

ESTEETTÖMÄT LIKUNTATILAT

Liikuntaa ohjaavien liikkumis- ja toimimisesteisten kokemia esteitä liikuntapaikoilla

LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU
Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Syksy 2010
Anu Patriikka

Lahden ammattikorkeakoulu
Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelma

PATRIKKA, ANU:

Esteettömät liikuntatilat

Liikuntaa ohjaavien liikkumis- ja toimimisesteisten kokemia esteitä liikuntapaikoilla

Opinnäytetyö, 33 sivua, 5 liitesivua

Syksy 2010

TIIVISTELMÄ

Tutkimus tehtiin yhteistyössä Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry:n kanssa ja se oli osa Este-hanketta. Hankkeen kohderyhmänä olivat liikkumis- ja toimimisesteiset henkilöt. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää liikkumis- ja toimimisesteisten liikunta-alan ammattilaisten kokemia esteitä heidän toimintaympäristönsään.

Tutkimustyössä käytettiin kahta eri tutkimusmenetelmää. Ensimmäisenä toteutettiin kysely, jonka tarkoituksena oli selvittää liikunnan harrastamista rajoittavia ja estäviä tekijöitä, koettuja esteitä liikuntapaikoilla sekä liikuntatilojen käyttöastetta. Toisena menetelmänä käytettiin lomakehaastattelua, joka toteutettiin kyselyyn vastanneille liikuntaa ohjaaville liikkumis- ja toimimisesteisille. Haastattelun tarkoituksena oli tarkentaa kyselyn kautta saatuja tietoja.

Tutkimuksen teoreettinen osuus koostuu kahdesta pääaiheesta: vammaisuudesta ja esteettömyydestä. Vammaisuutta käsitellään eri luokitusten ja kielenkäytön kautta. Esteettömyyttä esitetään liikuntapaikkarakentamisen ja lakiasetusten näkökulmasta.

Tutkimuksen tuloksista selvisi, että liikkumisen esteettömyyttä pidettiin tärkeimpänä. Koettuja esteitä olivat muun muassa liikkumisen esteet sisäänkäynnillä, puutteelliset opasteet sekä esteettömien pesu- ja pukutilojen puuttuminen. Liikuntalalla toimivat liikkumis- ja toimimisesteiset henkilöt olivat aktiivisia toimijoita ja liikunnanharrastajia. Käytetyistä liikuntapaikoista suosituimpia olivat kevyenliikenteen väylät, uimahallit, liikuntasalit ja óhallit sekä kuntosalit.

Tutkimustyön perusteella voidaan todeta, että luomalla esteettömiä ja helposti saatavuttavia liikuntapaikkoja voidaan lisätä liikunnan harrastamisen määrää. Terveelliset elämäntavat, joiden olennainen osa fyysinen aktiivisuus on, ovat perusta laadukkaalle elämälle. Fyysisen aktiivisuuden ylläpitämiseksi siihen tarvittavien tilojen tulee täten olla kaikille esteettömät ja turvalliset käyttää.

Avainsanat: esteettömyys, vammaisuus, tasa-arvoisuus, vammaispolitiikka.

PATRIKKA, ANU:

Accessible sport facilities

Disabled sport instructors' experiences of
barriers in sports.

Bachelor's Thesis, 33 pages, 5 appendices

Autumn 2010

ABSTRACT

The research was made in co-operation with an organization called Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry and it was part of the Este-project. Target group of the Este-project was disabled people. The purpose of the thesis was to research different barriers in sport environment experienced by disabled sport instructors.

There were two different research methods. The first method was a questionnaire for the disabled. The questionnaire was researching limitations to do sports, barriers in sport facilities and popularity of different sport environment. The second method was an interview. Target group was sport instructors from the previous questionnaire. The purpose of the interview was to specify results from the questionnaire.

The theoretical background of the research is divided into two main parts: disability and accessibility. Disability consists of different classifications and use of language. Accessibility is introduced by means of architecture and law.

The results of the research certify the most important factor in accessibility is individual's ability to move freely. Accessibility consists for example of barriers in entrance, deficient signs and lack of accessible wash and dressing rooms. Disabled sport instructors were active to do sports and to work in sport associations. The most popular sport environments were pavements, swimming halls, gymnasiums and fitness centers.

Based on the results of the research, it can be concluded that by creating accessible sport environments we can increase the amount of active people among sports. Healthy lifestyle including physical activity is base for good quality of life. Accessible and safe sport locations create a possibility to be physically active.

Key words: accessibility, disability, equality, politics of disablement.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	VAMMAISUUS	3
2.1	Vammaisuuden luokituksia	3
2.2	Vammaisuus kielenkäytössä	5
2.3	Liikunnan vaikutus hyvinvointiin	5
3	ESTEETTÖMYYS	7
3.1	Esteetön liikuntaympäristö	7
3.2	Esteetöntä rakentamista koskevia lakeja ja määräyksiä	8
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	10
4.1	Tutkimusongelmat ja tutkimuksen tavoite	10
4.2	Tutkimusmenetelmät ja toteutus	11
5	TULOKSET	15
5.1	Vastaajien rooli liikunnassa	15
5.2	Esteettömyyteen vaikuttavia tekijöitä	17
5.3	Liikuntatilojen kysyntä	22
5.4	Tutkimuksen keskeisimmät tulokset	25
6	POHDINTA	27
	LÄHTEET	33
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Esteetön toimintaympäristö luo mahdollisuuksia tasapuoliseen liikunnan harrastamiseen yksilön toimintakyvystä riippumatta. Eri käyttäjäryhmillä tulee olla yhtäläinen oikeus liikkua, mikä mahdollistetaan kiinnittämällä entistä enemmän huomiota liikuntapaikkojen esteettömyyteen. Esteettömät tilat sopivat kaikille käyttäjille, kuntoilijoille, harrastajille, urheilijoille, saattajille, yleisölle ja toimitsijoille. (Opetusministeriö 2008, 24.) Esteettömyys on laissa määritelty käsite, joka tulisi huomioida niin liikuntapaikkojen rakennus- ja korjaustöissä kuin liikuntapalveluiden laadussa. Perustuslaki, liikuntalaki, maankäyttö- ja rakennuslaki sekä maankäyttö- ja rakennusasetus edellyttävät esteettömyyttä ja saavutettavuutta rakennetulta ympäristöltä ja myös liikuntapaikoilta. (Opetusministeriö 2008, 24.)

Vuonna 2009 Suomen Vammaisurheilu ja öliikunta VAAU ry toteutti Suomen Liikunta ja Urheilu SLU ry:n ja Kynnys ry:n kanssa yhteistyössä *Liikuntarakentamisen esteettömyyden arviointi* -hankkeen opetusministeriön tukemana. Hankkeen tavoitteena oli arvioida opetusministeriön liikuntapaikkajulkaisusarjan esteettömyyttä käsittelevien oppaiden sisältöjen ajantasaisuus sekä tuoda esille mahdolliset täydennystarpeet keskeisissä julkaisuissa. Hanketta päätettiin jatkaa vuosina 2010-2011 tekemällä esteettömyyskartoitusta valittuihin pilottikohteisiin sekä uudistamalla oppaat harrastajille toteutetuilla haastatteluilla kerättyjen tietojen perusteella. Este-hankkeen tavoitteiksi vuosille 2010-2011 asetettiin tuottaa tietoa liikkumis- ja toimimisesteisten harrastajien ja ammattilaisten kokemista esteistä liikuntaympäristöissä sekä kartoittaa kuntatason suunnittelijoiden ja tilaajien esteettömyystiedon tarvetta. (Saari 2008, 1-2.)

Este-hankkeessa esteettömyyttä tarkastellaan monitahoisesti liikkumiseen, näkemiseen, kuulemiseen ja ymmärtämiseen liittyvänä kokonaisuutena. Sen lisäksi esteettömyyttä tarkastellaan kolmesta toimijanäkökulmasta: 1) yleisön, 2) liikuntajan/urheilijan ja 3) ammattilaisen/työntekijän esteettömään liikkumiseen ja toimimiseen vaikuttavina tekijöinä liikunta- ja urheilu ympäristöissä. (Saari & Pousi 2009, 1.)

Tämä opinnäytetyö on osa Este-hanketta. Työssä analysoidaan VAU:n toteuttaman kyselyn tuloksia. Kyselyn kohderyhmänä olivat liikkumis- ja toimimisesteiset liikunnanharrastajat. Kyselyn tuloksia analysoidessa keskitytään erityisesti ohjaajan roolissa vastaaviin henkilöihin. Tutkimuksessa analysoidaan myös kyselyyn vastanneista liikunta-alan ammattilaisista valitulle joukolle teetetyin haastattelun tuloksia. Tutkimuksen tavoitteena on kerätä tietoa liikuntapaikkojen esteettömyydestä liikkumis- ja toimimisesteisiltä. Tutkimus antaa myös tietoa liikunta-alalla työskentelevien liikkumis- ja toimimisesteisten henkilöiden kokemista esteistä.

2 VAMMAISUUS

2.1 Vammaisuuden luokituksia

Maaailman terveysjärjestö World Health Organization WHO on Yhdistyneiden kansakuntien terveyteen keskittyvä järjestö. Järjestön tehtävänä on koordinoida kansainvälistä toimintaa, kehittää tutkimustyötä, asettaa normeja ja standardeja, kehittää taloudellista tukea sekä määrittää terveystrendejä. Järjestön jäsenistöön kuuluu 193 maata, jotka kokoontuvat joka vuosi Genevessä pidettävään World Health Assembly kokoukseen. WHO:n kautta valtiot voivat taistella globaaleja terveysongelmia vastaan sekä kehittää ihmisten hyvinvointia. (WHO 2007, 2.)

Kansainvälinen luokitus toimintakyvylle ja vammaisuudelle tunnetaan paremmin lyhenteenä ICF (The International Classification of Functioning, Disability and Health). Määritelmä sisältää yksilöllisen ja yhteiskunnallisen näkökulman. Yksilön toimintakyky jaetaan sekä kehon toimintoihin ja rakenteeseen että aktiivisuuteen ja osallistumiseen ympäristön toimintaan. WHO:n jäsenmaat hyväksyivät ICF:n 22.03.2001 yhteiseksi standardiksi kuvaamaan sekä mittaamaan terveyttä ja vammaisuutta. (WHO 2010.)

Liikkumis- ja toimimiseisellä henkilöllä kyky liikkua, toimia tai kommunikoida on joko pysyvästi tai tilapäisesti rajoittunut. Syynä tähän voi olla vamma, ikääntyminen tai jokin sairaus. Liikkumis- ja toimimiseisyyteen voi olla syynä myös raskaus, pienten lasten tai kantamuksien kanssa liikkuminen. (Rakennustietosäätiö 2007, 8.) Vehmas (1999, 103) määrittelee vammaisuuden olevan henkilön joko elimellisestä vauriosta, yhteiskunnan asettamista rajoitteista tai näiden yhteisvaikutuksesta syntynyt tila, joka jättää vammaiset henkilöt muun yhteiskunnan ulkopuolelle.

Michael Oliver (1996, 8) käsittelee vammaisuutta kahden mallin kautta, joita hän kutsuu vammaisuuden yksilölliseksi ja sosiaaliseksi malliksi. Sosiaalisen mallin mukaan vammaisuus koostuu kolmesta eri tekijästä: 1) fyysisestä tai psyykkisestä

poikkeavuudesta, 2) kokemuksesta ulkoisesti asetetuista rajoituksista sekä 3) itsensä tunnistamisesta vammaiseksi ihmiseksi (Oliver, 5). Vammaisuutta luovat erityisesti sosiaaliset olosuhteet ja ilmiöille annetut merkitykset normaaliudesta. Esimerkiksi silmäkontaktin välttämistä pidetään länsimaisessa kulttuurissa autistisena piirteenä, kun jossain kulttuurissa pitkää katsekontaktia voidaan pitää tuijottamisena ja epäkohteliaana. Samoin oppimisvaikeuksia voidaan pitää poikkeavuutena sellaisissa kulttuureissa, joissa arvostetaan tietoa ja nopeaa päättelykykyä. (Vehkakoski 1999, 90.) Vammaisuudesta aiheutuva haitta on riippuvainen ympäristöstä. Mitä vähemmän ympäristössä on liikkumis- ja toimimisesteitä, sitä vähemmän vammasta on haittaa yksilölle. (Rakennustietosäätiö 2007, 8.)

Vammaisuuden sosiaalinen malli tuotiin kansan tietoisuuteen Finkelsteinin johdosta vuonna 1980 ja Michael Oliver jatkoi käsitteen määrittelyä kirjassaan *Social work with disabled people* vuonna 1983. Vammaisuuden sosiaalinen malli vastaanotettiin vaihtelevalla suosiolla. Varauksellisesti malliin suhtautuivat poliittiset päättäjät ja vammaisjärjestöjen henkilöstö. Sosiaalinen malli otettiin innokkaimmin vastaan vammaisten keskuudessa, sillä se loi välittömästi yhteyden heidän omiin kokemuksiinsa. Pian vammaisuuden sosiaalinen malli loi perustan tietoisuudelle vammaisuudesta ja myöhemmin koulutukselle vammaisten tasa-arvoisuudesta. (Oliver 1996, 30-31.)

Sosiaalisen mallin mukaan vammaisuutta voidaan vähentää sopeuttamalla sosiaalista ja fyysistä ympäristöä kohtaamaan paremmin fyysisesti ja psyykkisesti erilaisia ihmisiä. Vammaisten ihmisten aseman on ajateltu olevan verrattavissa yhteisön muihin vähemmistöryhmiin. Heidän mahdollisuuksiaan osallistua yhteiskunnan toimintaan tulisi parantaa luomalla ihmisoikeudet takaavia kansalaisoikeuksia. Yksipuoliset ja vammaisia ihmisiä loukkaavat määritelmät sekä heidän kokemansa yhteiskuntajärjestelmän luoma syrjintä ovat käytäntöjä, jotka ovat mahdollista hävittää sosiaalisesti. (Vehkakoski 1999, 92.)

2.2 Vammaisuus kielenkäytössä

Konstruktivistisen lähestymistavan mukaan vammaisuus on sosiaalisesti luotu ilmiö, jonka määritelmä vaihtelee ajan ja paikan sekä sen määrittelijöiden mukaan. Sosiaaliseen konstruktionismiin sisältyvien suuntausten yhteisenä oletuksena on, että ihmisten kielenkäyttö kuvaa ja heijastaa maailmaa, mutta myös luo ja rakentaa sitä. (Vehkakoski 1999, 88- 89.) Vammaisuuden sosiaalinen malli sekä vammaisuuden diskursiivinen lähestymistapa pohjautuvat sosiaaliseen konstruktionismiin. Diskursiivisen analyysin tavoitteena on selvittää, miten jokin ilmiö on rakentunut kielenkäytössä. Suuntaukselle on ominaista näkemys kielen vallasta muovata ajatuksia, tulkintoja ja ilmiöitä pelkän ilmaisemisen sijaan. (Vehkakoski 1999, 92-93.)

Diskurssianalyttisten lähestymistapojen mukaan kielenkäyttö on itsessään seurauksia tuottava. Kielenkäyttöön sisältyvät piilomerkitykset voivat ilmetä yhdessä sanassa, virkkeessä tai laajemmassa asiayhteydessä. Esimerkiksi ilmaisujen ökärsiää ja öolla jonkin vaivaamaö luovat mielikuvan vammaisuudesta heikkoutena ja passiivisuutena. Kielenkäyttäjät ei aina toimi tietoisesti. Jopa hyvää tarkoittava virke voi olla ristiriidassa käytettyyn asiayhteyteen. Esimerkiksi kohteliaaksi tarkoitettulla ilmaisulla öen pidä sinua vammaisenaö, kumotaan piilevästi vammaisten ihmisten arvo juuri sellaisina kuin he ovat. (Vehkakoski 1999, 93-94.)

2.3 Liikunnan vaikutus hyvinvointiin

Säännöllisen fyysisen aktiivisuuden vaikutukset hyvinvointiin ovat merkittäviä. Säännöllinen liikunta vähentää riskiä saada sydän- ja verisuonisairauksia, tyypin 2 diabetesta, osteoporoosia, paksusuoli- ja rintasyöpää, ylipainoa sekä masennusta ja ahdistuneisuutta. Erityisesti ikääntyneillä on tärkeää huomioida säännöllisen liikunnan vaikutus kaatumisriskin pienentymiseen ja kaatumisesta aiheutuvien vammojen lieventymiseen sekä kroonisten sairauksien ja toimintakyvyn rajoitusten syntymiseen. (American Heart Association 2007, 1099.) Säännöllisellä liikunnalla on positiivisia vaikutuksia yksilön fyysiseen, mutta myös sosiaaliseen hyvinvointiin. Lii-

kunnan avulla voidaan parantaa itsetuntoa ja óarvostusta, mielialaa ja unenlaatua sekä vähentää stressiä. (Ferreira 2010, 1-3.)

Erityisryhmiin kuuluvien liikuntakäyttämistä säätelee aikaisempi harrastuneisuus, ikä, sukupuoli, terveydentila, mielenkiinto sekä siihen käytettävissä oleva aika. Rintalan (1994, 72) mukaan jopa 90 % vammaisista kokee, että heidän vammansa rajoittaa liikunnan harrastamista ja 10 %:lla se estää kokonaan. Tästä huolimatta vammaiset ovat aktiivisia liikunnan harrastajia. Toimintakyvyn rajoitukset voivat heikentää liikunnan harrastamisen mahdollisuuksia, mutta toisaalta se kannustaa liikkumaan terveyden takia. (Rintala 1994, 72.) Hyvällä fyysisellä kunnolla on suuri merkitys arjen haasteista selviämässä, esimerkiksi pyörätuolia käyttävä henkilö selviytyy paremmin ympäristön asettamista fyysisistä esteistä, kuten ovista ja kynnyksistä (Rintala 1994, 70).

3 ESTEETTÖMYYS

3.1 Esteetön liikuntaympäristö

Suomen perustuslain mukaan jokaisen yhteiskunnan jäsenen tulee olla yhdenvertainen ja voida osallistua yhteiskunnan toimintaan, yksilön iästä, sukupuolesta, sosiaalisesta asemasta tai fyysisestä ja psyykkisestä toimintakyvystä riippumatta (Perustuslaki 6 § 2 mom.). Esteettömällä toimintaympäristöllä luomme siihen mahdollisuuden. Vammaisuudesta aiheutuva haitta on riippuvainen ympäristöstä. Mitä vähemmän ympäristössä on liikkumis- ja toimimisesteitä, sitä vähemmän vammasta on haittaa yksilölle. (Rakennustietosäätiö 2007, 8.) Esteetön liikuntaympäristö on kaikille käyttäjille turvallinen ja miellyttävä. Kaikkiin tiloihin on helppo päästä sekä tilat ja niissä olevat toiminnot ovat mahdollisimman helppokäyttöisiä ja loogisia. (Opetusministeriö 2008, 24.)

Esteettömyydessä on kyse mahdollisuuksien luomisesta ja sitä kautta ihmisoikeuksien takaamisesta. Esteettömät sekä liikunnan harrastamiseen houkuttelevat tilat ja ympäristöt mahdollistavat liikkumis- ja toimimisesteisten harrastaa liikuntaa ja huolehtia omasta kunnostaan liikunnan avulla. Suurissa kaupungeissa asuvat erityisryhmiin kuuluvat ovat paremmassa asemassa liikunnan harrastamisen suhteen kuin pienissä kunnissa asuvat. Väestön voimakkaan ikääntymisen myötä liikkumis- ja toimimisesteisten henkilöiden määrä tulee lähivuosina lisääntymään entisestään. Kunta- ja palvelurakenneuudistus vaikuttaa kuntarakenteeseen lisäämällä yhteistoiminta-alueita. Kuntarakenteen muutokset tulevat vaikuttamaan liikuntakulttuuriin, minkä seurauksena liikuntapalveluja tullaan järjestämään kuntarajoja ylittäen. (Opetusministeriö 2008, 19-24.)

Opetusministeriön öLiikuntapaikkarakentamisen suuntaö asiakirjassa olennaisia tavoitteita ovat liikuntapalvelujen saavutettavuuden ja arkiliikunnan edellytysten parantaminen. Liikuntaolosuhteilla tulee edistää väestön terveyttä sekä hyvinvointia. Opetusministeriön mukaan liikuntapaikkojen kuntoa arvioitaessa on tullut ilmi,

että laajamittaiselle peruskorjaukselle on tarvetta lähivuosien aikana. Olennaista peruskorjausten osalta on huomioida energiatehokkaat ja esteettömät ratkaisut. Liikuntapaikkarakentamista tehostetaan erityisesti sitä koskevan suunnittelun osalta. (Opetusministeriö 2008, 21, 25.)

3.2 Esteetöntä rakentamista koskevia lakeja ja määräyksiä

Suomessa rakentamista säädellään maankäyttö- ja rakennuslailla (132/1999). Lain 2 §:n mukaan tarkempia säännöksiä ja määräyksiä voidaan antaa asetuksella, ministeriön päätöksellä ja kunnan rakennusjärjestyksellä. Ympäristöministeriö antaa MRL:ia täydentäviä määräyksiä ja ohjeita, joista määräykset ovat velvoittavia.

Rakennuksen tulee olla tarkoitustaan vastaava, korjattavissa, huollettavissa ja muunneltavissa sekä, sen mukaan kuin rakennuksen käyttö edellyttää, soveltua myös sellaisten henkilöiden käyttöön, joiden kyky liikkua tai toimia on rajoittunut. (Maankäyttö- ja rakennuslaki 117 § 3 mom.).

Ympäristöministeriön asetus esteettömästä rakennuksesta on säädetty pohjautuen maankäyttö- ja rakennuslakiin (132/1999). Asetus on osa Suomen rakentamismääräyskokoelmaa F1 sisältäen määräykset ja ohjeet esteettömästä rakennuksesta. Asetus tuli voimaan 1. päivänä maaliskuuta 2005. (Ympäristöministeriö 2004, 1.) Rakentamismääräyskokoelman määräykset koskevat vain uuden rakennuksen rakentamista. Korjaus- ja muutostöissä määräyksiä sovelletaan vain siltä osin, kuin toimenpiteen laatu ja laajuus sekä rakennuksen muutettava käyttötapa edellyttävät (MRL 13 § 3 mom.). Esteettömyyttä käsittelevät määräykset ja ohjeet koskevat julkisia tiloja, joihin kaikilla tulisi olla yhtäläinen mahdollisuus päästä. Näitä ovat hallinto- ja palvelurakennukset sekä muissa rakennuksissa olevat liike ja palvelutilat. (Ympäristöministeriö 2004, 3.)

Asetus esteettömästä rakennuksesta sisältää luvut tilojen saavutettavuudesta ja esteettömyydestä. Saavutettavuutta edesauttavat pyörätuolin käyttäjille soveltuvat autopaikat tarkoituksenmukaisesti sisäänkäyntiin nähden sijoitettuna sekä sisäänkäyntien esteettömyys, selkeät opasteet, vahvat kontrastit ja riittävät ovien leveydet

huomioiden. Toiminnallisesti yhteydessä olevien tasojen välillä tulee olla pyörätuolin käyttäjälle soveltuva hissi tai muu henkilöiden nostoon soveltuva laite, ellei yhteyttä ole mahdollista järjestää luiskilla ja tarvittavilla välitasanteilla. (Ympäristöministeriö 2004, 6.)

Rakennuksen pääasiallisen käytön mukaisten tilojen sekä niiden kiinteän kalustuksen, varustuksen ja laitteiston tulee olla myös liikkumis- ja toimimisesteisten henkilöiden käyttöön soveltuvia. (Ympäristöministeriö 2004, 8.)

Liikkumisesteisille tarkoitettuja wc- ja pukutiloja tulee olla riittävä määrä ja ne tulee olla merkitty liikkumisesteisen tunnuksella. Tilojen tulee olla mitoitettuja ja varustettuja liikkumisesteiselle sekä sijoitettuna avustajan tai käyttäjän sukupuolesta riippumatta. Liikkumis- ja toimimisesteisille tulee olla mahdollisuus käyttää uimahallien, kylpylärakennuksien, hoito- ja kuntoutuslaitosten sekä palvelulaitosten uima-allasta. Näissä rakennuksissa tulee myös olla mahdollisuus sauna-, pesuhuone- ja pukuhuonetilojen käyttöön liikkumis- ja toimimisesteisillä henkilöillä. (Ympäristöministeriö 2004, 8-9.)

Kokous-, juhla- ja ravintolasalien, katsomoiden, auditorioiden sekä luokka- ja opetussalien on sovelluttava liikkumis- ja toimimisesteisten käyttöön. Näihin tiloihin asennetuissa äänentoistojärjestelmissä tulee olla myös tele/ induktiosilmukka tai muu äänentoistojärjestelmä. Hotelli- ja muissa majoitusrakennuksissa tulee olla pyörätuolin tai pyörällisen kävelytelineen sekä avustajan tilantarpeen mukaan mitoitettuja majoitustiloja. (Ympäristöministeriö 2004, 9-10.)

Arkkitehtuuria ja rakennusteknistä liikkumisesteettömyyttä täydentävät havainnointia ja suunnistautumista helpottavat opasteet, havainto- ja varoitusmerkinnät sekä viestintäjärjestelmät. Nämä havainnointia helpottavat tekijät ovat tärkeä osa toimimisesteettömyyttä. Suunnittelussa tulee huomioida rakennuksessa käytetyt materiaalit, valaistus sekä akustiikka ja äänentoistolaitteet. (Rakennustietosäätiö 2007, 8.)

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

4.1 Tutkimusongelmat ja tutkimuksen tavoite

Tutkimuksen tarpeellisuutta määrittelevät muun muassa ajankohtaisuus ja työelämälähtöisyys. Tutkimustyö ammattikorkeakouluissa on työ- ja elinkeinoelämää tukevaa, mutta samalla tutkimuksella tavoitellaan yhteiskunnallista vaikuttavuutta, esimerkiksi alueellista tasa-arvoa ja ihmisten hyvinvointia. Liikuntaharrastusten mahdollistaminen edesauttaa terveydestä huolehtimista ja parantaa yksilöiden tasa-arvoa yhteiskunnassa. (Vilka 2005, 14-15.) Tämän tutkimuksen avulla voidaan vaikuttaa näihin elämän osa-alueisiin.

Työelämään kohdistuvan tutkimuksen tärkeänä tavoitteena on myös yhteisen kielen ja käsitteiden luominen sekä tiedon jakaminen eri toimi- ja ammattialojen kesken (Vilka 2005, 14). Este-hankkeessa on mukana eri toimialojen edustajia. Hankkeen työryhmässä ovat mukana Invalidiliitto ry:n, Kynnys ry:n, Näkövammaisten Keskusliitto ry:n, Kuuloliitto ry:n sekä Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n edustajat. Työryhmää täydennetään tarvittaessa kunta- ja tilaajatason edustajilla. Nämä eri liittojen edustajat jakavat oman alansa erikoistietoa, jota pyritään hyödyntämään hankkeen toteutuksessa.

Tämä opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry:n, Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n ja Kynnys ry:n kanssa. Asiointi tapahtui pääasiassa VAU:n ja Kynnys ry:n edustajien kanssa. Opinnäytetyö oli osa suurempaa Este-hanketta. Este-hankkeen kohderyhmänä olivat liikkumis- ja toimimisesteiset henkilöt. Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää liikkumis- ja toimimisesteisten liikunta-alan ammattilaisten kokemia esteitä heidän toimintaympäristössään. Este-hankkeessa esteettömyyttä selvitetään niin harrastajien, ohjaajien kuin yleisön näkökulmasta. Tässä tutkimuksessa verrattiin liikunnan harrastajien ja -ohjaajien vastauksia keskenään, jotta mahdolliset eroavaisuudet eri käyttäjäryhmien välillä saa-

taisiin selville. Ohjaajat toimivat usein joko ammatissa tai ammatinomaisessa suhteessa liikuntaan, kun taas harrastajilla suhde on vapaampi.

Tutkimuksen pääongelmana oli:

- Mitkä ovat liikkumis- ja toimintaesteisten ohjaajien kokemia esteitä liikuntapaikoilla?

Tätä pääongelmaa tarkensivat kaksi alaongelmaa.

- Mitkä tekijät vaikuttavat esteettömyyteen liikuntapaikoilla?
- Mitkä liikuntatilat tulisi ensisijaisesti huomioida esteettömyyden kannalta?

4.2 Tutkimusmenetelmät ja toteutus

Osallistuin toukokuussa valtakunnallisille Erityisliikunnan päiville Jyväskylässä, jolloin kuulin hankkeesta. Kesäkuun alussa otin yhteyttä VAU ry:n toimialapäällikkö Aija Saareen ja kysyin mahdollista opinnäytetyön aihetta. Sovimme tapaamisen ajankohdaksi 08.06.2010, jolloin määrittelimme roolini hankkeessa, rajasimme alustavan tutkimusongelman ja suunnitelimme tutkimuksen aikataulua. Tapaamisen jälkeen tein tutkimussuunnitelman ja aloin kartoittaa aiheesta julkaistua tietoa teoriaosuutta varten.

Opinnäytetyössä käytettiin sekä kvalitatiivisia että kvantitatiivisia menetelmiä. Aineistonkeruumenetelminä olivat kysely ja lomakehaastattelu. VAU ry toteutti esteettömyyttä käsittelevän kyselyn. Ottaessani yhteyttä Saareen kysely oli avoinna. Kyselyn pohjalta valittiin kohderyhmä haastattelua varten. Este-kyselyn tulokset (340 vastausta) sekä haastattelut (6 haastateltavaa) olivat tutkimusaineistona. Este-kyselyn tulokset olivat pääasiallinen aineisto, jota haastatteluiden kautta saadun tiedon oli tarkoitus tarkentaa.

Määrällisessä tutkimuksessa tavallisin aineistonkeruumenetelmä on kysely. Kyselylomaketutkimuksessa vastaaja lukee kirjallisesti esitetyn kysymyksen ja vastaa sii-

hen kirjallisesti. Tämän tapainen menetelmä soveltuu hyvin suurelle joukolle vastaajia. Tutkimusaineiston keräämisen voi toteuttaa tekemällä kyselyn paikan päällä, puhelinhaastatteluna tai postitse. Nykyään kysely voidaan myös toteuttaa internetin välityksellä, joko sähköpostitse tai jollain sivustolla olevalla kyselyllä. (Vilka 2005, 73-74.) Tutkimuksen kysely oli avoinna VAU:n internetsivuilla 01.05.2010-16.06.2010 ja linkki kyselyyn lähetettiin sähköpostitse yhdistyksen jäsenille. Kysely tehtiin Webropol-sivuston kautta. Vilkan (2005, 74-75) mukaan Internetin tai sähköpostin välityksellä tehtävässä tutkimuksessa on huomioitava, että kaikilla perusjoukkoon kuuluvilla, joilta tutkimusaineisto kerätään, on yhtäläiset tekniset mahdollisuudet vastata kyselyyn.

Kyselytutkimuksen etuina voidaan pitää sen tehokkuutta: kyselyllä voidaan kerätä laaja tutkimusaineisto (paljon kysymyksiä ja laaja otanta), aineisto on helposti analysoitavissa ja usein se on nopea keino saada tietoa. Kyselytutkimuksessa on myös heikkoutensa. Ei ole mahdollista tietää, miten onnistuneita annetut vastausvaihtoehdot ovat olleet vastaajan mielestä. Lisäksi hyvän lomakkeen laatiminen vaatii tutkijalta aikaa ja taitoa. Joissakin tapauksissa vastaamattomuus on ollut merkittävää. (Hirsjärvi ym. 1997, 184.) Tutkimuksen vahvuudet ja heikkoudet tulivat esille tuloksia käsiteltäessä. Aineisto oli laaja ja helposti käsiteltävässä muodossa, mutta joissain vastauksissa oli puutteita tai teknisiä virheitä, esimerkiksi vastauksia puuttui tai ne olivat ristiriitaisia saman vastaajan muihin vastauksiin.

Useimmiten tutkija kerää oman aineistonsa. Välitöntä tietoa tutkimuskohteesta sisältävää aineistoa kutsutaan primääriaineistoksi. Tutkijan on myös mahdollista saada käyttöönsä valmista, muiden keräämää aineistoa, jota nimitetään sekundääriaineistoksi. Usein suurissa projekteissa ja hankkeissa on analysoimatonta aineistoa. (Hirsjärvi ym. 1997, 175.) Tässä tutkimuksessa oli järkevää osallistua Estehankkeeseen ja käyttää valmista aineistoa. On huomattava, että harvoin valmis aineisto sopii sellaisenaan omaan tutkimukseen. Toisten keräämät aineistot on kyettävä muokkaamaan omaan tarkoitusta vastaavaan muotoon, esimerkiksi numeraaliksi taulukoiksi. (Hirsjärvi ym. 1997, 175.) Kaikkiin valmiisiin aineistoihin on muistettava suhtautua lähdekriittisesti (Hirsjärvi ym. 1997, 178).

Kesäkuun puolessavälissä kyselyn sulkeuduttua sain tunnukset Webropol-sivustolle aineiston tarkastelua ja käsittelyä varten. Webropolissa oli mahdollista tehdä erilaisia suodatuksia vastausvaihtoehtoihin ja ristiintaulukointia eri kysymysten välille. Valitsin kuitenkin aineiston omaa käsittelyäni varten perusmuodossa Excel-tiedostona, jossa yhden henkilön vastaukset olivat yhdellä rivillä. Näin oli mahdollista erotella ohjaajien ja liikkujien vastaukset toisistaan. Laskin tulokset käsin ja muodostin niistä numeeriset taulukot Exceliin analysoimista ja kuvioiden luomista varten.

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa käytetään pääasiassa aineistonkeruumenetelmänä haastattelua. Haastattelun suurena etuna on pidetty sen joustavuutta. Haastatteluaiheiden ja kysymysten järjestystä on mahdollista säädellä sekä vastausten tulkinnaan jää enemmän mahdollisuuksia. Valittaessa haastattelu tutkimusmenetelmäksi halutaan usein korostaa vastaajien subjektiivisuutta, selventää saatavia vastauksia tai saada tietoa aiheesta laajemmin kuin tutkija pystyy ennakoimaan. (Hirsjärvi ym. 1997, 194.) Haastattelun kohderyhmänä olivat kyselyyn vastanneet liikkumis- ja toimintaesteiset liikunta-alan ammattilaiset. Haastattelu oli tarkoitus olla teemahaastattelu puhelimitse toteutettuna. Teemahaastattelussa vain aihepiirit eli teema-alueet ovat tiedossa. Haastattelu toteutettiin kuitenkin strukturoituna lomakehaastatteluna sähköpostitse. (Hirsjärvi ym. 1997, 197.) Haastattelun luonteeseen vaikutti mahdollinen ajankäyttö. Teemahaastattelun litterointiin olisi kulunut paljon aikaa. Sähköisesti toteutettuna haastattelun tulokset saatiin helposti käsiteltävässä muodossa. Haastattelu oli kyselyä tukeva, jolloin kyselyn tuloksilla oli suurempi painoarvo.

Haastattelulomakkeessa kysymysten muoto ja järjestys oli määrätty. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, että vastaaja olisi vastannut juuri siinä järjestyksessä. Lomakehaastattelu on toimiva aineistonkeruumenetelmä, kun tutkimusongelma ei ole kovin laaja ja tavoitteena on hyvin rajatun asian kuvaaminen, esimerkiksi näkemysten ja kokemusten kuvaaminen. (Vilka 2005, 101.) Lomakehaastattelu suoritettiin sähköpostitse. Sähköisesti toteutettavissa kyselyissä on muistettava huomioida vastaajien anonymiteetin turvaaminen, sillä sähköpostiosoite usein paljastaa vastaajan (Vilka 2005, 75).

Haastatteluun valittiin henkilöitä, jotka olivat vastanneet roolikseen ohjaaja/ valmentaja ja seura- tai yhdistystyöntekijä. Näistä valittiin sattumanvaraisesti kymmenen henkilöä, jättäen pois nimeltä tunnistetut vammattomat vastaajat. Haastattelut lähetettiin 21.09.2010. Haastattelussa vastausaikaa oli viikko, minkä jälkeen lähetettiin muistutus. Suurin osa vastauksista tuli ensimmäisen viestin jälkeen jo samana tai seuraavana päivänä. Vastausajan päätyttyä keräsin haastattelut yhteen ja tarkastelin saatuja vastauksia. Haastattelun tulokset olivat samansuuntaisia kyselyn tulosten kanssa. Tein poimintoja haastatteluista tukemaan kyselyn vastauksia. Koko opinnäytetyöprosessin ajan, aiheen saamisesta tulosten kirjaamiseen, tutkin lähdekirjallisuutta ja kirjoitin pohjatietoa. Tulokset ja pohdinnan kirjoitin viimeisinä, jolloin olin perehtynyt riittävästi tutkittavaan asiaan.

5 TULOKSET

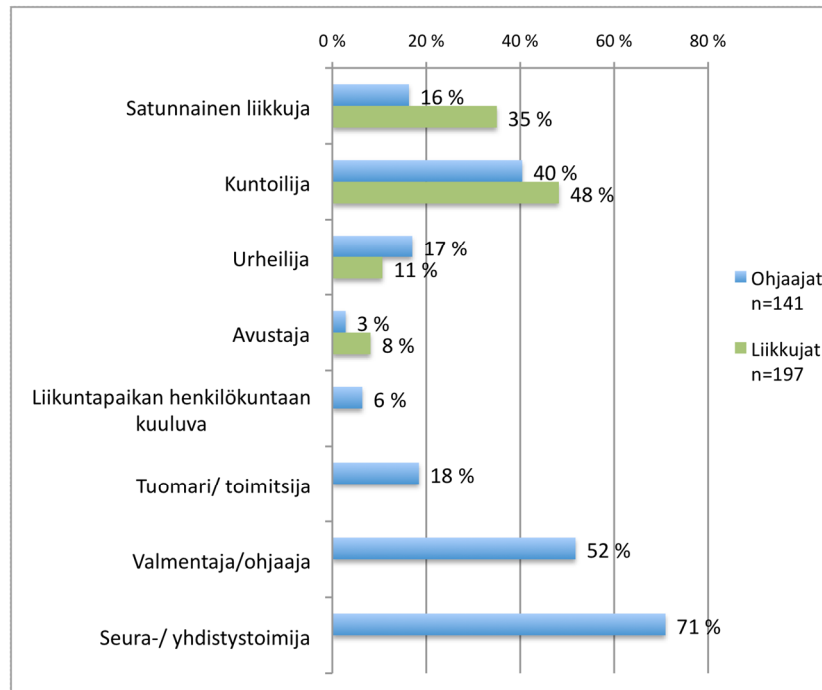
5.1 Vastaajien rooli liikunnassa

Tutkimuksessa oli kaksi erityyppistä aineistoa. Kysely oli tutkimuksen pääaineisto. Kyselyyn tuli yhteensä 341 vastausta. Kyselyyn oli mahdollista vastata suomen- tai ruotsin kielellä. Suomenkieliseen kyselyyn vastasi 250 henkilöä ja ruotsinkieliseen 91. Vastauksista jätettiin kaksi tulosten analysoinnin ulkopuolelle. Toisessa näistä oli vastauksia vain kuuteen kysymykseen ja toisessa ei lainkaan. Miehiä kyselyyn osallistui 150 (44 %) ja naisia 188 (56 %). Tutkimuksen toisena aineistona oli lomakehaastattelu. Haastattelupyynnöt lähetettiin 12 henkilölle, joista kahdeksan vastasi saaneensa viestin. Näistä kuitenkin vain kuusi kuului mielestään kohderyhmään ja vastasi haastatteluun.

Este-hankkeessa esteettömyyttä käsitellään kolmesta näkökulmasta: liikkujien, ohjaajien ja yleisön näkökulmasta. Sen vuoksi tutkimuksessa kyselyn tuloksia tarkasteltiin kahden ryhmän kautta, liikkujat ja ohjaajat. Kyselyssä kartoitettiin vastaajien roolia liikunnassa. Liikkujiin kuuluivat henkilöt, jotka vastasivat rooleissa: satunnainen liikkuja, kuntoilija, urheilija, avustaja tai joku muu. Ohjaajia olivat henkilöt, jotka vastasivat: valmentaja/ ohjaaja, tuomari/ toimitsija, seura-/ yhdistystoimija tai liikuntapaikan henkilökuntaan kuuluva. Liikkujia vastanneista oli yhteensä 197 (58 %) ja ohjaajia oli 141 (42 %). Näiden ryhmien tuloksia käsiteltiin erikseen.

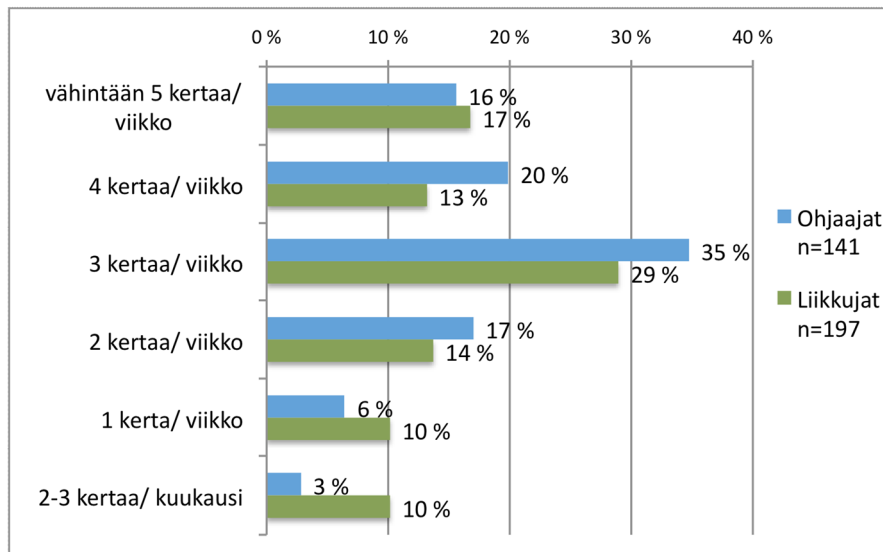
Vastaajilla oli mahdollisuus valita useampi rooli, jossa toimii liikunnassa. Täten rooleja oli enemmän kuin vastaajia. Valtaosa ohjaajista valitsi useamman vaihtoehdon ohjaajarooleista ja jonkin liikkujarooleista. Tämä johtui siitä, että monet liikunta-alalla toimivat henkilöt ovat aktiivisia liikkujia ja vapaaehtoistyöntekijöitä. Ohjaajien (n = 141) rooleista korostuivat seura-/yhdistystoimija, 71 % sekä valmentaja/ohjaaja, 52 %. Ohjaajat harrastivat liikuntaa aktiivisesti, ohjaajista 40 % vastasi olevansa kuntoilija ja 17 % urheilija. Liikkujien (n = 197) rooleista korostui kuntoilija, 48 %. Toiseksi yleisin rooli oli satunnainen liikkuja, 35 %. (Kuvio 1). Liikku-

miskertojen määrä viikossa tukee roolivalintoja. Ohjaajat olivat liikkujia aktiivisempia harrastamaan liikuntaa. Molemmissa ryhmissä kolme kertaa viikossa oli suosituin vaihtoehto, johon ohjaajista vastasi 35 % ja liikkujista 29 %. Vähintään viisi kertaa viikossa liikkui ohjaajista 16 % ja liikkujista 17 %. Vain 10 % liikkujista ja 3% ohjaajista liikkui kahdesta kolmeen kertaan kuukaudessa. (Kuvio 2)



Kuvio1. Vastaajan rooli liikunnassa ja urheilussa

Ohjaajat olivat aktiivisia liikkumaan itsenäisesti. Heistä joka kolmas liikkui yksin ja 35 % liikkui tavallisessa ryhmässä muiden kanssa. Suurin ero ohjaajien ja liikkujien välillä oli liikkumisessa avustajan kanssa. Liikkujaryhmästä enemmistö, 33% liikkui yksin avustajan kanssa, kun taas ohjaajista vain kaksi (1 %) vastasi näin. Erityisryhmässä muiden vastaavien toimintakyvyn omaavien henkilöiden kanssa liikkui suhteellisen vähän vastaajista, ohjaajista yhteensä 18 % ja liikkujista 7 %. Voidaan pohtia, johtuuko tämä tarjonnan puutteesta vai ovatko vastaajat tietoisesti integroituneet muihin ryhmiin. Ohjaajista 9 % ja liikkujista 15 % vastasi harrastavansa liikuntaa muilla tavoin. Yleisimpiä vastauksia olivat puolison, perheen, kaverin tai joukkueen kanssa. Vastaajien aktiivisesta liikunnan harrastamisesta kertoo harrastusmäärät sekä tapa liikkua pääsääntöisesti yksin tai tavallisessa ryhmässä muiden kanssa.



Kuvio 2. Harrastetun liikunnan määrä

Kyselyyn vastanneiden ikä painottui 41650 vuoden ja 51660 vuoden ikäluokkiin. Ohjaajista 33 % oli 41650-vuotiaita ja 22 % oli 51660-vuotiaita. Urheiluseurojen toimihenkilöt ja ohjaajat ovat usein yli 20-vuotiaita, mikä näkyi myös kyselyn ikäjakaumassa. Ohjaajissa ei ollut yhtään alle 20-vuotiasta vastaajaa ja 20-30-vuotiaita oli vain 7 %. Toimiminen ohjaajana, valmentajana tai tuomarina edellyttää usein koulutautumista ja vahvaa kokemusta lajista. Liikkujissa oli alle 20-vuotiaita vastaajia 7 %. Myös 21630-vuotiaita liikkujia oli enemmän kuin ohjaajia, yhteensä 10 %. Yli 60-vuotiaiden osuus kyselyssä oli melko suuri, noin 20 %. Eräs ohjaajista kertoi heidän toimintansa vähäisestä jäsenmäärästä. *öNuoria on ollut vaikea löytää ja ne ovat ehkä integroituneet muihin ryhmiin tai sitten ovat tietokoneilla.*

5.2 Esteettömyyteen vaikuttavia tekijöitä

Esteettömyyden osa-alueista tärkeimpänä pidettiin liikkumisen esteettömyyttä, ohjaajista 44 % ja liikkujista 46 % oli tätä mieltä. Tärkeänä pidettiin myös selkeitä ja helposti ymmärrettäviä tiloja, jonka 35 % ohjaajista ja 26 % liikkujista vastasi. Esteettömyyden osa-alueista kuulemisen esteettömyys sai vähän vastauksia. Voidaan kin pohtia, ovatko kuulemisesteiset henkilöt vastanneet tärkeimmäksi osa-alueeksi liikkumisen esteettömyyden yleistä tilannetta ajatellen. Ovatko kuulemis-esteiset henkilöt lainkaan vastanneet kyselyyn? Yleisiä liikuntaa rajoittavia tai sitä estäviä

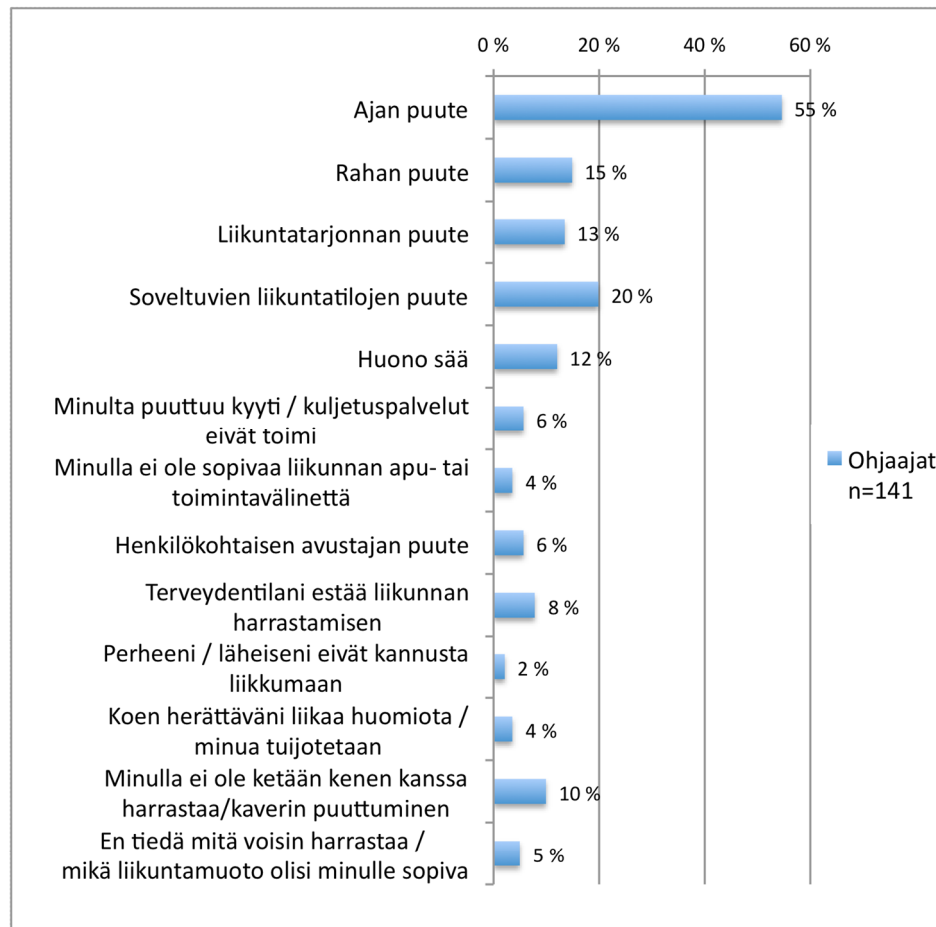
tekijöitä olivat muun muassa ajan ja rahan puute, huono sää sekä oma laiskuus. Kysymykseen oli mahdollista valita useampi vaihtoehto, joten vastausten lukumäärä on suurempi kuin vastaajien määrä.

Esteettömyyden kannalta merkittäviä liikuntaa rajoittavia tekijöitä olivat soveltuvien liikuntatilojen ja tarjonnan puute sekä epätietoisuus sopivasta harrastusmuodosta. Ohjaajilla oma harrastaminen voi jäädä helposti toisarvoiseksi kiireisessä aikataulussa ohjausvelvoitteen takia. Liikkujista 41 % ja ohjaajista 55 % vastasi ajan puutteen olevan liikuntaa rajoittava tekijä. Soveltuvien liikuntatilojen puute oli toiseksi yleisin vastaus, jonka valitsi ohjaajista 20 % ja liikkujista 23 %.

Suuri eroavaisuus liikkujien ja ohjaajien välillä oli kohdassa öen tiedä mitä vois in harrastaa/mikä liikuntamuoto olisi minulle sopivaö. Liikkujista 16% vastasi tämän rajoittavan liikkumista, kun ohjaajista vain 5 % oli tätä mieltä. Useimmilla kyselyyn vastanneilla oli liikunnan harrastamisen mahdollistava toimintakyky. Rintalan (1994,72) mukaan jopa 90 % vammaisista kokee, että heidän vammansa rajoittaa liikunnan harrastamista ja 10 %:lla se estää harrastamisen. Kyselyyn vastanneista ohjaajista 8 % koki terveydentilan rajoittavan tai estävän liikunnan harrastamista. Liikkujien keskuudessa 13 %:lla terveys oli liikuntaa rajoittava tai estävä tekijä. (Kuvio 3) Koska vastausmäärät olivat niin pieniä, voidaan pohtia, ovatko vastaajat pitäneet terveyden tilaa vain estävänä tekijänä. Pieniä vastausprosentteja tukee myös tieto vammattomien vastaajien osallistumisesta kyselyyn.

Ohjaajista vain 4 % koki herättävänsä liikaa huomiota, kun vastaava määrä oli liikkujilla kaksinkertainen, 8 %. Haastattelun perusteella kaksi ohjaajista oli kohdannut ennakkoasenteita vammaisuutta kohtaan, erityisesti tuijottamiselle alistavana paikkana pidettiin uimahallia. Ennakkoasenteilla ei kuitenkaan ollut rajoittavaa vaikutusta heidän toimintaansa. Eräs ohjaajista pyrki aktiivisesti vähentämään ennakkoasenteita vammaisuutta kohtaan. Liikkujista 6 % oli sitä mieltä, että he eivät olleet tervetulleita henkilökunnan puolesta. Ohjaajista ei kukaan ollut tätä mieltä. Liikkujien mielipide sisältää todennäköisesti paljon sellaisia liikuntapalvelujen tarjoajia, joiden tietämys ja kokemukset liikkumis- ja toimimisesteisistä ovat vähäisiä. Sosiaalisen mallin mukaan vammaisuutta voitaisiin vähentää sopeuttamalla yhteiskuntaa

kohtaamaan paremmin fyysisesti ja psyykkisesti erilaisia ihmisiä (Vehkakoski 1999, 92).



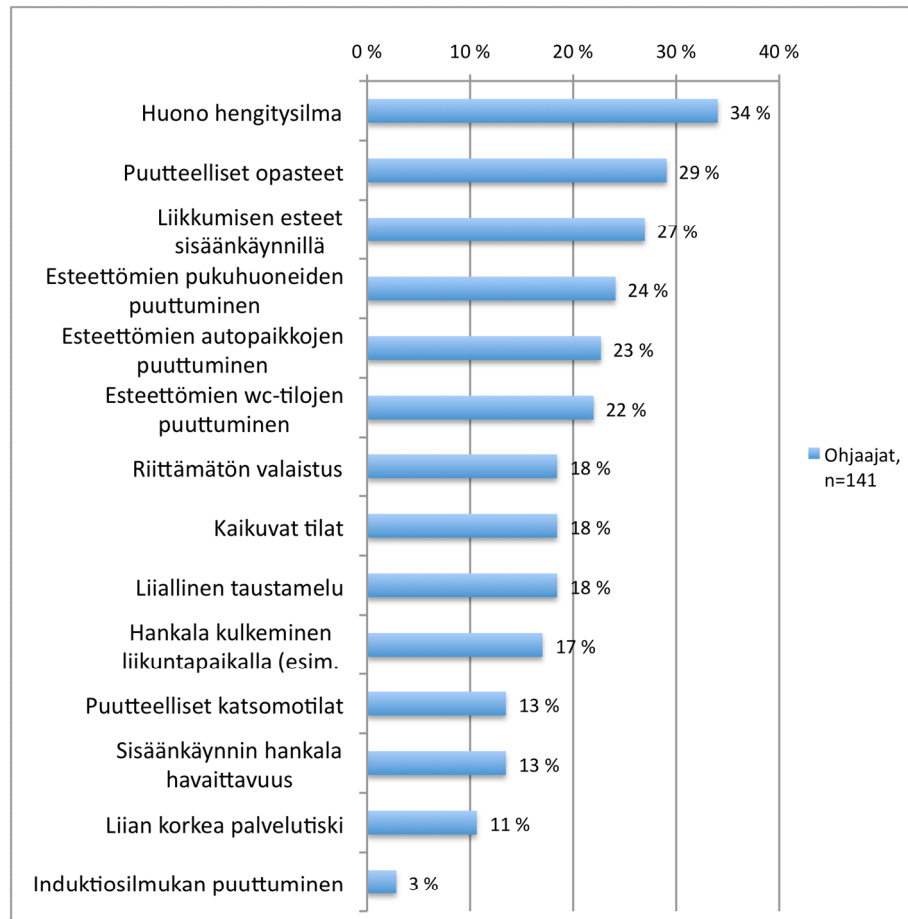
Kuvio 3. Liikunnan harrastamista rajoittavia tai estäviä tekijöitä

Etukäteistiedoista tärkeimpinä korostuivat pysäköintialueet ja esteettömät autopaikat 45 %, wc-, puku- ja pesutilojen sekä saunatilojen esteettömyys 42 %, esteetön kulku sisätiloissa 38 %, sisäänkäynnin esteettömyys 26 % sekä tieto siitä keneltä voi kysyä lisätietoja 28 %. Vastaajille annettiin mahdollisuus mainita useampi vaihtoehto ja sen vuoksi tässäkin kohdassa vastausprosentti oli suurempi kuin vastaajien määrä. Liikkujista tärkeätä oli tietää esteettömistä wc-, puku- ja pesutiloista, 45 %. Toivotut etukäteistiedot olivat suoraan verrattavissa liikuntapaikoilla koettuihin toimimisen esteisiin.

Haastattelussa ohjaajilta selvitettiin heidän kokemiaan esteitä ohjaamisen kannalta tärkeissä tiloissa. Välinevarasto ja muut säilytystilat koettiin haasteiksi. Suurin on-

gelma oli varaston sotkuisuus ja tavaroiden epäjärjestys. Erityisesti näkövammaisille ohjaajille olisi ensisijaisen tärkeää, että tavarat olisivat samoilla paikoilla. Kyseeseen eräs ohjaajista oli vastannut välinevarastoon liittyen. *öí välinevarastot eivät mahdollista yhdenvertaisuutta muiden kanssa eli vammaisen ei ole mahdollista osallistua välineiden hakemiseen ja kuljettamiseen kuin harvoin.* Myös säilytystilojen esteellisyys ja raskaiden välineiden siirtäminen koettiin ongelmiksi. Raskaat ovet ja ahtaat tilat rajoittivat välinevarastojen käyttöä. Yksi haastateltavista totesi heillä käytössä olevien tilojen olevan kuitenkin tyydyttäviä ja soveltuvan heidän toimintaansa.

Kuviossa 4 on kuvattu toimimista estäviä tai sitä hankaloittavia tekijöitä liikuntapaikoilla. Näitä olivat mm. esteettömien pukutilojen puuttuminen, liikkumisen esteet sisäänkäynnillä, puutteelliset opasteet sekä huono hengitysilma. Ohjaajat kokivat suurimmiksi haasteiksi huonon hengitysilman, 34 %, puutteelliset opasteet, 29 % ja liikkumisen esteet sisäänkäynnillä, 27 %. Liikkujilla korostui huono hengitysilma, 51 %, liiallinen taustamelu, 43 % ja hankala kulkeminen liikuntapaikalle, esimerkiksi kuljetuspalvelujen takia, 36 %. Toivottujen etukäteistietojen joukossa oli wc-, puku- ja pesutilojen esteettömyys. Liikuntapaikoilla koetuissa esteissä näiden arvo oli samaa suuruusluokkaa. Tosin kuviossa 4 wc- ja pukutilat oli eritelty omiksi vaihtoehtoiksi, mikä jakoi vastausten määrää. Yhteenlaskettuna wc- ja pukutilojen saama vastausten määrä oli ohjaajilta 46 %. Toimimista liikuntapaikoilla hankaloitti myös riittämätön valaistus, 18 %, sisäänkäynnin hankala havaittavuus, 13 % sekä kaikuvat tilat, 18 %. Eräs haastatteluun vastanneista kommentoi esteettömyyttä liikuntatiloissa. *öí ongelmat ovat samat joka puolella Suomea, mutta eteenpäin mennään pienin askelin.*



Kuvio 4. Koettuja toimimisen esteitä ja hankaluuksia liikuntatiloissa

Haastatteluun vastanneista ohjaajista kolme oli sitä mieltä, että heidän työympäristönsä olivat vähintään välttäviä tai tyydyttäviä. Yksi näistä ohjaajista mainitsi heidän mahdollisuudestaan vuokrata kaupungilta liikuntatiloja, joista uudet tai vasta peruskorjatut esteettömät tilat soveltuvat käyttöön hyvin. Toimivan ja esteettömän työympäristön hyväksi ohjaajat toivoivat, että ympäristön yleismelua pyritään vähentämään, ääniopasteita hisseissä, pistemerkintöjä ja ohjaavia opasteraitoja lisätäisiin sekä fyysisiä esteitä, kuten kynnyksiä ja rappusia, poistettaisiin. Toiveena oli saada myös uimahalleihin ryhmätiloja pukeutumista varten, jolloin oma puoliso tai perheenjäsen voisi toimia avustajana tai oppaana. Eräs ohjaajista totesi liikuntatilojen korjaustarpeen liikkumis- ja toimimisesteiset huomioiden. *öTärkeimpiä korjattavia asioita olisi eri liikuntatilojen, salien, uimahallien ja -rantojen, venesatamien, luontoreittien jne. saaminen kaikkien vammaisten (liikunta, näkö, kuulo) ulottuville esteettömänä ja saavutettavanaö.*

Liikkumis- ja toimimisesteisten ohjaajien työskentelyä liikunta-alalla edistäisi haastatteluun vastanneiden ohjaajien mukaan mahdollisuus käyttää avustajaa, toimitilojen esteettömyys, yleisten asenteiden muuttuminen suvaitsevammiksi sekä tietoisuus liikkumis- ja toimimisesteisten ohjausmahdollisuuksista. Työskentelyä liikunnan parissa helpottaisi myös harrastusvälineiden siirtämiseen tarkoitettujen välineiden suunnittelu, myös liikkumisen apuvälineiden käyttäjille mahdollisilla ratkaisuilta.

Eräs ohjaajista esitti tärkeän kommentin liittyen harrastamisen ja työskentelyn mahdollisuuksiin. *öMielestäni myös oppilaitoksissa, yrityksissä ja kunnan liikunta-toimissa olisi hyvä käydä liikuntaesteisiä ohjaajia/harrastajia kertomassa eri lajeistaö.* Tällä tavoin saataisiin vaikutettua asenteisiin sekä lisättyä tietoutta ja kiinnostuneisuutta liikunta-alaa kohtaan. *öSitä kautta voisi aueta uusia mahdollisuuksia liikunta-alalla.ö* Yksi ohjaajista toivoi myös lyhytkursseja eri liikuntamuodoista ja -lajeista liikkumis- ja toimimisesteisille.

5.3 Liikuntatilojen kysyntä

Sisä- ja ulkoliikuntatilojen käyttöastetta havainnollistettiin neljän luokan kautta: käytän usein, käytän joskus, en käytä ja haluaisin käyttää. Suosituimpia kohteita olivat ne, joihin tuli eniten usein-vastauksia. Toivottuina liikunnan harrastamisen kohteina olivat ne, joihin tuli useita haluaisin käyttää -vastauksia. Toivotuista liikuntatiloista olisi syytä huomioida ne tilat, joita käytetään jo jonkin verran. On todennäköistä, että näitä tiloja käytettäisiin entistä enemmän esteettöminä tiloina.

Ohjaajien keskuudessa erityisen suosittuja sisäliikuntatiloja olivat liikuntasalit ja ó hallit, esimerkiksi palloilusalit ja koulujen liikuntatilat, 34 %, uimahallit ja virkistyskylpylät, 28 % sekä kuntosalit, 23 %. Liikuntatilojen satunnaista käyttöä kuvasi joskus-vaihtoehto. Edellä mainittujen tilojen lisäksi ohjaajat käyttivät jonkin verran myös keilahalleja, 33 %, monitoimihalleja, 27 % sekä palvelukeskusten liikunta- ja monitoimitiloja, 20 %. Taulukossa 1 on kuvattu sisäliikuntatilojen käyttöä. Ohjaajat haluaisivat käyttää enemmän keilahalleja, 6 %, ampumahalleja, 5% sekä palvelukeskusten liikunta- ja monitoimitiloja, 6 %. Liikkujien keskuudessa suositut sisä-

liikuntapaikat olivat samoja kuin ohjaajilla. Muista vastaajista poiketen naisliikkujat olivat vastanneet useaan kohtaan haluaisin -vaihtoehdon. Eniten näistä liikkujat halusivat käyttää ratsastushalleja eli maneeseja, 12 %, keilahalleja, 12 % sekä kuntosaleja 10 %. Ohjaajat olivat liikkujia aktiivisempia käyttämään liikuntatiloja. Tätä johtuen ohjaajilla liikuntatilojen toivotut käyttöasteet olivat parin prosenttiyksikön pienempi kuin liikkujilla. Voidaan pohtia, ovatko ohjaajien vammat lievempiä ja täten liikuntatilat on helpommin lähestyttävissä. Ohjaajien vähäiseen liikuntatilojen toivottuun käyttöön voi vaikuttaa myös hyvä itsetunto ja rohkea asenne lähestyä uusia liikuntatiloja.

Taulukko 1. Käytetyt sisäliikuntatilat

Liikuntapaikka	Usein	Joskus	Haluaisin
Liikuntasalit ja . hallit (esim. palloilusalit, koulujen liikuntatilat)	34 %	38 %	4 %
Kamppailu- ja budolajit	1 %	4 %	0 %
Kuntosalit	23 %	45 %	2 %
Uimahallit ja virkistyskylpylät	28 %	43 %	2 %
Tennishallit	2 %	6 %	1 %
Jalkapallohallit	4 %	9 %	1 %
Keilahallit	4 %	33 %	6 %
Ampumahallit	4 %	6 %	5 %
Ratsastushallit eli maneedit	3 %	6 %	4 %
Monitoimihallit	12 %	27 %	5 %
Palvelukeskuksen liikunta- tai monitoimitila	8 %	20 %	6 %
Joku muu	9 %	7 %	4 %

Ulkoliikuntatiloista suosittuja olivat peli- ja urheilukentät, 16 %, uimarannat, 14 %, ulkoilu- ja retkeilyalueet ja öreitit, 27 %, hiihtoladut, 33 % sekä kevyen liikenteen väylät/maantiet, 45 %. Ohjaajat vastasivat haluavansa käyttää muun muassa rinnehihtokeskuksia, 5 %, purjehdussatamia ja vesiliikunta-alueita, 7 %, ulkoilu- ja retkeilyalueita, 6 % sekä golfkenttiä 5 %. Ohjaajilla ulkoliikuntatilojen käyttö oli yleisesti aktiivista, sen vuoksi toivotun käytön vastaukset jäivät melko vähäisiksi. Liikkujat toivoivat voivansa käyttää ohjaajien vastaamien liikuntatilojen lisäksi jousiammunta- ja ammuntaratoja, 8 %, ratsastuskenttiä, 9 % sekä kiipeilyalueita 9 %. (Taulukko 2)

Liikkujien ja ohjaajien suosittu ulkoliikuntatilat olivat pääosin samoja. Liikkujilla ulkoliikuntatilojen käyttö oli hieman vähäisempää kuin ohjaajilla, mutta he toivoivat

ohjaajia enemmän voitavansa käyttää liikuntatiloja. Sisäliikuntatiloista olivat suosittuja edulliset ja monipuoliset vaihtoehdot, ulkoliikuntatiloista olivat suosiossa perinteisiä liikuntamuotoja tukevat, esimerkiksi lenkkeilyn, hiihtämisen ja uinnin mahdollistavat paikat.

Sisä- ja ulkoliikuntatiloista muutamien paikkojen käytettävyys oli ennustettavissa, kuten kiipeilyalueiden sekä kamppailu- ja budolajien vähäinen käyttöaste sekä kevyenliikenteen väylien ja uimahallien suosio. Liikuntalajin edellyttämä aktiivisuus ja toimintakyky vaikuttivat liikuntatilojen suosioon. Rauhallisemmat lajit keräsivät enemmän vastaajia kuin korkeaa kuntoa ja lajikohtaista taitoa vaativat liikuntalajit. Liikuntatilat, joita käytettiin pääasiassa usein tai joskus, ovat todennäköisesti esteettömyydeltään toimivia tai ainakin välttäviä kohteita. Liikuntatiloissa, joihin tuli joskus ja haluaisin käyttää -vastauksia, voisi esteettömyyskartoitus ja mahdolliset korjaustyöt olla ajankohtaisia.

Taulukko 2. Käytetyt ulkoliikuntatilat

Ohjaajat	Usein	Joskus	Haluaisin käyttää
Peli- ja urheilukentät	16 %	42 %	1 %
Rinnehiihtokeskukset	13 %	22 %	5 %
Jäähalli ja tekojääradat	5 %	20 %	4 %
Golfkentät	9 %	8 %	5 %
Uimarannat	14 %	43 %	4 %
Ulkoilu- ja retkeilyalueet ja . reitit	27 %	45 %	6 %
Purjehdussatamat ja vesiliikunta-alueet	6 %	15 %	7 %
Hiihtoladut	33 %	28 %	2 %
Jousiammunta- ja ammuntaradat	3 %	3 %	5 %
Luistin- ja jääradat	8 %	23 %	3 %
Rullalautailualueet	0 %	1 %	1 %
Kiipeilyalueet	0 %	6 %	8 %
Moottoriturheilualueet	1 %	5 %	5 %
Kevyen liikenteen väylät / maantiet	45 %	26 %	2 %
Ratsastuskentät	2 %	4 %	4 %
Joku muu	9 %	4 %	3 %

Eräs haastatteluun vastanneista ohjaajista ilmaisi huolensa esteettömien liikuntatilojen ja -palvelujen tämänhetkisestä tilanteesta: *öi se, että liikuntapaikoilla ei huomioida liikuntaesteisiä, tarjontaa on vähän niin yrityksillä kuin kaupungeilla/kunnilla, ja tietoa soveltuvista lajeista on vähän ihan alan ammattilaisillakin ja*

että tarjotaan "tietynlaisia" lajeja, osoittaa että liikuntaesteisten ei niin kovin oleteta haluavan tai tarvitsevan liikuntaa.ö

5.4 Tutkimuksen keskeisimmät tulokset

Ohjaajat olivat aktiivisia liikkujia ja toimijoita monista liikunnan harrastamista rajoittavista tekijöistä huolimatta. Liikuntatiloissa koetut esteet olivat jaettavissa kahteen ryhmään: liikkumista estävät tekijät sekä aisteja, kuten näkö ja kuulo, häiritsevät tekijät. Koetuista esteistä yleisimpiä olivat huono hengitysilma, puutteelliset opasteet ja liikkumisen esteet sisäänkäynnillä. Voimavaroja esteettömyyden parantamiseksi olisi hyvä keskittää liikuntapaikkoihin, joilla on jo kohtalainen tai suuri käyttöaste. Näitä tiloja ovat esimerkiksi ulkoilu- ja retkeilyalueet, rinnehihtokeskukset, monitoimihallit, keilahallit sekä palvelukeskusten liikunta- ja monitoimitilat. On todennäköistä, että näitä tiloja käytettäisiin entistä enemmän esteettöminä tiloina. Näin käytetyt resurssit kohdistuisivat suurempaan joukkoon liikunnanharrastajista.

Tutkimuksen keskeisimpinä tuloksina voidaan pitää:

1. Koetut esteet liikunnan parissa olivat fyysisten esteiden lisäksi sosiaalisia ja psyykkisiä esteitä.
 - Esteettömien liikuntamahdollisuuksien parantamiseksi muutoksia tarvitaan näihin kaikkiin
 - Tärkeimpänä pidettiin kuitenkin liikkumisen esteettömyyttä, 44 %
2. Paineet esteettömyydestä kohdistuu kaikkiin liikuntamuotoihin
 - Suurissa kunnissa esteettömyys toteutuu paremmin
 - Perus liikuntalajit, kuten hiihto, uinti, kävely/ ulkoilu olivat suosittuja
3. Parantamalla esteettömyyttä liikuntatiloissa saadaan nykyiset käyttäjät pidettyä aktiivisina liikkujina ja lisättyä uusien harrastajien määrää

- Soveltuvien liikuntatilojen puute rajoitti tai esti liikunnan harrastamista jopa 20 %:lla vastanneista ohjaajista
4. Ohjaajien ja liikkujien kokemissa esteissä ja liikunnan harrastamista rajoittavissa tekijöissä ei ollut merkittäviä eroja.

6 POHDINTA

Tein opinnäytetyön yhteistyössä Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry:n kanssa. Tutkimukseni oli osa suurempaa Este-hanketta, jota toteuttamassa olivat myös Kynnys ry sekä Suomen Liikunta ja Urheilu ry. Este-hankkeen kohderyhmänä olivat liikkumis- ja toimimisesteiset henkilöt. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää liikkumis- ja toimimisesteisten liikunta-alan ammattilaisten kokemia esteitä heidän toimintaympäristössään. Liikkumis- ja toimimisesteisellä henkilöllä kyky liikkua, toimia tai kommunikoida on joko pysyvästi tai tilapäisesti rajoittunut (Rakennustietosäätiö 2007, 8).

Tutkimuksessa selvisi, että esteettömyyden osa-alueista tärkeimpänä pidettiin liikkumisen esteettömyyttä, 44 %. Liikuntaa rajoittavina tai sitä estävinä tekijöitä olivat muun muassa ajan ja rahan puute sekä huono sää. Esteettömyyden kannalta merkittäviä tekijöitä olivat soveltuvien liikuntatilojen ja tarjonnan puute. Yleisin vastaus liikkumattomuuteen oli kuitenkin ajan puute, mikä todennäköisesti pätee myös vammattomilla liikunnan harrastajilla. Soveltuvien liikuntatilojen puute oli toiseksi yleisin, joka viides koki sen rajoittavan liikunnan harrastamista. Terveystila rajoitti tai esti liikunnan harrastamisen ohjaajista vain 8 %:lla, joka on pieni osuus rajoittavista tekijöistä. Liikkujista 13 %:lla terveystila rajoitti liikkumista.

Esteettömyyteen liikuntapaikoilla vaikuttivat mm. huono hengitysilma, 34%, puutteelliset opasteet, 29 % ja liikkumisen esteet sisäänkäynnillä, 27 %. Toimimista liikuntapaikoilla hankaloittivat myös riittämätön valaistus, sisäänkäynnin hankala havaittavuus sekä kaikuvat tilat. Toivotut etukäteistiedot olivat verrattavissa koetuihin esteisiin liikuntapaikoilla. Etukäteistiedoista tärkeimpinä pidettiin tietoa pysäköintialueista ja esteettömistä autopaikoista, wc-, puku- ja pesutilojen sekä saunatilojen esteettömyydestä sekä esteettömästä liikkumisesta sisätiloissa. Toimimisen helpottamiseksi haastatteluun vastanneet ohjaajat toivoivat muutoksia rakennusten esteettömyyteen. Näitä olivat mm. ympäristön yleismelun vähentäminen, pistemerkintöjen ja ohjaavien opasteraitojen lisääminen lattioihin sekä fyysisten esteiden, kuten kynnyksien ja rappusten, poistaminen.

Haastatteluun vastanneiden mukaan liikkumis- ja toimimisesteisten ohjaajien työs-
kentelyä liikunta-alalla edistäisi mahdollisuus käyttää avustajaa, toimitilojen esteet-
tömyys sekä tietoisuus liikkumis- ja toimimisesteisten mahdollisuuksista toimia
ohjaajana. Näiden ohella mainittiin välinevaraston siisteys sekä harrastusvälineiden
siirtämiseen tarkoitettujen kärkyjen ja korien vaihtaminen helpommin siirrettäviin.
Liikkumisen apuvälineitä käyttäville henkilöille nämä muutokset mahdollistaisivat
nopeamman ja vaivattomamman toiminnan.

Toinen alaongelmista selvitti, mitkä liikuntatilat tulisi huomioida esteettömyyden
kannalta. Suosittuja sisäliikuntatiloja ohjaajien keskuudessa olivat liikuntasalit ja ó
hallit, 34 %, uimahallit ja virkistyskylpylät 28 % sekä kuntosalit 23 %. Ulkoliikun-
tatiiloista suosituimpia olivat peli- ja urheilukentät, 16 %, uimarannat, 14 %, ulkoi-
lu- ja retkeilyalueet ja óreitit, 27 %, hiihtoladut, 33 % sekä kevyen liikenteen väylät
/ maantiet, 45 %. Nämä ovat todennäköisesti melko esteettömiä, koska niiden
käyttöaste on suuri. Toki paikkakuntakohtaista vaihtelua on. Useimmiten suurissa
kaupungeissa asuvat erityisryhmiin kuuluvat ovat paremmassa asemassa liikunnan
harrastamisen suhteen kuin pienissä kunnissa asuvat (OPM2005, 24). Niissä kau-
pungeissa ja kunnissa, joissa on vasta rakennettu tai peruskorjattu liikuntatiloja
tilanne on todennäköisesti parempi.

Ohjaajilla sisä- ja ulkoliikuntatilojen käyttö oli aktiivista, minkä vuoksi liikuntatilo-
jen toivottu käyttö oli melko vähäistä. Ohjaajat halusivat käyttää enemmän keila-
halleja, 6 %, ampumahalleja, 5 % sekä palvelukeskusten liikunta- ja monitoimitilo-
ja, 6 %. Ulkoliikuntatiloista toivottiin muun muassa rinnehihtokeskuksia, 5 %,
purjehdussatamia ja vesiliikunta-alueita, 7 %, ulkoilu- ja retkeilyalueita, 6 % sekä
golfkenttiä 5 %. Liikuntatiloihin, joita toivottiin käytettävän, voisi olla ajankohtais-
ta suunnata huomiota liikuntapaikkojen esteettömyyskartoitusta tehtäessä. Joillakin
liikuntapaikoilla käyttöaste oli kyselyn muiden liikuntatilojen keskitasoa korkeampi,
mutta silti niitä toivottiin käytettävän enemmän. Tästä esimerkkinä ulkoilu- ja ret-
keilyalueet, johon ohjaajista 27 % vastasi käyttävänsä usein, 45 % joskus ja 6 %
toivoi käyttävänsä. Useimmissa toivotuissa kohteissa käyttöaste oli kuitenkin koh-
talainen tai vähäinen. Esteettömyyden kartoittaminen ja tilojen korjaaminen kannat-
taa aloittaa liikuntatiloista, joita käytettiin jonkin verran ja toivottiin käytettävän.

Näitä tiloja tulnaisiin todennäköisesti myös käyttämään enemmän kunnostuksen jälkeen kuin tiloja, joita ei ole ennen käytetty juuri ollenkaan.

Tutkimuksessa käytettiin kahta eri aineistonkeruumenetelmää, laadullista ja määrällistä. Tutkimuksen pääasiallinen aineisto kerättiin kyselyllä. Lomakehaastattelu tuki kyselyä. Kysely Internetin välityksellä mahdollisti laajan otannan. Vastaajien asuinpaikkakuntia ei kysytty, joten kyselyn maanlaajuista kattavuutta ei voida todistaa. Kyselyn tekeminen mahdollisti laajan tutkimusaineiston. Kyselyssä oli kattavasti kysymyksiä ja näissä useita vastausvaihtoehtoja. Joissakin kysymyksissä oli jätetty myös avoin vastaus, mikä mahdollisti vastaajalle vastata omin sanoin. Kyselyn tuloksista ei voitu eritellä vammattomia ja vammaisia vastaajia, mikä olisi ollut tärkeää tutkimuksen kannalta. Kyselyyn on voinut vastata myös sellaisia henkilöitä, joilla ei ole itsellä liikkumis- tai toimimisestettä. Uskon, että he ovat olleet kiinnostuneita esteettömyydestä ja siksi vastanneet kyselyyn.

Tutkimuksessa oli tarkoitus toteuttaa toisena aineistonkeruumenetelmänä teemahaastattelu. Teemahaastattelu olisi pitänyt tehdä puhelimitse ja sen litterointiin olisi mennyt runsaasti aikaa. Lomakehaastattelu oli mahdollista toteuttaa sähköpostitse. Rajasin kysymykset tarkasti ja helposti vastattaviksi, jotta vastausprosentti olisi mahdollisimman suuri. Vaikka kyselyyn vastanneet olivat antaneet yhteystietonsa mahdollisten lisätietojen keräämistä varten, olisi teemahaastattelu voinut karsia vastaajia. Lomakehaastattelussa vastaajilla oli kuitenkin mahdollisuus kirjoittaa haluamansa pituiset vastaukset. Sähköisesti toteutetun haastattelun etuna oli sen helppo käsiteltävyys suoraan kirjallisessa muodossa. Osa haastattelun kysymyksistä olisi voinut olla tyyliltään avoimempia, sillä nyt ne ohjasivat liikaa vastausten suuntaa ja jätti ne hieman pinnallisiksi, mikä tuli esille esimerkiksi kysymyksessä välinevaraston esteettömyydestä. Sanat *mitkä*, *käytätkö* ja *oletko* olisi voinut korvata sanoilla *kerro* tai *kuvaile*, jolloin vastauksiin olisi tullut persoonallisempi ote.

Jatkotutkimusta tehdessä olisi hyvä perehtyä huolella Webropolin tarjoamiin mahdollisuuksiin käsitellä ja taulukoida aineistoa. Pääsin ensimmäisen kerran käyttämään kyseistä sivustoa. Aikaisempi kokemus sivuston käytöstä olisi ollut tutkimuksen kannalta hyödyllistä. Haastattelua tehdessä piti huomioida valmisteluun, toteu-

tukseen ja analysointiin kuluva aika. Haastattelun avulla voidaan päästä syvälle haastateltavien ajatusmaailmaan, kunhan se toteutetaan huolella. Tehtäessä haastattelua yksityishenkilöille vastausprosentti voi jäädä vähäiseksi, jos haastattelun täyttämiseen tarvitsee erityisesti varata aikaa ja pysähtyä miettimään.

Tutkimus lisäsi tietoa liikkumis- ja toimimisesteisten liikkujien ja ohjaajien kokemista esteistä liikuntapaikoilla. Liikuntaa rajoittavat tekijät kartoitettiin laajasti. Tutkimuksessa selvitettiin, mikä vaikutus erilaisilla sosiaalisilla, psyykkisillä ja fyysisillä esteillä oli liikunnan harrastamiseen. Tutkimus kartoitti myös liikuntatilojen tämänhetkistä käyttöä ja niiden toivottua käyttöä. Liikuntatilojen käyttöaste kuvastaa osittain tilojen esteettömyyttä. Niitä tiloja, jotka esimerkiksi mahdollistivat liikunnanapuvälineitä käyttävän henkilön liikkumisen, käytettiin runsaasti. Kyselyn perusteella harrastuneisuus oli runsasta esteellisistä tiloista huolimatta.

Kyselyn tulokset ovat yleistettävissä liikkumis- ja toimimisesteisiin koko maassa. Kyselyyn vastasi yhteensä 340 henkilöä, joista ohjaajia oli 141 vastaajaa. Kyselyn suuri vastaajamäärä mahdollistaa yksittäisten vastausten puuttumisen, sen vaikuttamatta merkittävästi tuloksiin. Haastattelupyynnöjä lähetettiin 12 henkilölle, joista haastatteluun osallistui vain kuusi vastaajaa. Näiden lisäksi kaksi vastaajaa ilmoitti olevansa vammattomia, esteettömyydestä kiinnostuneita, minkä johdosta olivat vastanneet kyselyyn. Vastauskato oli silti suuri. Neljä jätti kokonaan vastaamatta yhteydenottoon. Todennäköisesti vastaamatta jättäneet olivat vammattomia ja täten eivät kuuluneet kohderyhmään. Vastauskato voi johtua myös haastattelun toteutustavasta. Internetin välityksellä tehtäviin kyselyihin ja haastatteluihin on usein suurempi kynnys vastata kuin tutkijan henkilökohtaisesti toteuttamiin. Haastattelun vastaukset ovat kuitenkin yhteneviä kyselyn tulosten kanssa. Haastattelun kautta saatuja tuloksia ei voida yleistää samassa mittakaavassa kuin kyselyn antamia tuloksia.

Tutkimustyötäni hyödynnetään Este-hankkeessa. Esittelen tutkimukseni tulokset hankkeen työryhmän kokouksessa 17.11.2010 Pasilassa SLU-talolla. Tuloksia hyödynnetään opetusministeriön liikuntapaikkajulkaisusarjan esteettömyyttä käsittelevien oppaiden uudistamistyössä. Tulosten perusteella arvioidaan ensisijaisesti

oppaiden uudistamisjärjestystä. Tuloksia käytetään myös oppaiden sisältöä suunniteltaessa. Kirjoitin kyselyn tuloksista erillisen raportin, jota hyödynnettiin kyselystä kertovassa artikkelissa *Vammaisurheilu ja öliikunta* -lehdessä numerossa 4/2010, joka ilmestyi verkkolehtenä 29.09.2010 VAU:n internet-sivuilla, <http://www.vammaisurheilu.fi/fin/lehti> (LIITE 3). Tutkimus herätti kiinnostuksen liikkumis- ja toimimisesteisten mahdollisuudesta toimia liikunnanohjaajina tai valmentajina. Olisi mielenkiintoista kehittää esimerkiksi lajikohtaisia koulutuksia ohjaajille tai lajikokeiluleirejä, joissa olisi mahdollisuus kokeilla monipuolisesti liikuntalajeja.

Koen, että kahden erityyppisen aineistonkeruumenetelmän yhdistäminen oli tarkoituksenmukaista. Kyselyn tulosten kirjaaminen ja analysointi vei odotettua enemmän aikaa, mutta koen, että silti se kannatti. Toisen tekemää kyselyä analysoitaessa ja tulkittaessa huomasin asioita, joita itse olisin mahdollisesti tehnyt toisin. Haastattelu olisi voinut antaa yksityiskohtaisempaa ja tarkempaa tietoa ohjaajien kokemista esteistä, mikäli se olisi ollut teemahaastattelu. Haastattelua suunnitellessani tutustuin erilaisiin haastattelumenetelmiin, joista lopulta valitsin lomakehaastattelun. Lähdekirjallisuutta tutkimalla opin olemaan lähdekriittinen sekä valmiita aineistoja että tutkimuksessa käytettyjä lähteitä kohtaan.

Tutkimustyön tekeminen oli mielenkiintoinen, haastava ja samalla antoisa prosessi. Opin paljon niin tutkimuksen tekemisestä kuin esteettömyydestä ja liikkumis- ja toimimisesteisyyteen vaikuttavista tekijöistä. Työprosessin aikana tutustuin laajasti aiheeseen liittyvään lähdekirjallisuuteen. Tutkimusta tehdessä opin uutta vieraskielistä liikunta-alan sanastoa. Osa lähdekirjallisuudesta oli englanninkielistä ja osa kyselyn vastauksista, 90 vastausta, oli ruotsinkielellä. Keväällä 2010 kävin suuntaavissa opinnoissa kansainvälisen soveltavan liikunnan kurssin *European University Diploma in Adapted Physical Activity*. Koen, että kevään opinnoista oli suuri apu englanninkielistä materiaalia tutkiessani. Uskon myös, että tämä kurssi paransi valmiuksiani tarkastella ja analysoida syvällisemmin kyselyssä ja haastattelussa saamiani tuloksia. Tutkimustyötä tehdessäni opin tuottamaan ja jäsentelemään tekstiä. Opin käyttämään eri lähteitä ja lähdemateriaalin etsimiseen tarkoitettuja internet-sivustoja.

Tämä opinnäytetyö oli ensimmäinen tutkimustyöni. Olen tyytyväinen siihen. Tutkimuksessa on toki omat heikkoutensa, mutta usein jälkeenpäin onkin helppo sanoa, mitä olisi pitänyt tehdä toisin. Lähdin tekemään tutkimusta ennakkoluulottomasti ja kiinnostuneesti. Tutkimusta tehdessä pyrin ottamaan huomioon koulun ja VAU:n työlle asettamat tavoitteet. Priorisoin tutkimuksen tärkeimmäksi ja keskityin sen tekemiseen täysin. Kahden kuukauden työharjoittelujakson ajan tein tutkimustyötä iltaisin ja viikonloppuisin. Olin työharjoittelussa Invalidiliiton Lahden kuntoutuskeskuksessa, jossa toimin ryhmäliikunnanohjaajana. Työharjoittelun jälkeen oli mukava palata täysipäiväiseen työskentelyyn. Koen, että sain työharjoittelun kautta uusia ajatuksia ja erityisesti voimia tehdä työtäni.

Yhteistyö Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry:n kanssa auttoi ja motivoi tekemään työtä. Tarvittaessa sain myös tukea ja kannustusta. Tutkimusprosessin aikana opin työskentelemään itsenäisesti, olemaan pitkäjänteinen, aikatauluttamaan työskentelyni ja pysymään siinä sekä luottamaan omiin kykyihini. Tutkimuksen tekeminen opetti myös pyytämään apua ja neuvoja läheisiltäni. Tutkimusta tehdessä huomasin, miten itselle pienillä asioilla voi olla jollekin toiselle suuri merkitys. Kyselyssä selvisi mm. useiden psyykkisten ja fyysisten esteiden rajoittavuus liikunnan harrastamista kohtaan. Itsellä tätä ongelmaa ei ole koskaan ollut. Liikunnanohjaajana heräsi ajatus siitä, kuinka vastaavanlaisia asioita pitäisi huomioida omassa työssään ja tehdä työtä oikeasti jokaisen yksilön lähtökohdat huomioiden. Yhteistyö VAU:n kanssa auttoi ymmärtämään miten suuresta ja tärkeästä asiasta on kyse. Kokonaisuudessaan opinnäytetyön tekeminen oli opettavainen ja mielenkiintoinen prosessi.

LÄHTEET

American Heart Association. 2007. Physical Activity and Public Health in Older Adults: Recommendation From the American College of Sports Medicine and the American Heart Association [viitattu 06.10.2010]. Saatavissa:

<http://circ.ahajournals.org/cgi/reprint/116/9/1094?maxtoshow=&hits=10&RESULTFORMAT=&fulltext=physical+activity+older+dults&searchid=1&FIRSTINDEX=0&resourcetype=HWCIT>

Eskola, J. & Vastamäki, J. 2007. Teemahaastattelu: Opit ja opetukset. Teoksessa Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Juva: WS Bookwell Oy.

Ferreira, J. 2010. Why people get involved in disability sport? Kurssimateriaali. European University Diploma on Adapted Physical Activity.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. 10. Osin uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Kilpelä, N. 2009. Este-hanke. Loppuraportti, Kynnys ry.

Maankäyttö- ja rakennuslaki 132/1999 [viitattu 12.09.2010]. Saatavissa:

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990132>

Oliver, M. 1996. Understanding disability: From theory to practice. Palgrave: Hampshire.

Opetusministeriö. 2008. Liikuntapaikkarakentamisen suunta 2011 [viitattu 10.09.2010]. Saatavissa:

<http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2008/liitteet/opm45.pdf>

Perustuslaki 371/1999 [viitattu 12.09.2010]. Saatavissa:

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>

- Putkinen, M. 2009. Kohti opiskelun esteettömyyttä?. Teoksessa Tanskanen, I. & Suominen-Romberg, T (toim.) Esteettömästi saavutettavissa. Turun ammattikorkeakoulun raportteja 82. Turku.
- Rakennustietosäätiö RTS. 2007. Suunnitteluopas. Esteetön rakennus ja ympäristö. Rakennustieto Oy: Helsinki.
- Rintala, P. 1994. Liikunnan merkitys vammaisille. Teoksessa Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu. Tieteellinen katsaus. Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö (LIKES). Jyväskylä, 68-76.
- Saari, A. 2008. Liikuntarakentamisen esteettömyyden arviointi óhanke 2009. Suomen Vammaisurheilu ja óliikunta VAU ry.
- Saari, A. & Pousi, P. 2009. Este-hanke. Hankehakemus 2010-2011. Suomen Vammaisurheilu ja óliikunta VAU ry.
- Vehkakoski, T. 1999. Vammaiseksi nimeämisestä vammaisuuden luomiseen. Teoksessa Lahdonlahti, T., Naukkarinen, A. & Vehmas, S. (toim.) Poikkeava vai erityinen? Erityispedagogiikan monet ulottuvuudet. Jyväskylä: Atena, 88-102.
- Vehmas, S. 1999. Vammaisuuteen liittyvien rajoitteiden vähentäminen: Yksilöön ja yhteisöön kohdistettavien toimenpiteiden moraalinen oikeutus. Teoksessa Lahdonlahti, T., Naukkarinen, A. & Vehmas, S. (toim.) Poikkeava vai erityinen? Erityispedagogiikan monet ulottuvuudet. Jyväskylä: Atena, 103-122.
- Vilka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- World Health Organization. 2007. Working for health: an introduction to the World Health Organization. Switzerland [viitattu 05.10.2010]. Saatavissa: http://www.who.int/about/brochure_en.pdf

World Health Organization 2010. International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) [viitattu 05.10.2010]. Saatavissa:

<http://www.who.int/classifications/icf/en/>

Ympäristöministeriö. 2004. F1 Suomen Rakentamismääräyskokoelma: Esteetön Rakennus, määräykset ja ohjeet 2005. Helsinki: Edita Publishing Oy

Kysely liikuntapaikkojen esteettömyydestä ja liikunnan harrastamisesta

Vaikuttaako liikuntapaikkojen esteettömyys ja saavutettavuus liikkumiseesi?

Tämän kyselyn tavoitteena on kartoittaa käyttäjien kokemuksia liikuntatiloista.

Kyselyn tuloksia käytetään liikuntapaikkojen esteettömyyden ja liikuntapalvelujen saavutettavuuden kehittämiseen.

Kyselyn vastaamiseen menee noin 15 minuuttia. Kaikki tiedot käsitellään luottamuksellisesti.

Kyselyn toteutuksesta vastaavat Kynnys ry, Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry sekä Suomen Liikunta ja Urheilu SLU ry.

Lisätiedot kyselyn toteutuksesta: riikka.juntunen@slu.fi.

1) Kyselyyn vastaajan sukupuoli

- nainen
 mies

2) Kyselyyn vastaajan ikä

- alle 20 vuotta
 21-30 vuotta
 31-40 vuotta
 41-50 vuotta
 51-60 vuotta
 yli 60 vuotta

3) Kyselyyn vastaajan asuinkunnan koko

- alle 10 000 asukasta
 10 000-alle 20 000 asukasta
 20 000-alle 50 000 asukasta
 yli 50 000 asukasta

4) Millaisessa roolissa toimit liikunnassa ja urheilussa?

- Satunnainen liikkuja
 Kuntoilija
 Urheilija
 Valmentaja/ohjaaja
 Avustaja
 Tuomari/toimitsija
 Seura-yhdistystoimija
 Liikuntapaikan henkilökuntaan kuuluva
 Joku muu

5) Kuinka usein harrastat liikuntaa?

- Vähintään 5 kertaa/viikko
 4 kertaa/viikko
 3 kertaa/viikko
 2 kertaa/viikko
 1 kerta/viikko
 2-3 kertaa/kuukausi
 Harvemmin
 En koskaan
 En osaa sanoa

6) Mikä seuraavista rakennetun ympäristön esteettömyyden osa-alueista on sinulle tärkein?

- näkemisympäristön esteettömyys
- liikkumisen esteettömyys
- selkeät, helposti ymmärrettävät tilat (esim. selkeät opasteet)
- kuulemisympäristön esteettömyys
- en osaa sanoa

7) Mitkä tekijät rajoittavat tai estävät sinua harrastamasta liikuntaa? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- ajan puute
- rahan puute
- soveltuvien liikuntatilojen puute
- liikuntatarjonnan puute
- liikunta ei kiinnosta minua
- henkilökohtaisen avustajan puute
- terveydentilani estää liikunnan harrastamisen
- minulta puuttuu kyyti / kuljetuspalvelut eivät toimi
- liikuntatilat eivät ole viihtyisiä
- huono sää
- en tunne olevani tervetullut henkilökunnan taholta
- perheeni / läheiseni eivät kannusta liikkumaan
- koen herättäväni liikaa huomiota / minua tuijotetaan
- minulla ei ole sopivaa liikunnan apu- tai toimintavälinettä
- minulla ei ole ketään kenen kanssa harrastaa/kaverin puuttuminen
- en tiedä mitä voisin harrastaa / mikä liikuntamuoto olisi minulle sopiva
- muut syyt, mitkä?

8) Millaisessa seurassa tai ryhmässä mieluiten liikut tai harrastat?

- yksin
- yksin avustajan kanssa
- tavallisessa liikuntaryhmässä muiden kanssa
- erityisryhmässä muiden vastaavan toimintakyvyn omaavien henkilöiden kanssa
- muulla tavoin, miten?

9) Millainen etukästelstieto esteettömyydestä on tärkeää sinulle? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- esteettömät julkiset liikenneyhteydet
- pysäköintialueet, esteettömät autopaikat
- taksi lähelle ovea (saattoliikenne)
- sisäänkäynnin esteettömyys
- wc-, puku- ja pesutilojen sekä saunatilojen esteettömyys
- ohjelpalvelun (esim. kahvion) esteettömyys
- induktiosilmukka
- katsomotilojen esteettömyys
- esteetön kulku sisätiloissa
- opas- ja avustajakoirat (sallittu)
- hyvien kontrastien huomioiminen opasteissa, selkeät opasteet
- tieto siitä keneltä voin kysyä lisätietoja
- muut palvelut, mitä (esim. majoitus)

10) Sisäliikuntatilat, joita käytät

	käytän usein	käytän joskus	en käytä	haluaisin käyttää
Liikuntasalit ja -hallit (esim. pallotusosalit, koulujen liikuntatilat)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kamppailu- ja budolajit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kuntosalit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Uimahallit ja virkistyskylpylät	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tennishallit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jalkapallohallit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Keilahallit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ampumahallit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ratsastushallit eli maneedit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Monitoimihallit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Palvelukeskuksen liikunta- tai monitoimitila	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Joku muu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

11) Ulkoliikuntatilat, joita käytät

	käytän usein	käytän joskus	en käytä	haluaisin käyttää
Peli- ja urheilukentät	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Rinnehiihtokeskukset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jäähalli ja tekojääradat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Golfkentät	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Uimarannat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ulkouilu- ja retkeilyalueet ja -reitit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Purjehdussatamat ja vesiliikunta-alueet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hiihtoladut	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jousiammunta- ja ammuntaradat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Luistin- ja jääradat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Rullalautailualueet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kiipeilyalueet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Moottonurheilualueet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kevyen liikenteen väylät / maantiet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ratsastuskentät	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Joku muu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

12) Millaisia toimimisen esteitä ja hankaluuksia olet kokenut liikuntatiloissa?

- Hankala kulkeminen liikuntapaikalla (esim. kuljetuspalvelun takia)
- Esteettömien autopaikkojen puuttuminen
- Liikkumisen esteet sisäänkäynnillä
- Sisäänkäynnin hankala havaittavuus
- Liian korkea palvelutiski
- Induktiosilmukan puuttuminen
- Esteettömien wc-tilojen puuttuminen
- Esteettömien pukuhuoneiden puuttuminen
- Puutteelliset opasteet
- Puutteelliset katsomotilat
- Riittämätön valaistus
- Kaikuva tilat
- Huono hengitysilmä
- Liiallinen taustamelu

13) Millaisia muita liikuntapaikkoihin liittyviä esteettömyysongelmia olet kohdannut?

14) Miten esteettömyys ja saavutettavuus vaikuttaa liikkumisesi määrään?

15) Oletko ollut tilanteessa, jossa liikuntapaikan esteettömyydestä saamasi etukäteistieto on ollut virheellistä? Miten se on vaikuttanut sinuun?

16) Olen käytettävissä mahdolliseen jatkohaastatteluun. Tämän kyselyn tiedot käsitellään luottamuksellisesti.

- En ole käytettävissä
 Olen käytettävissä

17) Yhteystietoni ovat (mikäli haluat osallistua jatkohaastatteluun)

nimi sähköpostiosoite

puhelinnumero

Lehata

Kiitos osallistumisesta kyselyyn!
Kynnys ry
Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry
Suomen Liikunta ja Urheilu SLU ry



LIITE 2

Hei,

Opiskelen Lahden ammattikorkeakoulussa Liikunnanohjaajaksi (AMK) ja teen päättötyötäni yhteistyössä Suomen Vammaisurheilu ja liikunta VAU ry:n kanssa. Teen tutkimusta liikuntapaikkojen esteettömyydestä ja kohderyhmänäni ovat liikkumis- ja toimimisesteiset liikunta-alan ammattilaiset.

Kohderyhmän valitsin VAU:n teettämän Este-kyselyn vastaajista, liikuntaa ohjaavista tai alalla muuten työskentelevistä henkilöistä. On ensisijaisen tärkeää saada ohjaajien näkökanta huomioitua liikuntapaikkarakentamisen suunnittelussa. Otokseni on pieni, joten toivon, että vastaat haastatteluuni. Vastaukset käsittelen nimettöminä ja niitä käytetään vain tähän tutkimukseen. Mikäli olet kiinnostunut, voin työni valmistuttua laittaa tietoa tuloksista. Vastaathan mahdollisimman pian (viim. 27.09.2010).

Kiitos ajastasi!

Ystävällisin terveisin Anu Patriikka

1. Onko sinulla jokin liikkumis- tai toimimiseste?
2. Mitä kuuluu tehtäviisi seurassasi/ työpaikallasi?
3. Koetko, että nykyiset liikuntatilat soveltuvat käyttöösi työympäristönä? Mitä muuttaisit, jos se olisi mahdollista?
4. Mitkä fyysisen ympäristön asiat muodostuvat suurimmiksi haasteiksi?
5. Mikä rakenteellinen muutos liikuntatiloissa kannustaisi liikkumis- ja toimimisesteisiä ohjaajia työskentelemään liikunnan parissa?
6. Käytätkö välinevarastoa? Onko sen käytettävyydessä ilmennyt ongelmia? Onko muiden tilojen käyttö tuottanut ongelmia?
7. Käytätkö ohjaustyössä äänentoistolaitteita? Onko liikuntapaikalla siihen mahdollisuus? Entä onko induktiosilmukkaa mahdollista käyttää äänentoistolaitteiden yhteydessä?
8. Oletko kohdannut liikuntapaikoilla ennakoasenteita vammaisuutta kohtaan, onko se vaikuttanut toimintaasi?

9. Mikä edistäisi liikkumis- ja toimimisesteisten työllistymistä/ mahdollisuuksia työskennellä liikunta-alalla?

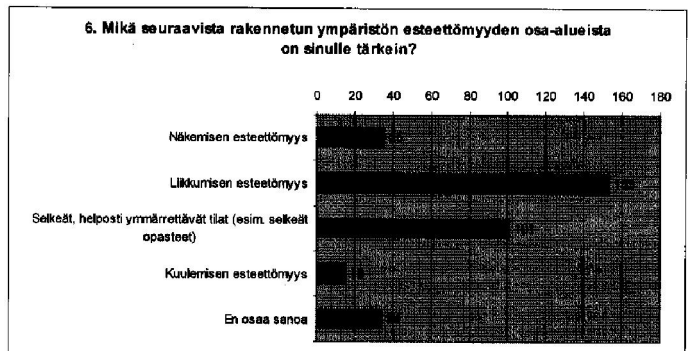
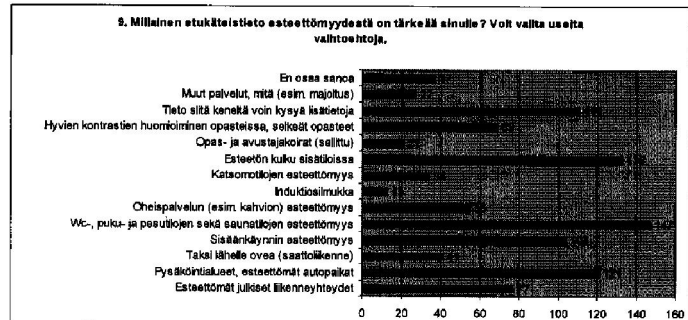
TEKSTI ANU PATRIKKA, HAAGA-HELIA AMK JA AIJA SAARI

ESTE-kysely innosti vastaamaan

ESTE-hankkeessa touko-kesäkuussa tehty verkkokysely painottui rakennetun liikkumisympäristöjen esteisiin. Kyselyn suosio yllätti, sillä vastaajia oli kaikkiaan 340, joista lievä enemmistö (56 %) oli naisia. Vastaajien keski-ikä painottui ikäluokkiin 41–60-vuotiaat. Ruotsinkieliseen kyselyyn vastasi 91 henkilöä.

Kysely vahvistaa ensinnäkin sen, että esteettömyyden käsite on laaja. Toisille on olennaista tietää pääseekö ulko-ovelta sisään ja toisille löytyykö liikuntakohteesta esteetön liikunta- paikka, pistekirjoitusopasteet, ruotsinkielistä palvelua tai viittomakielen tulkki. Toisaalta näyttäisi, että perinteinen erityisryhmäajattelu vie osittain harhaan.

Esteettömyyskysely kiinnosti etenkin itsenäisesti ja yleisillä paikoilla liikkuvia. 15 henkilöä (4 %) vastasi liikkuvansa yksin avustajan kanssa ja 58 (20 %) erityisryhmässä. Kuitenkin 114 vastaajista (34 %) kuvasi liikkuvansa tavallisessa liikuntaryhmässä muiden kanssa. Avolmissa vastauksissa korostui halu liikkua tilanteesta ja liikuntamuodosta riippuen joko erityisryhmässä, tai kavereiden kanssa. Tämä edellyttää esteettömyyden eri osa-alueiden huomioimista kaikessa liikuntapaikkasuunnittelussa ja -korjauksissa. Esimerkiksi ei riitä, että suuren kaupungin uimahalleista tai kuntosaleista vain yksi palvelee esteettömästi ja muut eivät.



Ykkösenä liikkumisen esteet

Vastaajat korostivat eniten liikkumisen esteettömyyttä (154 vastaajaa) (Taulukko 1). Vastausmäärissä toisena ovat helposti ymmärrettävät tilat, kuten opasteiden selkeys (101). Kolmanneksi tuli näkemisympäristön esteettömyys (36). Eniten liikuntaa rajoittavia tai estäviä tekijöitä ovat mm. ajan (181) ja rahan (63) sekä soveltuvien liikuntatilojen (74) puute. Toimimista estäviä tai sitä hankaloitavia tekijöitä liikuntapaikoissa olivat mm. esteettömien pukutilojen puut-

tuminen (64), puutteelliset opasteet (94) sekä hieman yllättäen huono hengitysilmä (112).

Esteettömyyspainheet kohdistuvat kaikkiin liikuntamuotoihin

Vastaajilta kysyttiin myös millainen etukäteistieto liikuntapaikasta on tärkeää (Taulukko 2). Puolelle vastaajista (50 %) keskeisin tieto koskee wc-, puku- ja pesutilojen sekä saunatilojen esteettömyyttä, toiseksi tärkeimmäksi (44 %) koetaan tie-

Kuntoillen

to esteettömistä kulkemisesta sisätiloissa, sekä kolmanneksi (41 %) tieto pysäköintialueista ja esteettömistä autopaikoista. Neljänneksi tärkeimmäksi (37 %) seikaksi koetaan tietoa siitä, keneltä voi kysyä lisätietoja. Sisäliikuntatiloista eniten käytetään ("käytän usein") ulmahalleja ja virkistyskylpylöitä (34 %), kuntosaleja (29 %), sekä liikuntasaleja ja -halleja (esim. palloilusalit, koulujen liikuntatilat) (28 %). Ulkoliikuntapaikkojen käytössä näkyy vuodenaikojen vaihtelu. Ulkoliikuntapaikoista useimmin käytettyjä ovat kevyen liikenteen väylät ja maantiet (57 %). Seuraavaksi käytetyimpiä ulkoliikuntapaikkoja ovat ulkoilu- ja retkeilyalueet ja -rei-

tit, hiihtoladut, sekä peli- ja urheilukentät.

Lisäksi kysyttiin, mitä tiloja haluttaisiin käyttää. Vastaajien kiinnostus kohdistuu laajasti monenlaisiin tiloihin rinnehihtokeskuksista purjehdussatamiin, kiipeilyalueisiin, jousiammunta- ja ampumaratoihin, jäähalleihin ja golfkenttiin. Sisäliikuntatiloista etenkin naisten kiinnostuksen kohteita ovat ratsastushallit ja keilahallit.

Kyselystä välittyvä laaja "toiveiden tynnyri" saa miettimään esteettömyystiedotuksen laatua ja saavutettavuutta. Kuntien ohella liikuntapaikkoja rakentavat yhä ylesemmin yksityiset toimijat. Mitkä ovat par-

haita keinoja sellaisen liikuntapaikkakohtaisen esteettömyystiedon välittämiseen, joka kiinnostaa myös tulevaisuuden liikuntatoimijoita?

Vastaajien kokemista esteistä yleisimpiä ovat portaat/ hissien puuttuminen sekä näkemiseen liittyvät esteet, kuten liian kirkas valaistus ja valkoiset pinnat, kontrastiteippien puuttuminen ja huonot kontrastit tiloissa. Etenkin naisilla korostuvat sosiaaliset esteet, kuten kiusallinen tuijottelu tai "En tiedä mitä voisi harrastaa/mikä liikuntamuoto olisi minulle sopiva" (naiset 29/miehet 9) ja kaverin puuttuminen (naiset 35/miehet 14). Osa tunnustaa osallistumisen esteeksi pelkän laiskuuden tai mukavuudenhalun. Vastaajista kaksi kolmesta (216) on aktiiviliikkuja harrastaen vähintään 3 kertaa viikossa. Vajaa viidennes (56) harrastaa vähintään 5 kertaa viikossa. Ohjaajana tai muussa toimijaroolissa toimivia oli vastanneista 141 (42 %). Vastaajissa oli mukana myös sellaisia vammattomia ammattilaisia tai ohjaajia, jotka miettivät työnsä puolesta esteettömyysasioita.

ESTE-kyselyn suosio yllätti

ESTE-kyselyn toteuttivat Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAA ry, Kynnys ry ja Suomen Liikunta ja Urheilu SLU ry. Sen tavoitteena oli kartoittaa liikkujien ja ohjaajien kokemia esteitä liikuntatiloissa ja liikuntaan osallistumiselle. Kyselyssä ei selvitetty vastaajien omaa vammaisuutta tai diagnoosia, vaan kysyttiin millaiset esteettömyyden osa-alueet vastaaja kokee itselleen tärkeimpinä.

ESTE-kyselyn tarkempi raportti on ladattavissa vammaisurheilu.fi -verkkopalvelusta sen valmistuttua (viimeistään marraskuun alussa). Lisäksi liikunnanohjaajaksi opiskeleva Anu Patriikka tekee kyselyn pohjalta loppuyötänsä haastattelemalla liikuntaa ohjaavia liikkumis- ja toimimisesiteisiä henkilöitä. Tiedot toimivat pohjana ESTE-hankkeen jatkosuunnittelulle, jossa mietitään millaista esteettömyystietoa liikuntasuunnittelijoille ja arkkitehdille pitäisi tuottaa.

Lisätietoja

niina.kilpela@kynnys.fi tai
aija.saari@vammaisurheilu.fi.