.00 Aurinkovuoren koululta ja paluumatka alkaa klo 17.00.

ILMOITTAUTUMINEN
HYVINVOINTIPALVELUIDEN
TOIMINTOIHIN 7.5.-25.5.

<https://www.asikkala.fi/vapaa-aikatoimen-ilmittautuminen/>

Lisätietoja:

Millamaari Hämäläinen p. 044 778 0250
Maria Pennanen p. 044 778 0021

Asikkalan Nuorisopalvelut



4



ASIKKALAN LASTEN JA NUORTEN KESÄ 2018



4H

4H-PÄIVÄLEIRIT

Heppäpäiväleiri Pyrylässä

Aika: ma 18.6.–to 21.6. klo 10.00–15.00

Päiväleiri Salpauksella

Aika: ma 25.6.–pe 29.6. klo 10.00–15.00

Ilmoittautumiset ja lisäkysymykset:
asikkala@4h.fi

SEURAKUNNAN KINISMAJAN LEIRIT KOULUIKÄISILLE

Kesäleiri

Aika: ti 12.6.–to 14.6.

Musaleiri

Aika: ma 25.6.–ke 27.6.

Lisätietoja leireistä ja ilmoittautumisohjeet:
www.asikkalanseurakunta.fi/osallistu/kouluikäiset/leirit-ja-tapahtumat

PADASJOEN UIMAKOULUT

Lapsi-aikuinen -uimakoulu, 6 kertaa

Aika: 14.5.–30.6. maanantai- ja keskiviikkoittaisin klo 18.00–18.45

Paikka: Padasjoen uimahalli

Hinta: 25 €/lapsi + normaalit uintimaksut, sisarhinta 20 €

Uimakoulu pidetään Padasjoen uimahallissa, uimahallin henkilökunnan ohjaamana. Huomioithan, että huoltaja on mukana altaassa lapsen kanssa altaan syvyydestä johtuen. Uimakoulumaksut suoritetaan paikan päällä. Padasjoen uimahalli järjestää myös muita uimakouluja tarpeen mukaan.

Tiedustelut ja sitovat ilmoittautumiset:
Suoraan Padasjoen uimahallin valvontaan p. 044 720 2052

ASIKKALAN LASTEN JA NUORTEN KESÄ 2018

5



OPETUS JUNIOREILLE

Kanavagolfissa junnut voivat treenata läpi kesän ohjatuissa ryhmissä.

Starttiryhmä junioreille lauantaisin klo 10.00–11.00 koko kesän 5.5.–25.8.

Starttiryhmä on tarkoitettu niille junnuille, joille golf on vielä uutta. Kerran viikossa kokoontuvassa ryhmässä tutustutaan golfin hauskalla tavalla oppien uusia taitoja.

Ryhmä on tarkoitettu golfharrastuksen aloittaville yli 4-vuotiaille junioreille. Osallistujat jaetaan useampaan ryhmään ikäryhmittäin tai junioreiden toiveiden mukaisesti. Tavoitteena on pitää hauskaa golfin ja muun oheisliikunnan parissa sekä oppia uusia taitoja. Ohjaajana toimivat seuran junioriohjaajat Keijo "Keke" Matilainen, Rauli Parjanne ja Carrine Cham. Yritämme saada välillä myös vieraleviä tähtiä paikalle.

Osallistuminen koulutustoimintaan edellyttää seuran jäsenyyttä.

Ilmoittautuminen 1.5. mennessä:
www.kanavagolf.com/junnujen-ilmoittautuminen-starttiryhmaan/

Kanavagolfin Junioriohjelma

Kanavagolf Vääksy ry järjestää kaudella 2018 Junioriohjelman. Nyt on Starttiryhmän jatkoksi tarjolla sopivaa ohjausta ja opetusta. Kaikki mukaan!

Opetus tapahtuu pääosin englannin kielellä, joten lapsilla on mahdollisuus kielikytpöyn ja lajisanaston vieraalla kielellä! Kauden pituus on 9 viikkoa. Seuraava yhdeksän viikon kurssi alkaa kesäkuun alussa. Kanavagolf sponsoroii kurssin seuran junioreille!

Lisäksi junioreilla on mahdollisuus hankkia Kanavagolfin Pro Ruby Chico-Kurteliukselta lisätunteja osana Junioriohjelmaa. Tunnit torstaisin klo 18.00 alkaen.

Hinta:
9 kertaa 1 h = 90 €
9 kertaa 1,5 h = 135 €

Ilmoittautuminen:
Suoraan Pro Ruby Chico-Kurteliukselle
ruby.chico@gmail.com



6

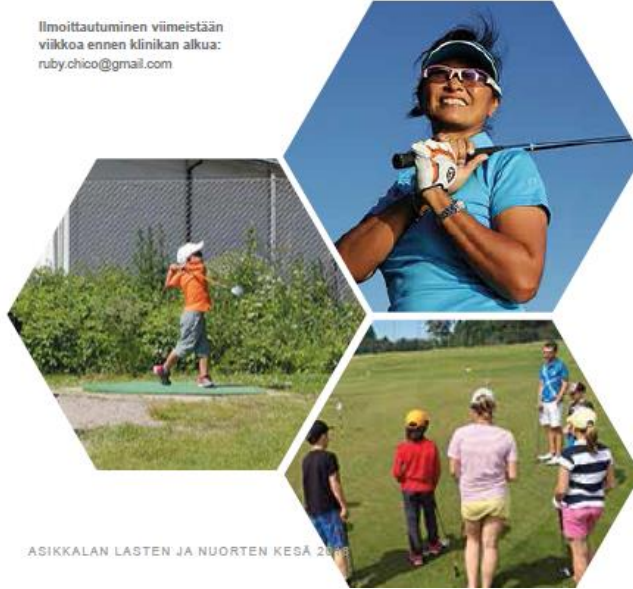
PRO RUBY GOLFKLINIKKA

Aika: la 14.7.–su 15.7. klo 10.00–14.00
Hinta: 90 €/hlö, sisältää ohjauksen, lounaat, välineet ja vakuutuksen

Kanavagolfin Pro Ruby Chico-Kurteelus järjestää heinäkuussa 14–21 -vuotiaalle Golfiklinikan. Kahden päivän aikana käydään läpi lyöntitekniikkaa uusimmilla laitteilla ja tehdään video-analyysia juniorin lyönnistä. Kaikki osallistujat vakuutetaan mahdollisen tapaturman tai muille aiheutuvien vahinkojen varalta.

Tervetuloa mukaan!

Ilmoittautuminen viimeistään
viikkoa ennen klinikan alkua:
ruby.chico@gmail.com



ASIKKALAN LASTEN JA NUORTEN KESÄ 2016

7



RAIKKAAN URHEILUKOULU

Aika: 15.5.–31.7. tiistaisin klo 17.30–18.30
Paikka: Vääksyn urheilukenttä
Kenelle: 4–12 -vuotiaille, lapset jaetaan iän mukaan ryhmiin, mukaan mahtuu noin 50 lasta

TELINEVOIMISTELU

Aika: maanantaisin 4.6.–30.7.
Paikka: Aurinkovuoren koulu
Telinetempuilla 9–12 -vuotiaille klo 15.30–16.30
Hauskanpitoa ja hikoilua, hyppyä ja telineitä tempuilla.
Telinevoimistelun alkeet 6–8 -vuotiaille klo 16.30–17.30
Ryhmässä käydään viikkosuunnitelman mukaisesti eri telineiden perusteet läpi, leikkiä unohtamatta.

Asikkalan Raikkaalla on tarjolla ryhmiä myös aktiivisesti yleisurheilua harrastaville ja kilpailemisesta kiinnostuneille lapsille ja nuorille. Näistä löytyy aikataulut ja lisätieto Asikkalan Raikkaan nettisivuilta www.asikkalanraikas.net

Valmennuksesta ja kilpailutoiminnasta kiinnostuneet voivat olla yhteydessä:
Tiina Virkkunen, p. 044 556 5007 tai
toimisto@asikkalanraikas.fi



8

ASIKKALAN LASTEN JA NUORTEN KESÄ 2016



FC KUUSYSIN HELMI-FUTISKOULU

Aika: 4.–15.6. klo 14.30 (arkisin), harjoituksen kesto 1 h
Paikka: Kanavapuisto
Ryhmät: Avoin kaikille 2007–2013 -syntyneille tytöille ja pojille
Ilmoittautuminen: http://fckuusysi.fi/?sivu=helmi_futiskoulut_2018
Tarjoushinta: 85 € (normaalisti 95 €), voimassa 27.5.2018 asti
Sisaralennus: Voimassa saman perheen lapsille. Ensimmäisestä osallistujasta täysi maksu, perheen muista lapsista sen jälkeen hinta -50 %.

Futiskoulun HELMI-lopputurnaus pelataan erillisen aikataulun mukaan Kisapuiston tekonurmella 18.–20.6.
Futiskoulun tarkoitus on tehdä jalkapallo tutuksi kaikille halukkaille, positiivisella ja hauskailla oteella, lähellä lapsen elinympäristöä. Ensikertalaiset tutustuvat lajin saloihin leikkien, kisaillen, pelaten ja ryhmässä toimien. Hieman vartuneemmille on luvassa enemmän pelaamista ja varsinaista lajiharjoittelua. Ilmoittaudu rohkeasti mukaan!

Kentillä ohjauksesta vastaavat liikunnaohjaajaopiskelijat hymyssä suin, mutta sopivan jämkästä! Apuna opiskelijoilla on Suomen Palloliiton lastenohjaajakursin suorittaneet seuramme omat futistaiturit.

Kaikille kentille ovat tervetulleita sekä tytöt että pojat. Futiskoulun toteutuminen edellyttää vähintään kymmentä osallistujaa.

Futiskoulun hinta sisältää laadukkaan UMBRO-varustepaketin:

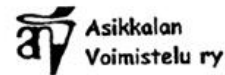
- FC Kuusysi tekninen pelipaite
- pallo ja juomapullo
- mitali ja diplomi
- vakuutus
- FC Kuusysi jäsenkortti (vapaapääsy FC Lahden Veikkausliigan otteluihin)

Mukaan liikuntavarustus ja juomista! FC Kuusysi on vakuuttanut kaikki osallistajat LähiTapiolan vakuutusella. Vahingon sattuessa ota yhteys Kuusysin toimistoon p. 044 377 0909. Toimistolta saat lisäinfoa vahinkoilmoituksen tekemiseen.



ASIKKALAN LASTEN JA NUORTEN KESÄ 2018

9



SPORTTITANSSSIPÄIVÄ

Aika: Ke 6.6. klo 16.00–18.20
Paikka: Aurinkovuoren koulun sali
Kenelle: 7–13 -vuotaille tytöille ja pojille

Opitaan ja tanssitaan erilaisia hauskoja tansseja. Ohjaajana tanssiopettaja Saara Tuikkala. Ota mukaan rento asu, juomista ja pientä evästä.

Hinta: 10 €, maksetaan käteisenä ohjaajalle

Ilmoittautuminen ja lisätiedot: rikka.lamminpaa-teivainen@asikkala.fi

Järjestäjä Asikkalan Voimistelu ry

NUOKKU

Aika: Ma 6.8.–8.8.
klo 10.00–13.00, 7–10 -vuotiaat
klo 13.00–18.00, 11–14 -vuotiaat

Tarjolla toimintaa ja hengailua lapsille ja nuorille!



10

ASIKKALAN LASTEN JA NUORTEN KESÄ 2018

VUOKRATTAVAT

Nuorisopalveluilta on vuokrattavissa mm. sumopukuja, retkeilytarvikkeita ja äänentoistovälineistöä.

Paintball-välineistö: - 10 hiö - asut, suojat, aseet, kuulat	Halti-kupolitelta: - 8 hiö - 4 kpl	Halti-laavu: - 3-4 hiö - 2 kpl	Trangiat: - 8 kpl
Harjatelta: - 8 hiö	Puolijoukkuelta ja kamina: - 12 hiö	Sumopuvut, myös tatami ja muut tarvikkeet	

Ota yhteyttä:
Henna Rautavuo-Hätönen, p. 044 778 0256
henna.rautavuo-hatonen@asikkala.fi

Veli-Matti Jurvanen, p. 044 778 0257
veli-matti.jurvanen@asikkala.fi

BÄNDITILA / STUDIO

Nuorisotilojen alakerrasta löytyy bänditila ja nykyaikainen studiovälineistö. Bänditila on asikkalalaisille nuorille käytössä maksutta nuorisotilojen aukioloaikoina, muina aikoina sopimuksen mukaan.

Bänditilaa koskien ota yhteyttä:
Daniel Suopelto, p. 044 778 0238
daniel.suopelto@asikkala.fi

