

Vammaispalvelut liikunnan harrastamisen mahdollistajana

Aino Odedeyi
Annetta Passi

Opinnäytetyö
Toukokuu 2019
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala
Kuntoutuksen ohjaaja (AMK)
Kuntoutuksen ohjaajan tutkinto-ohjelma

Tekijä(t) Odedeyi, Aino Passi, Annetta	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä Toukokuu 2019
	Sivumäärä 71	Julkaisun kieli Suomi
		Verkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi Vammaispalvelut liikunnan harrastamisen mahdollistajana		
Tutkinto-ohjelma Kuntoutuksen ohjaaja (AMK)		
Työn ohjaaja(t) Teppo Karapalo, Kaisa Lällä		
Toimeksiantaja(t) Suomen vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry		
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi Suomen vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry. Opinnäytetyön tarkoituksena oli lisätä tietoa vammaisten aikuisten liikuntaa tukevista palveluista, selvittää palveluiden toimivuutta ja tuottaa tietoa VAU ry:lle. Tavoitteena oli selvittää liikunnan harrastamista tukevien vammaispalveluiden, kuljetus- ja avustajapalvelut sekä liikunnan apuvälineet, riittävyttä ja toimivuutta.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin kvantitatiivisena eli määrällisenä tutkimuksena. Aineistonkeruumenetelmänä käytettiin verkkokyselyä, ja se koostui monivalinta- ja avoimista kysymyksistä. Kyselyä levitettiin VAU ry:n ja sen jäsenyhdistysten toimesta niiden verkkosivuilla ja sosiaalisessa mediassa ja kysely oli auki 18.12.2018 – 1.3.2019. Aineisto analysoitiin vastausten prosentuaalisia jakaumia tarkastellen.</p> <p>Kyselyyn vastasi 235 henkilöä, joista analysointivaiheessa poistettiin alle 18-vuotiaiden antamat vastaukset, joten tuloksissa huomioitiin 227 henkilön vastaukset. Tutkimustuloksista ilmeni, että vastaajat olivat aktiivisia liikkujia ja liikunnan harrastaminen oli heille tärkeää. Vastaajat kokivat vammaispalveluiden mahdollistavan liikunnan harrastamisen.</p> <p>Selkeimmin tuloksissa näkyi kuljetuspalveluiden matkojen määrien riittämättömyys liikunnan harrastamiseen. Tyytyväisyys henkilökohtaisen avun määrään oli korkeampi, mutta silti puolet vastaajista kokivat palvelun määrän liian vähäisenä. Vammaispalveluna myönnettyä rahallista tukea liikunnan apuvälineiden hankintaan oli saanut vain harva vastaajista. Vammaispalveluihin liittyvä neuvonta oli vähäistä ja se koettiin puutteelliseksi.</p> <p>Johtopäätöksenä voidaan todeta vammaispalveluiden olevan tärkeitä, mutta määrällisesti riittämättömiä liikunnan harrastamisen mahdollistamisessa yksilöllisesti.</p>		
Avainsanat (asiasanat) Vammaispalvelut, soveltava liikunta, kuljetuspalvelut, henkilökohtainen apu, apuvälineet		
Muut tiedot		

Author(s) Odedeyi, Aino Passi, Annetta	Type of publication Bachelor's thesis	Date May 2019 Language of publication: Finnish
	Number of pages 71	Permission for web publication: x
Title of publication Disability services as enabler of physical activity		
Degree programme Rehabilitation counsellor		
Supervisor(s) Karapalo, Teppo and Lällä, Kaisa		
Assigned by The Finnish Sports Association of Persons with Disabilities (VAU)		
Abstract <p>The thesis was assigned by the Finnish Sports Association of Persons with Disabilities (VAU). The purpose of the thesis was to increase awareness of services supporting the physical activity of disabled adults, to examine the functionality of services and to provide information to the VAU Association. The aim was to examine the adequacy and functionality of disability services, transport and personal assistance services as well as of the assistive devices that support exercise.</p> <p>The thesis was carried out as a quantitative study. An online survey including both multiple choice and open questions was used to collect data. VAU and its member associations spread the link to the survey on their websites and social media platforms, and the survey was open from December 18, 2018 to March 1, 2019. The material was analyzed using the percentage distributions of the answers given.</p> <p>235 people responded to the survey. Answers provided by those under the age of 18 were eliminated from the analysis. The final results included 227 responses. The results showed that the respondents were physically active and that physical activity was important to them. The respondents felt that the disability services enabled physical activity.</p> <p>Most notably, the results highlighted the inadequacy of transport services. Satisfaction with the amount of personal assistance was higher, but still half of the respondents felt that the service provision was too limited. Only a few respondents had received financial support for purchasing assistive devices for sports. The counselling related to disability services was scarce and it was considered inadequate.</p> <p>In conclusion, it can be stated that disability services are important but quantitatively inadequate to enable physical activity individually.</p>		
Keywords/tags (subjects) Disability services, adapted physical activity, disability transport services, personal assistance, assistive device		
Miscellaneous (Confidential information)		

Sisältö

1	Johdanto	4
2	Vammainen liikunnan harrastajana	6
2.1	Vammaisuuden määritelmä	6
2.2	Suomen vammaisurheilu ja –liikunta VAU	6
2.3	Soveltava liikunta	7
2.4	Liikuntasuosituksat vammaisille.....	8
2.5	Liikunnan merkitys yksilön hyvinvointiin ja kuntoutumiseen	10
2.6	Esteettömyys, saavutettavuus ja osallisuus.....	11
3	Vammaispalvelut osana sosiaalipalveluita	13
3.1	Kuntoutus sosiaalipalveluissa.....	13
3.2	Sosiaalipalvelut muutoksessa.....	14
4	Vammaispalvelut liikunnan harrastamisen tukena	15
4.1	Vammaispalvelut.....	15
4.1.1	Kuljetuspalvelut	17
4.1.2	Henkilökohtainen apu	17
4.1.3	Apuvälineet.....	18
5	Aikaisemmat tutkimukset.....	19
6	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset	20
7	Opinnäytetyön toteutus	21
7.1	Tutkimusmenetelmä	21
7.2	Aineiston keruu	22
7.3	Aineiston analysointi	24
8	Tulokset	25
8.1	Taustatiedot	26
8.2	Vastaajien liikunta-aktiivisuus	28
8.3	Palvelusuunnitelma ja neuvonta.....	30
8.4	Kuljetuspalvelut.....	33

	2
8.5	Henkilökohtainen apu 35
8.6	Apuvälineet..... 37
8.7	Tiedon saanti ja toiveet 41
9	Pohdinta..... 45
9.1	Luotettavuus ja eettisyys..... 45
9.2	Keskeisten tulosten tarkastelu 47
9.3	Johtopäätökset 54
9.4	Kehittämisehdotukset 55
Lähteet 56
Liitteet 61
	Liite 1. Kyselylomake 61
Kuvat	
	Kuva 1. Infograafi fyysisen aktiivisuuden suosituksista toimintaesteisille aikuisille (Saari 2019.) 9
Kuviot	
	Kuvio 1. Kuinka usein harrastat vapaa-ajan liikuntaa vähintään puoli tuntia niin, että ainakin lievästi hengästyit ja hikoilet 28
	Kuvio 2. Kuinka usein käytät kuljetuspalveluita liikuntaharrastukseen päästäksesi 34
Taulukot	
	Taulukko 1. Vastaajan ikä 26

Taulukko 2. Onko sinulla vaikeuksia jossakin seuraavista osa-alueista? 227 vastaajaa, 438 yksittäistä vastausta.	27
Taulukko 3. Ristiintaulukointi liikunta-aktiivisuudesta ja tyytyväisyydestä liikuntamäärään kysyttäessä haluaisitko liikkua enemmän	29
Taulukko 4. Mikä on esteenä liikunnan lisäämiseen. Avoimen kysymyksen vastauksissa mainittuja tekijöitä.....	29
Taulukko 5. Ristiintaulukointi liikunta-aktiivisuudesta ja liikunnan tärkeydestä kysyttäessä onko liikunnan harrastaminen sinulle tärkeää	30
Taulukko 6. Onko liikuntaharrastus huomioitu palvelusuunnitelmassa	31
Taulukko 7. Oletko saanut tietoa liikunnan harrastamisen tukipalveluista	32
Taulukko 8. Ristiintaulukointi liikunta-aktiivisuudesta ja tiedon tarpeesta, kysyttäessä oletko saanut tietoa liikunnan harrastamisen tukipalveluista.....	32
Taulukko 9. Onko sinulle myönnetty vapaa-ajan kuljetuspalveluita.....	33
Taulukko 10. Ovatko kuljetuspalvelut riittäviä liikuntaharrastuksen tarpeeseesi	34
Taulukko 11. Onko sinulle myönnetty vapaa-ajalle henkilökohtainen avustaja..	36
Taulukko 12. Onko henkilökohtaisen avun määrä riittävä liikunnan harrastamiseen	36
Taulukko 13. Oletko saanut riittävästi neuvontaa henkilökohtaiseen apuun liittyen	37
Taulukko 14. Tarvitsetko liikunnan harrastamiseen apuvälineitä.....	38
Taulukko 15. Onko liikuntaharrastuksen apuvälineen tarve todettu lääkärin, fyioterapeutin tai toimintaterapeutin toimesta	39
Taulukko 16. Oletko saanut rahallista tukea kuntasi vammaispalveluista liikuntaharrastuksen apuvälineen hankintaan	39
Taulukko 17. Oletko hankkinut tarvitsemiasi liikuntaharrastuksen apuvälineitä täysin omakustanteisesti	40
Taulukko 18. Mitä apuvälineitä olet hankkinut täysin omakustanteisesti.....	40
Taulukko 19. Mistä seuraavista lähteistä olet saanut tietoa harrasteliikunnan tutkimuodoista. Valitse kaksi tärkeintä	42
Taulukko 20. Ristiintaulukointi liikunta-aktiivisuudesta ja kokemuksesta palveluiden asemasta liikunnan mahdollistajana kysyttäessä ovatko tukipalvelut lisänneet mahdollisuuksiasi liikunnan harrastamiseen	43

1 Johdanto

Suomalaisten liikkumattomuuteen ja sen tuomiin ongelmiin on alettu etsiä ratkaisuja. Fyysisen aktiivisuuden vähyys ja istumisen lisääntyminen tuovat mittavia kustannuksia yhteiskunnalle ja liikkumattomuuden on nähty olevan jopa tupakointia suurempi ongelma (Veräjänkorva 2015). Liikkumattomuuden tuomiin ongelmiin on tartuttu politiikan kentällä. Terveysten ja hyvinvoinnin edistäminen sekä eriarvoisuuden vähentäminen ovat teemoina hallituksen kärkihankkeessa vuosina 2016-2018. Toimivien toimintamallien kautta pyritään vaikuttamaan positiivisesti väestön elämäntapoihin ja kaventamaan terveyseroja. (Ratkaisujen Suomi: Hallituksen toimintasuunnitelma 2018-2019 2018, 29.)

Valtioneuvosto antoi Suomen ensimmäisen liikuntapoliittisen selonteon syksyllä 2018. Siihen on koottu toimia, joilla liikunnan määrän lisäämistä mahdollistettaisiin eri väestöryhmien keskuudessa. (Orjala 2018.) Soveltava liikunta SoveLi ry ja sen jäsenjärjestöt antoivat keväällä 2018 oman lausuntonsa valmisteilla olleeseen liikuntapoliittiseen selontekoon. Järjestöt halusivat painottaa soveltavan liikunnan kohderyhmän tarpeita ja taustalla toimivaa lainsäädäntöä yhdenvertaisuudesta ja tasa-arvosta sekä YK:n yleissopimusta vammaisten henkilöiden oikeuksista. Lausunnossa tuotiin myös esiin kansantaloudelliset vaikutukset tämän kohderyhmän liikunta-aktiivisuutta edistävillä toimilla, huomioiden myös sen, että soveltavan liikunnan kohderyhmä tulee kasvamaan väestön ikääntyessä. (Soveltava Liikunta SoveLi ry:n ja SoveLi ry:n jäsenjärjestöjen yhteinen lausunto liikuntapoliittiseen selontekoon liittyen 2018.)

Tutkimuskatsaus liikuntapoliittisen selonteon tausta-aineistoksi- julkaisussa oli perehdytty myös erityisryhmien tilanteeseen. Liikuntamahdollisuuksien määrä on kasvanut, mutta on huomattu, että esimerkiksi nuorten toiminta- ja liikuntaesteisten toiveet eivät toteudu ja liikuntamahdollisuuksien pariin pääsemisessä voi olla ongelmia. (Itkonen, Lehtonen & Aarresola toim. 2018, 59.)

Tukea liikkumiseen on kuitenkin saatavilla. Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista säättää kuntien velvollisuudesta järjestää riittäviä

palveluita yksilön tarpeen mukaisesti. Kunnan järjestettäviä palveluita ovat mm. kotuulliset kuljetuspalvelut ja henkilökohtainen apu. Taloudellista tukea voidaan antaa vammaispalvelun toimesta esimerkiksi tarvittavan liikkumisen apuvälineen hankintaan. (L 380/1987, 3 §, 8 § ja 9 §.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa tietoa VAU ry:lle aikuisten vammaisten henkilöiden saamista liikunnan harrastamista tukevista vammaispalveluista; niiden riittävydestä ja toteutumisesta yksilön arjessa. Aineistoa kerätään puolistrukturoidun Webropol-kyselyn avulla, jonka levitys tapahtuu VAU ry:n toimesta.

2 Vammaisen liikunnan harrastajana

2.1 Vammaisuuden määritelmä

YK:n vammaissopimuksen määritelmän mukaan vammaisen henkilö on sellainen, jolla on ruumiillinen, henkinen, älyllinen tai aisteihin liittyvä pitkäaikainen vamma, joka yhdessä erilaisten ulkoa tulevien esteiden kanssa aiheuttaa toimintarajoitteita ja siten vähentää hänen osallistumismahdollisuuksiaan yhteiskunnassa yhdenvertaisesti (Gustafsson 2016, 6). Toimintarajoitteita voi aiheutua esimerkiksi liikuntakyvyn, näkemisen ja kuulemisen heikkenemisestä ja vaikeuksista, sekä aivotoiminnan häiriöistä. Henkilö voi syntyä vammaisena, tai vammautua elämänsä aikana tapaturman tai sairauden johdosta. Vakavakaan sairaus ei kuitenkaan ole synonyymi vammaisuudelle, sillä sairautta pyritään hoitamaan terveyden saavuttamiseksi. Vammaa ja vammaista henkilöä kuntoutetaan, ja pyritään toimintakyvyn parantamiseen. (Määttä 1981, 13-14.) Pitkäaikaisena vammana pidetään yleisesti sellaista, joka vaikuttaa henkilön toimintakykyyn vähintään vuoden ajan. Vammaisen henkilön toimintakykyä omassa elinympäristössään voidaan kuvata ICF-luokituksella. ICF on kansainvälinen toiminnallisen terveyden kuvaamiseen tarkoitettu luokitus, jonka avulla voidaan kuvata henkilön toimintakykyä ja toimintarajoitteita suhteessa ympäristötekijöihin (ICF - Toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus 2004, 5-6).

2.2 Suomen vammaisurheilu ja -liikunta VAU

Suomen vammaisurheilu ja -liikunta (VAU) ry toimii valtakunnallisesti ja sen tehtävänä on kehittää liikunta-, näkö- ja kehitysvammaisten sekä elinsiirron saaneiden ja dialyysissä olevien henkilöiden mahdollisuuksia harrastaa liikuntaa ja kilpailla urheilun saralla. Erityistä tukea tarvitsevien etua valvotaan ja heidän asemaansa pyritään edistämään mm. harrastamisen olosuhteisiin ja edellytyksiin vaikuttamalla. Toimintaa ohjaavina arvoina ovat osallisuus, yhteisöllisyys, esteettömyys, saavutettavuus ja oikeudenmukaisuus. VAU toimii lajiliittona mm. näkövammaisten ampumaurheilussa

ja pyörätuolirugbyssä, sekä myös sellaisissa lajeissa, jotka eivät vielä ole integroituneet yleisten lajiliittojen alle. Tällaisia VAU:n koordinoimia lajeja ovat muun muassa maalipallo, sokkopingis, boccia, pyörätuolirugby ja voimanosto. Lasten ja nuorten toiminnassa painotetaan laji- ja kokeilumahdollisuuksien tiedottamiseen, sekä esimerkiksi Valtti-toiminnan kautta tarjotaan apua liikuntaharrastuksen löytämiseen. VAU tarjoaa myös koulutuksia niin ammattilaisille kuin vertaisohjaajillekin, sekä vuokraa soveltavan liikunnan apuvälineitä SOLIA toiminnan kautta. (Yleisesti VAU:sta n.d.). VAU:lla ei ole henkilöjäseniä, vaan sen jäsenistö koostuu 250 rekisteröidystä yhdistyksestä ja seurasta, jotka järjestävät liikuntaa erityistä tukea tarvitseville (VAU:n synty n.d.).

2.3 Soveltava liikunta

Soveltava liikunta mahdollistaa monipuolisen liikunnan harrastamisen myös liikunta- ja toimintarajoitteisille ihmisille, esimerkiksi erilaisia apuvälineitä käyttäen. Soveltava liikunta sisältää muun muassa soveltavan liikuntakasvatuksen, vammaisurheilun, lääketieteen ja kuntoutuksen. Soveltavasta liikunnasta käytetään myös termiä erityisliikunta ja sen englanninkielinen termi on adapted physical activity. Soveltava liikunta on akateemisen tutkimuksen ala, joka tukee hyväksyvää sosiaalista ilmapiiriä, kannustaa aktiiviseen elämään, liikuntaan ja urheiluun sekä pyrkii edistämään voimaantumista ja innovatiivista ja yhteistyöhön perustuvaa palvelutarjontaa. (Definition of Adapted Physical Activity 2014.) Lähes mitä tahansa liikuntalajia voi soveltaa eri tavoin liikunta- ja toimintaesteisille sopivaksi. Liikuntapaikan esteellisyys voi kuitenkin luoda rajoitteita osallistumiselle yksilötasolla. Liikuntaa sovellettaessa on huomioitava liikkujan yksilölliset tarpeet ja mahdolliset tavoitteet. (Rintala, Huovinen, Niemelä 2012, 53, 69-71.) Liikuntaa voidaan soveltaa esimerkiksi käyttämällä teknisiä sovelluksia kuten apuvälineitä, sekä muuntamalla pelien ja liikuntaleikkien rakennetta esimerkiksi sääntöjä yksinkertaistamalla (Mälkiä & Rintala 2002, 7). Sovellettuja liikunta- ja urheilulajeja ovat esimerkiksi kelkkahiihto, laskettelu tukisauvojen avulla, istumalentopallo, pyörätuolcurling tai curling käyttäen työntövartta, sähköpyörätuolijalkapallo, keilaus käyttäen vierityskourua, kahvapalloa tai suuntakaidetta, pyörätuolitanssi, istumatanssit, tuolivoimistelu, sokkopingis ja puhallustikka.

2.4 Liikuntasuositukset vammaisille

Liikunta on fyysistä aktiivisuutta, jolla voi olla monenlaisia merkityksiä ja päämääriä (Romberg 2005, 17-19). Liikuntasuositukset ovat kaikille 18-64 -vuotiaille samat. UKK-instituutin suositusten mukaan aikuisen henkilön tulisi liikkua useana päivänä viikossa, yhteensä 2,5 tuntia reippaasti tai 1 tunti ja 15 minuuttia rasittavasti, sekä tehdä lihaskuntoa ja liikehallintaa edistäviä harjoituksia kaksi kertaa viikossa (Liikuntapiirakka aikuisille 2018). Vammaiselle sopivaa liikuntamuotoa etsittäessä, on erityisen tärkeää huomioida turvallisuus (Teiska 2008, 11). Eritavoin liikkumis- ja toimintaesteisille ihmisille on löydettävissä omaan toimintakykyyn soveltuvia liikuntaohjeita ja lajisuosituksia. UKK-instituutin verkkosivuille on laadittu toimintakyvyn mukaisia laji- ja suoritustapasuosituksia kolmelle eri toimintakyvyn tasolle: alentuneelle toimintakyvylle, apuvälineitä käyttävälle sekä pyörätuolilla liikkuvalla. Näissä ohjeissa esimerkiksi pyörätuolia käyttävälle suositellaan kestävyyskunnan harjoittamiseen kävelyn tai pyöräilyn sijaan käsipyörällä pyöräilyä, nojapyörällä ajoa, tandempyöräilyä, kuntopyörällä polkemista, pyörätuolikelausta tai kävelemistä apuvälineiden kanssa. (Soveltavat viikoittaiset liikuntapiirakat 2018.) Britanniassa julkaistu infograafi (kuva 1) fyysisen aktiivisuuden suosituksista toimintaesteisille aikuisille on tuoreeltaan käännetty ja julkaistu myös suomeksi. Infograafissa ei ole lajisuosituksia, vaan se keskittyy tuomaan esiin liikunnan monenlaiset hyödyt fyysisen kunnan paranemisen lisäksi. (Saari 2019.)



Kuva 1. Infograafi fyysisen aktiivisuuden suosituksista toimintaesteisille aikuisille (Saari 2019.)

2.5 Liikunnan merkitys yksilön hyvinvointiin ja kuntoutumiseen

Liikunnalle on kolme erilaista tavoitealuetta; fyysis-motoriset tavoitteet, kognitiiviset tavoitteet, sekä sosioemotionaaliset tavoitteet (Rintala ym. 2012, 55). Liikunta voi olla esimerkiksi hyötyliikuntaa, terveysliikuntaa tai huippu-urheilua. Terveysliikunnaksi kutsutaan sellaista liikuntaa, jolla tähdätään erityisesti toimintakyvyn ja terveyden ylläpitoon ja paranemiseen. Myös ei-tavoitteellisella fyysisellä aktiivisuudella on kuitenkin myönteisiä terveysvaikutuksia. Säännöllisellä liikunnalla on tutkitusti myönteisiä vaikutuksia useiden kansansairauksien hoidossa ja ehkäisyssä. Liikunta voi jopa pidentää elinikää ehkäisemällä muun muassa sydän- ja verisuonisairauksia ja niistä johtuvaa ennenaikaista kuolemaa. Säännöllisesti toteutuva liikunta kohentaa kestävyys- ja lihaskuntoa, vahvistaa luustoa, lisää liikkuvuutta, pienentää kaatumisriskiä, auttaa pitämään verenpaineen sopivalla tasolla sekä auttaa painonhallinnassa. Kansansairauksiin voi sairastua niin vammaiset kuin vammattomatkin, minkä vuoksi fyysinen aktiivisuus on tärkeää jokaiselle. Hyvinvointi koostuu muustakin kuin fyysisestä terveydestä ja toimintakyvystä. Liikunnasta voi saada terveysvaikutusten lisäksi iloa ja mielihyvää, jolloin se vaikuttaa henkiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin. Liikuntaan kuuluu usein myös yhteisöllisyys ja vuorovaikutus muiden kanssa. Siten liikunta lisää myös sosiaalista hyvinvointia. Liikunnasta voi saada onnistumisen kokemuksia, rentoutusta, elämyksiä sekä hallinnan tunteen, ja liikunta voi tarjota väylän selviytymiselle haastavassa elämäntilanteessa. Liikunnan ei tarvitse olla raskasta, vaan avainasemassa on säännöllisyys ja riittävän usein toistuvuus. On tutkittu, että vaikka säännöllinen liikunnan harrastaminen ei välttämättä ole parantanut tutkittavien fyysistä suorituskykyä, se on kuitenkin voinut vaikuttaa myönteisesti psyykkiseen hyvinvointiin. Myönteisten vaikutusten saamiseksi liikunnan olisi oltava omaehtoista, sopivaa, miellyttävää, sopivan haasteellista, ja sen tulisi nivoutua sujuvasti mukaan yksilön arkeen. (Romberg 2005, 17-20, 26-27, 29-30.)

2.6 Esteettömyys, saavutettavuus ja osallisuus

Vammaisten ihmisten osallisuus yhteiskunnassa, itsenäinen suoriutuminen sekä itsemääräämisoikeus ovat rajoittuneet yhteiskunnassa vallitsevien rakenteellisten esteiden sekä vallitsevien asenteiden seurauksena (Vahva pohja osallisuudelle ja yhdenvertaisuudelle 2010, 3). YK:n yleissopimuksessa vammaisten ihmisten oikeuksista todetaan vammaisella henkilöllä olevan oikeus osallisuuteen, johon sisältyy muun muassa esteettömät harrastukset ja sosiaalinen vuorovaikutus. Sopimuksen allekirjoittaneet tahot sitoutuvat 20. artiklassa helpottamaan vammaisten henkilöiden liikkumista yksilöllisesti kohtuulliseen hintaan ja liikkumisen apuvälineiden ja teknologian saatavuutta, antamaan vammaisille sekä heidän kanssaan työskenteleville liikkumiseen liittyvää koulutusta, sekä kannustamaan apuvälineteknologian tuottajia huomiomaan kaikki liikkumiseen liittyvät näkökohdat. Sopimuksen 30. artikla liittyy kulttuurielämään, virkistys- ja vapaa-ajantoimintaan ja urheiluun osallistumiseen. Tässä artiklassa pyritään vaikuttamaan sekä fyysisen ympäristön, että sosiaalisen ilmapiirin muokkaamiseen sellaiseksi, että kaikilla vammaisilla olisi mahdollisuus päästä mukaan liikuntaan ja urheiluun, sekä kehittää virkistys- ja urheilutoimintaa ja siihen liittyvää koulutusta, ohjausta ja palveluita. (Yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista 2016.)

ICF on vuonna 2001 käyttöön otettu toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus, ja osa WHO:n luokitusperhettä (Toimintakyky 2017). Aiemmin vammaisuutta on yleisesti käsitelty ja selitetty yksilön fyysisenä vammaana tai epänormaaliutena. ICF-luokituksen perustaksi on otettu biopsykososiaalinen näkökulma, joka huomioi yksilön toimintakykyyn vaikuttavien biologisten ja psykologisten tekijöiden lisäksi yhteiskunnalliset tekijät. Siten ICF-luokituksessa korostuu yksilöä ympäröivät rakenteet ja käytännöt. (Vehmas 2005, 113.) Esteettömyys ja saavutettavuus ottavat huomioon yksilöiden fyysisiä ja kognitiivisia ominaisuuksia, sekä sosiaalisen asenneilmapiirin mahdollistaen yksilön osallisuuden kokemisen. Esteettömyys on yksi osa saavutettavuutta. Rakennetussa ympäristössä esteettömyyteen vaikuttaa esimerkiksi valaistus, akustiikka, riittävän leveät kulkuväylät, kynnyksettömyys ja saavutettavat opasteet (Erityisryhmien liikunnan kehittämisohjelma 2003-2005 2003, 17-18). Saavutettavuudella tarkoitetaan myös tuotteita, palveluita ja informaatiota,

jotka soveltuvat eritavoin vammaisille ihmisille. Informaation saavutettavuutta voivat lisätä esimerkiksi pistekirjoitus, tulkkaus, selkokieli tai tekstinlukulaitteet.

Suomessa on laadittu useita lakeja, tai lait sisältävät osia, jotka pyrkivät takaamaan esteettömyyttä, saavutettavuutta sekä osallisuutta liittyen vammaisten henkilöiden liikuntamahdollisuuksiin. Tällaisia ovat muun muassa liikuntalaki, yhdenvertaisuuslaki, sekä laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista (L 390/2015, L 1325/2014, L 380/1987).

Liikuntalaki (L 390/2015) koskee kaikkea omatoimista ja järjestettyä liikuntaa, sekä fyysistä aktiivisuutta, joka ylläpitää ja parantaa terveyttä ja toimintakykyä. Liikuntalain tavoitteisiin sisältyy vammaisiin ja soveltavaan liikuntaan liittyviä tavoitteita, esimerkiksi eri väestöryhmien liikkumisen ja liikunnan harrastamisen edistäminen, väestön hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen, fyysisen toimintakyvyn ja sen ylläpitämisen parantaminen sekä eriarvoisuuden vähentäminen liikunnassa. Tavoitteisiin pääsemiseksi korostetaan muun muassa tasa-arvoa, yhdenvertaisuutta ja yhteisöllisyyttä. Laissa edellytetään kuntia huomioimaan eri kohderyhmät liikuntapalveluja sekä hyvinvointia edistävää liikuntaa järjestäessään. (L 390/2015, 2, 3, 5, §.)

Osallisuuteen kuuluu yksilön toimijuus, eli mahdollisuus vaikuttaa itseään koskevaan päätöksentekoon. Vammaispalvelujen on tarkoitus mahdollistaa yksilön osallisuutta monissa elämään kuuluvissa toiminnoissa, myös harrastuksissa. Osallisuudessa on ensisijaista yksilön omien mielipiteiden kuuleminen, ja mahdollisuuden antaminen sille, että yksilö voi osallistua hänelle suunnattujen palveluiden suunnitteluun ja toteutukseen. Jo palveluiden suunnitelmavaiheessa on huomioitava vammaisen henkilön osallistumisen mahdollisuudet paikan esteettömyydellä, sekä sopivan kommunikointimenetelmän käytöllä. (Vammaisten ihmisten osallisuus 2019.) Osallisuuteen sisältyy myös sosiaaliset suhteet ja kuuluvuuden tunne erilaisiin yhteisöihin. Esimerkiksi vapaa-ajalla liikuntaharrasteryhmiin kuulumisen voi antaa mahdollisuuden kokea osallisuutta ryhmän jäsenenä, sekä luoda sosiaalisia verkostoja. Yksilölajien harrastaja taas voi kokea osallisuutta muun muassa yhteiskunnan mahdollistamien esteettömien liikuntamahdollisuuksien kautta. (Korkiala 2015, 15-16.)

3 Vammaispalvelut osana sosiaalipalveluita

Sosiaalipalvelut ovat kuntien järjestämisvastuulla oleva palvelukokonaisuus, jota määrittelee sosiaalihuoltolaki. Palveluiden tarkoituksena on edistää yksilöiden osallisuutta ja vähentää eriarvoisuutta hyvinvoinnin ja sosiaalisen turvallisuuden kautta. Sosiaalihuoltoon kuuluvat yleis- ja erityislainsäädännön mukaiset palvelut ja tehtävät. (L1301/2014, 1§-2§.) Sosiaalipalveluita ovat esimerkiksi sosiaalityö, sosiaalinen kuntoutus, kotihoito ja liikkumista tukevat palvelut. Erityislainsäädännöllisiä palveluita ovat kehitysvammaisten erityishuoltona ja vammaisuuden perusteella järjestettävät palvelut ja tukitoimet eli vammaispalvelut. (Sosiaalihuolto 2017.)

3.1 Kuntoutus sosiaalipalveluissa

Kuntoutus on terminä hyvin laaja ja monimuotoinen. Siinä yhdistyvät yksilön henkilökohtainen kuntoutumisen polku ja yhteiskunnan resurssit palveluiden ja monialaisen yhteistyön muodoissa. Kuntoutuksella pyritään parantamaan yksilön toimintakykyä ja selviytymistä sekä työssä että arjessa. (Juvonen-Posti, Lamminpää, Rajavaara, Suoyrjö & Tötterman 2016, 160-161.) Myös YK:n vammaissopimuksessa (SopS 27/2016, 26 artikla) painotetaan vammaisten henkilöiden kuntoutuksessa yksilön itsenäisyyden ja osallisuuden edistämistä kaikilla elämän osa-alueilla.

Sosiaalihuollon palveluiden piirissä kuntoutuksen näkökulma on sosiaalinen; elinympäristö, sosiaaliset suhteet, osallisuus ja toimeentulo. Se on oma asiantuntija alueensa lääkinnällisen, ammatillisen ja kasvatuksellisen kuntoutuksen ohessa. Kuntoutuksen alueiden rajat ovat kuitenkin häilyvät ja yhteistyötä tehdään kuntoutuksen eri muotojen välillä. (Väisänen 2018, 19,22-23.)

Nykyisen kuntoutuksen nelijaon on koettu olevan haasteellinen erityisesti eri toimijoiden yhteistyön ja työnjaon suhteen. Myös erilaiset toimintamallit eri rahoittajilla on osasyynä hajautuneeseen palvelumalliin. Ratkaisuksi on suositeltu yhtenäistä ja valtakunnallista toimijaa, joka valvoo, ohjaa ja mahdollistaa toiminnan sekä siihen

kuuluvan yhteistyön eri toimijoiden välillä. (Malmström, Leskelä, Lindh, Kajova, Niemelä, Rissanen & Salmi-Saari 2018, 8.) Toimintamallien hajanaisuus näkyy myös vammaispalveluiden käytännön toteutuksessa, eri kuntien toimintamallien eroina.

Eri toimijoiden välistä yhteistyötä on painotettu myös Kelan palveluissa. Kela myöntää vaativana lääkinnällisenä kuntoutuksena esimerkiksi fysioterapia palvelua. Vaativan lääkinnällisen kuntoutuksen sisällössä korostuu asiakkaan oma aktiivisuus ja tuki kuntouttavaan arkeen yhteistyön avulla. (Kelan järjestämä vaativa lääkinnällinen kuntoutus 1.1.2016 alkaen, 4.)

3.2 Sosiaalipalvelut muutoksessa

Suomessa on nyt suuntana kehittää nykyisiä sosiaali- ja terveyspalveluita yhtenäisemmiksi ja kohdennetummiksi. Pääministeri Juha Sipilän hallitus valmisteli suurta maakunta- ja sote uudistusta 2015-2019. Suunnitelmana oli siirtää kuntien sosiaali- ja terveyspalvelut 18 maakunnalle, jolloin palveluista oli tarkoitus saada toimivampi kokonaisuus. Valmistelu kuitenkin lopetettiin 8.3.2019. (Sosiaali- ja terveyspalvelut n.d.) Samaan aikaan aloitettiin myös vammaislainsäädännön uudistus, jonka tarkoituksena oli yhdistää vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista annettu laki ja kehitysvammaisten erityishuollosta annettu laki. Uudistuksella pyrittiin lisäämään vammaisten henkilöiden osallisuutta ja yhdenvertaisuutta, säilyttäen kuitenkin perusoikeuksia turvaavat palvelut, kuten henkilökohtainen apu ja liikkumisen palvelut. Vastuu palveluista siirtyisi kunnilta maakunnille. (Koski & Paavilainen 2018.) On siis hyvinkin todennäköistä, että lähitulevaisuudessa myös vammaispalveluiden toiminta tulee muuttamaan muotoaan ja yhteistyö muiden toimijoiden kanssa yhtenäistyisi ja yksinkertaistuisi nykyisestä.

4 Vammaispalvelut liikunnan harrastamisen tukena

Vammaisilla henkilöillä on yhtäläinen oikeus mielekkääseen vapaa-ajan viettoon ja liikkumiseen. Toiminnan mahdollistamiseksi on olemassa joukko erilaisia tukipalveluita, joiden avulla yksilön osallistumista voidaan helpottaa fyysisesti, mutta ne mahdollistavat myös sosiaalisen ja psyykkisen hyvinvoinnin tukemisen. (Ikävalko 2015.) Tässä opinnäytetyössä käsiteltävät tukipalvelut ovat kunnan järjestämisvastuulla olevat, vammaispalveluna myönnettävät kuljetuspalvelut, henkilökohtainen apu ja apuvälineet.

4.1 Vammaispalvelut

Vammaispalvelut ovat vammaisille tai pitkäaikaissairaille henkilöille kohdennettuja palveluita, joilla pyritään edistämään yksilön itsenäisyyttä, yhdenvertaista asemaa yhteiskunnassa ja poistamaan vamman tai sairauden tuomia esteitä. Palveluiden periaatteina ovat olleet 1960-luvulta saakka asiakkaan edun mukainen ajattelu palveluhenkisyden, normaalisuuden, valinnanvapauden, luottamuksellisuuden ja ennen kaikkea ennaltaehkäisyn näkökulmasta, sekä pyrkimys omatoimisuuden edistämiseen. Vammaispalveluiden toteutumisen haasteena on kuitenkin asiakaslähtöisyyden ja palvelukeskeisyyden yhdistäminen yksilön käytännön arjessa. (Nurmi-Koikkalainen & Muuri 2016, 368.)

Vammaispalveluiden järjestämisestä vastaavat kunnat. Lait ja asetukset turvaavat vammaisen henkilön asemaa sekä oikeutta päästä tarvittavien palveluiden piiriin. Niiden järjestämisessä noudatetaan lakien ensisijaisuusperiaatetta, eli sosiaalihuoltolaki toimii yleislakina. (Autio & Niemelä 2017, 279.) Sosiaalihuoltolaissa määritellään asiakkaan asemaa ja sosiaalihuollon palveluita ja sen tarkoituksena onkin edistää sosiaalista turvallisuutta. Muita lakeja sovelletaan tähän lakiin nähden, mikäli niiden kautta asiakkaan etu toteutuu parhaiten. Asiakkaan etu on aina arvioitava hänen hyvinvointinsa, itsenäisyytensä, osallisuutensa sekä yksilöllisten taustatekijöiden kannalta. Erityistä tukea tarvitsevien asiakkaiden etuun on kiinnitettävä erityistä huomiota sekä palvelun tarvetta arvioitaessa, että neuvonnassa. Erityisryhmien hyvinvoinnin seura-

minen on myös yksi kunnan tehtävistä, jonka avulla pyritään ehkäisemään ja poistamaan heihin kohdistuvia epäkohtia. Seurannalla saadun tiedon avulla on pyrittävä kehittämään kuntalaisille tarjottavia palveluita, heidän toiveensa ja tarpeet huomiioon ottaen. (L 1301/2014, 1 §, 2 §, 4 §, 6 §, 8 §.)

Sosiaalihuoltolain alaisia palveluita voidaan täydentää erityislainsäädännöllä, joita ovat esimerkiksi vammaispalvelulaki ja kehitysvammalaki. Osa kuntien järjestämistä palveluista on erityisen järjestämisvelvollisuuden piirissä, eli ne ovat kriteerit täyttävälle henkilölle subjektiivisia oikeuksia, eivätkä ne ole sidottuja määrärahoihin. Osa palveluista on taas määrärahasidonnaisia eli yleisen järjestämisvastuun alaisia. Kunnalla on oltava riittävä talousarvio ja resurssi näidenkin palveluiden järjestämiseksi, mutta vuosikohtaiset määrärahat saattavat loppua kesken palveluiden tarpeen ollessa arvioitua suurempi. (Nurmi-Koikkalainen & Muuri 2016, 369.)

Eryyisen järjestämisvelvollisuuden alaisia vammaispalveluita ovat kuljetuspalvelut, henkilökohtainen apu, palveluasuminen, päivätoiminta, asunnon muutostyöt, asumiseen liittyvät laitteet ja välineet sekä erityishuolto-ohjelma kehitysvammaisille henkilöille. Yleisen järjestämisvastuun alaisia palveluita ovat kuntoutusohjaus, sopeutumismennessä sekä kulukorvaus päivittäisistä toiminnoista suoriutumiseen tarvittavista välineistä ja laitteista, ylimääräisistä vaatekustannuksista ja erityisravintokustannuksista. (Vammaispalvelut ja sosiaalihuoltolaki n.d.)

Vammaispalveluita voidaan myöntää asiakkaan tekemän suullisen tai kirjallisen hake muksen pohjalta. Palvelutarve tulee arvioida asianmukaisesti ja tarvittava tuki sekä palvelut kirjataan palvelusuunnitelmaan. Palvelutarpeen arvion ja palvelusuunnitelman tulisi pohjautua laajasti asiakkaan yksilölliseen tarpeeseen ja tilanteeseen. Suunnitelmaa laadittaessa tulisi ottaa huomioon asiakkaan palvelut kokonaisuutena ja huomioida esimerkiksi kuntoutussuunnitelman sisältö. Palvelusuunnitelman tulisi olla asiakkaan ja ammattihenkilön yhteistyössä tuottama prosessi, jossa tavoitellaan myönteisiä muutoksia tukea tarvitsevan henkilön arkeen. Onnistunut prosessi on asiakaslähtöinen, osallistava ja vuorovaikutuksellinen. Haasteena palvelusuunnitelman prosessissa ovat vammaissosiaalityön päätöksenteon korostuminen, jolloin asiakkaan ääni ja tarve voivat jäädä palvelunmyöntämiseen vaadittavien kriteerien alle.

(Autio & Niemelä 2017, 283-287.) Stina Sjöblom (2015, 134-135) toi esiin kommenttipuheenvuorossaan myös toimintakyvyn arvioinnin haasteen sosiaalityössä. Hänen mukaansa sosiaalityöhön, etenkin vammaispalveluihin, kaivataan toimivia toimintakyvyn mittareita avuksi päätöksentekoon palveluita kohdennettaessa tietyin kriteerein. ICF-luokituksen käyttöönotto voisi Sjöblomin mukaan tuoda avun toimintarajoitteen paikantamiseen ja sitä kautta koko palveluprosessiin, aina neuvonnasta päätöksentekoon saakka.

4.1.1 Kuljetuspalvelut

Kuljetuspalvelut ovat vaikeavammaiselle henkilölle subjektiivinen oikeus, joka määräytyy vammaispalveluasetuksen kautta. Palveluun sisältyvät jokapäiväiseen elämään kuuluvat kohtuulliset kuljetukset, muun muassa opiskeluun, työhön, asiointiin ja virkistykseen. Välttämättömien työ- ja opiskelumatkojen lisäksi henkilölle on myönnettävä vähintään 18 yhdensuuntaista matkaa muihin jokapäiväisiin menoihin. (Asetus vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista 759/1987, 4 § ja 6 §.) Myös henkilöt, joilla on vamman tai sairauden vuoksi vaikeuksia käyttää julkisia kulkuvälineitä, mutta eivät ole vaikeavammaisia lain määrittelemällä tavalla, voivat olla oikeutettuja sosiaalihuoltolain mukaisesti liikkumista tukeviin palveluihin. Kuljetuspalvelu voidaan järjestää esimerkiksi saattajapalveluna, ryhmäkuljetuksena tai korvaamalla taksilla tai muulla vastaavalla kulkuneuvolla tehdyistä matkoista kohtuulliset kustannukset. (L 1301/2014, 24 §.)

4.1.2 Henkilökohtainen apu

Henkilökohtaisen avun piiriin kuuluvat päivittäisten toimintojen sekä työn ja opiskelun lisäksi vapaa-ajan harrastustoiminta ja sosiaalisen vuorovaikutuksen ylläpitäminen, jotka ovat tärkeä osa harrasteliikuntaa. Henkilökohtaisen avun edellytyksenä on, että vaikeavammaisen henkilö kykenee määrittelemään avun sisällön ja toteutustavan. Tämän palvelun osalta vaikeavammaisena pidetään henkilöä, jonka välttämätön ja toistuva avuntarve johtuu pitkäaikaisesta tai etenevästä vammasta tai sairaudesta. (L 380/1987, 8c §.) Henkilökohtaisen avun järjestämistapoja on kolme; työnantajamalli, palvelusetelimalli ja kunnan oma tai ostopalvelumalli. Sopivaa järjestämistapaa

määriteltäessä on otettava huomioon palvelunhakijan yksilölliset tarpeet sekä oma mielipide ja näkemys. (Konttinen 2018.)

4.1.3 Apuvälineet

Vapaa-ajan käyttöön tarkoitettuja apuvälineitä voidaan myöntää lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineinä, mikäli kriteerit täyttyvät (Ikävalko 2015). Asetus lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineiden luovutuksesta (A 2011/1363, 1 §) määrittää kriteereiksi sairauden, vamman tai kehitysviivästymän aiheuttaman toimintakyvyn heikkenemisen ja itsenäisen selviytymisen vaikeutumisen. Apuvälineen on myös edistettävä kuntoutumista sekä tukea, ylläpitää tai parantaa toimintakykyä jokapäiväisessä elämässä. Vuonna 2016 julkaistussa valtakunnallisessa lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineiden luovutusperusteissa on esitelty välinekohtaiset kriteerit apuvälineiden luovutukseen. Julkaisun tarkoituksena on yhdenmukaistaa valtakunnallisia käytäntöjä apuvälineiden luovutuksessa. Esimerkiksi lajikohtaisessa urheilussa käytettäviä erityispyörätuoleja ei oppaan mukaan luovuteta lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineenä, mutta vammaispalvelulain perusteella välineen hankkimisesta syntyviä erityiskustannuksia voidaan korvata, mikäli kustannukset johtuvat sairaudesta tai vammasta (Forss 2016, 49).

Vammaispalvelulaki mahdollistaa apuvälineiden hankinnan taloudellisen tuen turvin. Päivittäisissä toimissa tarvittavien välineiden ja laitteiden hankinnasta voidaan korvata puolet ja tarvittavista muutostöistä kulut korvataan kokonaan. (L 380/1987, 9 §.) Tämä on kuitenkin määrärahasidonnainen korvaus. Liikunnan apuvälineistä puhuttaessa voidaan käyttää myös termejä toimintaväline ja soveltavan liikunnan apuväline. Toimintaväline on termi, jota ei ole virallisesti määritelty. Tukiliiton alaisessa Malike-toiminnassa ”toimintaväline” termi on käytössä ”apuväline” termin rinnalla, ja ryhmään kuuluvat välineet, jotka tukevat yksilön vapaa-ajan viettomahdollisuuksia erilaisissa ympäristöissä. (Ulos talosta, pois pihasta -toimintavälinekoulutus 2017.) VAU ry:n hallinnoima soveltavan liikunnan apuvälinetoiminta SOLIA käyttää termiä soveltavan liikunnan apuväline, liikunnan ja urheilun apuvälineistä puhuttaessa (Soveltavan liikunnan apuvälinetoiminta SOLIA n.d.).

5 Aikaisemmat tutkimukset

Active Lives Adult Survey -tutkimus seurasi 12 kuukauden ajan aikuisten liikuntaa ja fyysistä aktiivisuutta Englannissa vuosina 2017 ja 2018. Fyysiseksi aktiivisuudeksi laskettiin kohtalaisesti rasittava pyöräily, kuntoilu, tanssi, urheilu ja kävely. Voimakkaasti rasittava fyysinen aktiivisuus laskettiin suorituksissa kaksinkertaisena. Tutkittavien fyysistä aktiivisuutta kuvattiin kolmella tasolla: passiiviset, jotka liikkuvat alle 30 minuuttia viikossa; melko aktiiviset, jotka liikkuvat 30-149 minuuttia viikossa; sekä aktiiviset, jotka liikkuvat vähintään 150 minuuttia viikossa. Tutkimuksessa todettiin, että vammattomista ihmisistä 21 % liikkuu vähemmän kuin 30 minuuttia viikossa, kun taas liikunta- ja toimintaesteisistä ihmisistä vastaava osuus on 42 %. (Active Lives Adult Survey 2018, 2-4, 6.)

Valtion liikuntaneuvoston julkaisuissa 2018:2 kerrotaan että liikuntaesteiset ihmiset olivat selvityksissä kertoneet yleisimmiksi sisäisiksi esteiksi liikunnan harrastamiselle esimerkiksi itseluottamuksen puutteen, rahan puutteen, tiedon puutteen itselle sopivista harrastusmahdollisuuksista, sekä oman vammansa tai terveydentilansa. Liikunnan harrastamisen ulkoisina esteinä oli pidetty muun muassa sopivan harrastetarjonnan puuttumista, esteettömien ja turvallisten tilojen puuttumista, osaavien ohjaajien ja avustajien puuttumista, harrastuskustannuksia sekä kuljetusongelmia harrastuksiin. Liikunnan harrastamista edistävinä tekijöinä liikkumis- ja toimintaesteiset henkilöt kokivat halun liikkua, onnistumisen, hauskuuden ja sosiaalisuuden kokemukset, sopivan harrastuksen löytämisen, mahdollisuuden itse vaikuttaa harrastuksen valintaan, avustajien ja apuvälineiden saatavuuden sekä esteettömyyden ja saavutettavuuden. Julkaisussa kerrotaan resurssipulan olevan este kuntien sekä liikunta- ja urheiluseurojen soveltavan liikunnan järjestämiselle. Rahallisten syiden lisäksi liikunta- ja urheiluseuroista ei löydy riittävästi tietoa ja osaamista soveltavasta liikunnasta. Julkaisun kehittämissuosituksissa on useita kohtia liittyen toimintarajoitteisten ja -esteisten liikkumiseen ja liikuntaan, sekä yhdenvertaisuuteen ja esteettömyyteen. Suosituksissa painottuu liikuntaa ohjaavien säädösten ottaminen vakavasti, sisältäen esimerkiksi eriarvoisuuden vähentämisen liikuntalaissa sekä yhdenvertaisuuslain ja tasa-arvolain. Toimintarajoitteisten ja -esteisten ihmisten huomiointi tulee olla mukana kaikissa liikuntaan ja liikkumiseen liittyvissä valtionhallinnon toimenpiteissä ja

strategioissa. Hallinnonalojen välisellä, sekä hallinnon ja järjestöjen yhteistyöllä saadaan tuloksia aikaiseksi myös soveltavan liikunnan ja vammaisurheilun saralla. Oma suosituksensa oli liikkumis- ja toimintaesteisten ihmisten liikuntaharrastusten tärkeyden huomioimiselle ja mahdollistamiselle myös kuntoutuspainotteisen toiminnan ulkopuolella. (Pyykkönen & Rikala 2018, 28-29, 32, 67-70.)

Päivi Armila ja Pasi Toivola (2017,16-17) kokosivat artikkelissaan nuorten vammaisten vapaa-ajan liikunnan kokemuksia. Artikkelin aineisto oli koottu haastatellen, ja havainnoiden 18-29 -vuotiaita vammaisia urheilijoita ja liikunnan harrastajia sekä toimintaa ohjaavia aikuisia. Tuloksissa nousi esiin liikuntamahdollisuuksien ääreen pääsemisen hankaluus, joka johtui muun muassa tiedon, kyydin tai sopivien liikuntapaikkojen puutteesta tai henkilön toimintakykyä haittaavasta vammasta. Tuloksissa mainittiin myös avustajien ja apuvälineiden vaikutus liikuntaharrastukseen. Nuorten eriarvoinen asema liikuntamahdollisuuksien ääreen pääsemisessä korostui myös paikkakuntakohtaisesti; pienimmillä paikkakunnilla on vain vähän vammaisille nuorille sopivia liikuntaympäristöjä ja mahdollisuuksia. Nuoret saattavat myös tarvita tukea ja apua liikuntamahdollisuuksien ja oikeuksiensa selvittämiseen.

6 Opinnäyteyön tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksen tarkoituksena on lisätä tietoa vammaisille aikuisille tarjolla olevista liikunnan tukitoimista, selvittää tukipalveluiden toimivuutta, sekä tuottaa VAU ry:lle tietoa, jota voidaan hyödyntää yhdistyksen toiminnan kehittämisessä ja suunnittelussa.

Tavoitteena on selvittää internetkyselyllä vammaisille aikuisille tarjolla olevien liikunnan harrastamisen tukipalveluiden, kuljetus- ja avustajapalvelut sekä liikunnan apuvälineet, riittävyttä ja toimivuutta.

Tutkimuskysymykset

1. Ovatko aikuisille suunnatut vammaispalvelut riittäviä tukemaan liikunnan harrastamista?
2. Toteutuvatko vammaispalvelut yksilön arjessa niin, että ne tukevat liikunnan harrastamista?

7 Opinnäytetyön toteutus

7.1 Tutkimusmenetelmä

Opinnäytetyö on kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimus. Määrällisellä menetelmällä tutkitaan aiheita, joita voidaan käsitellä numeraalisin ja tilastollisin menetelmin, mutta se vaatii riittävän suuren vastaajajoukon. Menetelmän avulla voidaan selvittää jonkin asian tämänhetkinen tilanne, mutta sillä ei pyritä selvittämään syvempää merkitystä. (Heikkilä 2008, 16,) Opinnäytetyön tavoitteena on antaa konkreettisia tuloksia vammaispalveluiden riittävydestä liikunnan harrastamisen tukemiseen, joten määrällinen tutkimus antaa mahdollisuuden käsitellä isonkin joukon vastauksia kerralla. Kohderyhmä on iso tilastojen perusteella; soveltavan liikunnan potentiaalisia harrastajia on arvioitu olevan jopa 800 000 ja vaikeavammaisille myönnettävän kuljetuspalvelun piiriin kuului valtakunnallisesti liki 94 000 täysi-ikäistä henkilöä vuonna 2017 (Ala-Vähälä 2018, 7; Sosiaali- ja terveysalan tilastollinen vuosikirja 2018 2019, 68). Lisäksi valtakunnallinen selvitys oli tarpeen, sillä kuntakohtainen selvitys ei anna yleistettävissä olevia vastauksia kuntien vaihtelevien toimintamallien vuoksi.

Tutkimus on muodoltaan poikkileikkausaineistolla tehty kyselylomaketutkimus, eli kertaluonteisella tutkimuksella pyritään kuvailemaan valittua ilmiötä (Vastamäki & Valli 2018, 129). Kyselytutkimus onkin yksi kvantitatiivisen tutkimuksen käytetyimmistä tiedonkeruumenetelmistä. Se sopii tilanteisiin, joissa tutkittava ilmiö tunnetaan

jo entuudestaan ja aiemman tiedon ja teorian pohjalta pystytään muodostamaan kysymyksiä, eli mittareita. (Kananen 2014, 133, 137.) Kyselytutkimuksen voi toteuttaa esimerkiksi postikyselynä, haastatteluna tai sähköisenä kyselynä. Tutkimuksessa käytettiin sähköistä kyselyä. Sähköisen kyselyn avulla tavoitetaan henkilöt, jotka pystyvät käyttämään internetpäättettä. Sen haasteeksi voivat tulla tiedon jakaminen tutkimuksesta ja tutkimusjoukkoon kuulumattomien vastaajien estäminen ja heidän tunnistamisensa vastaajajoukosta, sekä saman henkilön useamman vastauskerran estäminen. (Heikkilä, 2008, 18-19.)

Kyselytutkimuksen kysymykset perustuvat ennalta määriteltyihin käsitteisiin, jolloin kysymykset pystyttiin kohdentamaan oikealla tavalla. Käsitteellä on oltava indikaattoreita eli osoittimia, joiden avulla käsite määritellään, tunnustetaan mittariin tarvittava tieto ja viimein muodostetaan tutkittavalle esitettävä kysymys. Kysymysten ja mittareiden tarkka valinta ja muotoilu on ensiarvoisen tärkeää, sillä tavoitteena on, että kaikki vastaajat ymmärtävät kysymyksen samalla tavalla. (Kananen 2014, 136-137.)

Kysymykset voivat olla avoimia, suljettuja tai sekamuotoisia ja kysymys voidaan asettaa niin, että mittarina voidaan käyttää erilaisia asteikkoja. Avoimet kysymykset mahdollistavat ennalta määrittelemättömän tiedon keräämisen, mutta vastausten analysointi on työläämpää. Suljettuja eli strukturoituja kysymyksiä käytettäessä vastaajalle annetaan valmiit vaihtoehdot, jolloin pyritään helpottamaan vastaajan työtä sekä torjumaan virheellisiä päätelmiä. Sekamuotoisissa kysymyksissä valtaosa vastauksista on annettu, mutta jätetään myös avoin vaihtoehto esimerkiksi ”muu, mikä?” muodossa. (Heikkilä 2008, 49-52.)

7.2 Aineiston keruu

Tutkimuskyselyn toteuttamisessa käytettiin Webropol-ohjelmaa, sillä sen avulla oli mahdollista tavoittaa vastaajia mahdollisimman laajasti ympäri Suomen. Tutkimusryhmällä ei ollut suoria yhteystietoja tutkittaviin, joten kyselyä ei voitu lähettää henkilökohtaisesti kenellekään. VAU ry ja se jäsenyhdistykset ja -seurat levittivät kyselyn linkkiä omille jäsenilleen verkkosivuillaan sekä sosiaalisen median kanavillaan. Tällä tavoin saavutettiin erityisesti sellaiset liikunta- ja toimintaesteiset henkilöt, jotka ovat

kiinnostuneita liikunnan harrastamisesta myös lääkinällisen kuntoutuksen kontekstin ulkopuolella. Tutkimuskysely muodostui sekä strukturoiduista että avoimista kysymyksistä. Aineiston keruu-aika oli 18.12.2018-1.3.2019. Kyselyä levitettäessä potentiaalisia vastaajia motivoitiin kyselyyn osallistumiseen maininnalla arvonnasta. Kaikille kyselyyn vastanneille annettiin mahdollisuus osallistua arvontaan kyselyn päätteeksi. Arvonnassa palkintoina oli kolme 50 euron arvoista lahjakorttia urheiluvälineliikkeen.

Kyselyn luomisessa käytettiin runsaasti aikaa mahdollisimman selkokielisen ja yleisesti ymmärrettävissä olevan kieliasun muotoilemiseen. Strukturoitujen kysymysten vastausvaihtoehdoissa ei käytetty Likertin asteikkoa, sen näyttäytyessä mahdollisesti liian haasteellisenä ja tulkinnanvaraisena vastaajan puolelta. Liikkumis- ja toimintaesteistä puhuttaessa, sisältyy tuohon laajaan joukkoon myös hahmottamisen ja ymmärtämisen haasteet. Jotta tutkimus olisi kaikkien saavutettavissa ja siihen osallistuminen mahdollistuisi kaikille halukkaille, oli selkokielisyys ja ymmärrettävyys otettava erityisen tarkastelun alle. Strukturoiduissa kysymyksissä vastausvaihtoehdoiksi pyrittiin valitsemaan kaikki aiheeseen oleellisesti kuuluvat vaihtoehdot. Joihinkin kysymyksiin vastaajalla oli mahdollisuus valita useampi kuin yksi vastausvaihtoehto. Tutkimuksen liittyessä nimenomaan vammaispalveluihin, muotoiltiin kysymyksiä ja vastausvaihtoehtoja niin, että vastaajalle tulisi esiin, ettei esimerkiksi lääkinälliset apuvälineet kuuluneet tutkimuksen piiriin. Kyselyssä pyrittiin siihen, etteivät kysymykset ja niissä käytetyt termit olisi liian monitulkintaisia tai vaikeita ymmärtää. Kysymysten asetteluun ja termien valintaan vaikutti myös se, että esimerkiksi tutkimuksen toimikantaja VAU ry saisi kyselyn tuloksista suoraan aikaisemmin tehtyjen tutkimusten tuloksiin verrattavissa olevaa tietoa.

Kyselylomakkeen mittarit muodostettiin pääosin tutkijoiden toimesta, mutta liikuntaaktiivisuutta ja liikkumis- ja toimintaesteitä kysyttäessä käytettiin aiemmin käytettyjä kysymyksiä vastausvaihtoehtoineen. Washington group -mittaristo on yleisesti ja kansainvälisesti käytössä oleva kysymyspatteristo toiminnan rajoitteiden määrittelyssä. Kysymyksiä käyttämällä selvitetään diagnoosiin sijaan toimintakyvyn haasteita kuudelta eri toimintakyvyn alueelta. (Short set of disability questions, 2016.)

Tutkimuskysymykset jaoteltiin kyselylomakkeelle tutkittavaan aiheeseen sisältyvien teemojen mukaisesti omiin ryhmiinsä. Näin kyselyyn saatiin omat osiot vastaajien taustatiedoille, vammaispalvelujen liikuntaa tukevien palveluiden tärkeimmille kokonaisuuksille, sekä vastaajien tulevaisuuden toiveille ja ideoille aiheeseen liittyen.

Ennen kyselyn julkaisua suoritettiin lomakkeen esitestaus. Kuusi tiedoiltaan ja taidoiltaan erilaista henkilöä valittiin vastaamaan kyselyyn verkossa omilla laitteillaan, esimerkiksi puhelimella tai tietokoneella, jonka jälkeen palaute kerättiin sekä kirjallisesti sähköpostilla että keskustellen. Esitestauksen tarkoituksena oli testata kyselyä henkilöillä, joilla ei ole tietämystä vammaispalveluista. Testaajilta palautetta kysyttäessä painotettiin kieliasun selkeyttä, eritoten termien määrittelyssä ja ymmärrettävyydessä. Lomaketta muokattiin palautteen perusteella.

7.3 Aineiston analysointi

Määrälliselle tutkimukselle pyritään valitsemaan sopiva analyysimenetelmä jo suunnitelmavaiheessa. Tutkimukseen, sen tutkimusongelmaan ja -kysymyksiin, sopiva analyysimenetelmä löytyy kuitenkin vain kokeilemalla muuttujille soveltuvia tilastollisia menetelmiä. (Vilkkä 2007, 119.) Tilastollisia menetelmiä voidaan käyttää myös avointen kysymysten vastausten analysoinnissa. Vastaukset luokitellaan ryhmiin aihepiireittäin. (Valli 2018, 114.) Strukturoitujen kysymysten vastausten analysoinnissa auttaa Webropolin taulukointiominaisuus. Analysointia voidaan tehdä myös Excel-taulukointiohjelmalla. Useissa kyselyn kysymyksissä vastaukset valitaan dikotomisella asteikolla, tai niissä pyydetään valitsemaan yksi vaihtoehto kuten ikäryhmä tai sukupuoli. Tällaiset kysymykset ovat luokittelevia ja niiden vastauksia kuvataan nominaaliasteikolla (Heikkilä 2014, 59-60). Tutkimuksen kyselylomakkeen kysymyksillä vastataan esimerkiksi tiettyjen palvelumuotojen saamiseen tarvittaessa. Vastausten ja taustatietojen perusteella voidaan tehdä tutkimuskysymyksiin vastaavia päätelmiä. Jos kyselyn vastauksissa on hajontaa, voidaan esimerkiksi vertailla eri sukupuoli- ja ikäryhmiä, tai vastaajien työllisyystilannetta. Tutkimuksen tulokset esitetään numeraalisesti, graafisesti ja sanallisesti. Johdonmukaisuuksia etsittäessä on huomioitava, että tulokset ovat luotettavia vain, jos vastaajia on riittävän suuri otos.

Vastausten analysointi aloitettiin vastaajien taustatiedoista, sekä tutkimuksen kohderyhmän ulkopuolelle jäävien vastaajien tulosten poissulkemisella. Strukturoitujen kysymysten analysoinnissa käytettiin Webropolin raportointiominaisuutta ja sen mahdollisuuksia muodostaa erilaisia kuvaajia halutuista kysymyksistä ja yksittäisten kysymysten vastauksista. Ristiintaulukointia käytettiin vertailemaan vastaajista muodostettujen joukkojen vastauksia toisiinsa. Näin saatiin tietoa palveluiden toteutumisesta yksilöllisten tarpeiden ja toiveiden mukaisesti. Ristiintaulukointiin käytettiin Webropolin Professional Statistics -ohjelmaa.

Avointen kysymysten analysointiin käytettiin sekä Webropolin Analytics-toiminnon eri vaihtoehtoja, kuten Text Mining:in Yleisimmin esiintyvät sanat ja Sanapilvi, että perinteistä manuaalista vastaustekstien lukemista ja niissä toistuvien sanojen ja aiheiden luokittelua. Tässä vaiheessa analysoinnin ulkopuolelle jätettiin vaikeasti tulkittavat tai kysymykseen liittymättömät vastaukset. Vastausten luokittelun jälkeen tuloksissa nousivat esiin kuhunkin kysymykseen liittyvät merkittävimmät ja yleisimmät seikat. Kaikille vastauksille suoritettiin vielä manuaalinen tarkistuslaskenta, sillä analysointiprosessin aikana huomattiin manuaalisesti saatavan tarkempia tuloksia kuin Webropol Analytics:iä käyttämällä. Eri vastausryhmille laskettiin prosenttiosuudet, tulosten selkeän esittämisen mahdollistamiseksi. Aiemmassa vaiheessa hylätyt vastaukset laskettiin mukaan koko vastaajajoukkoon, jotta prosentuaalisesti ilmoitetut tulokset olisivat oikeassa suhteessa kysymyksen kokonaisvastaajamäärään nähden. Kaikkien avointen kysymysten tulosten esittäminen vain numeraalisesti ei ollut mielekästä, joten niistä tulokset on kirjattu raporttiin pääosin sanallisesti.

8 Tulokset

Tutkimuksen tuloksia tarkasteltiin sekä koko kohderyhmän vastausten, että erilaisten ryhmittelyjen kautta. Ristiintaulukoinnin avulla etsittiin eroavaisuuksia vammaispalveluiden riittävydessä työllisyystilanteen, sukupuolen ja liikunta-aktiivisuuden kautta. Tällä tavoin pyrittiin etsimään vastauksia palveluiden toimivuudesta yksilöllisemmällä tasolla. Tuloksissa esitetään vain merkittävät ristiintaulukoinnin tulokset.

8.1 Taustatiedot

Kyselyyn vastanneiden kokonaismäärä oli 235 henkilöä. Analysointia varten vastauksista poistettiin alle 18- vuotiaiden antamat vastaukset, joita oli kahdeksan kappaletta. Vastausten analysoinnissa oli siis mukana 227 henkilön vastaukset.

Vastaajajoukko edusti laajasti eri ikäluokkia (Ks. Taulukko 1). Aktiivisimpia vastaajia olivat 36-50 vuotiaat, mutta myös muut alle 65 vuotiaisiin lukeutuvat ikäryhmät olivat hyvin edustettuina.

Taulukko 1. Vastaajan ikä

	n	Prosentti
18-35	63	27,8%
36-50	88	38,8%
51-65	60	26,4%
yli 65	16	7,0%
Yhteensä	227	100%

Vastaajien sukupuolijakauma oli naisvoittoinen. Naisvastaajia oli 59,0 % (n:134), miesvastaajia 39,7 % (n:90) ja muun sukupuolisia 1,3 % (n:3). Muidenkin kysymysten vastauksia tarkasteltiin sukupuolijakauman kautta, mutta tulokset eivät antaneet viitteitä sukupuolten välisistä eroista vammaispalveluiden riittävydessä.

Vastaajilta kysyttiin heidän työllisyystilannettaan. Valtaosa, 59,4 % (n:135), vastaajista ilmoitti olevansa työelämän ulkopuolella. Työelämässä ja opiskelemassa olevia oli 32,2 % (n:73) ja työ- tai päivätoiminnassa olevia 4,4 % (n:10). Vastaajien työtilannetta tarkasteltiin suhteessa saatuihin palveluihin, sekä palveluiden riittävyteen, mutta vastaajaryhmien välillä ei ollut merkittäviä eroavaisuuksia.

Vastaajien taustoja kartoitettiin myös toimintakyvyn perusteella. Vastaajat ilmoittivat liikkumis- ja toimintaesteistään valitsemalla yhden tai useamman toimintakyvyn osa-alueen jossa kokivat vaikeuksia. Vastaajan antamaa vastausmäärää ei rajoitettu, vaan vastaajat pystyivät valitsemaan useita osa-alueita. Rekisteröityjä yksittäisiä vastauksia annettiin kaikkiaan 438 kappaletta, 227 vastaajan toimesta. Vastaajat ilmoittivat kokevansa vaikeuksia eritoten kävelemisessä ja portaiden nousussa, itsestä huolehtimisessa sekä muistamisessa ja keskittymisessä (Ks. Taulukko 2).

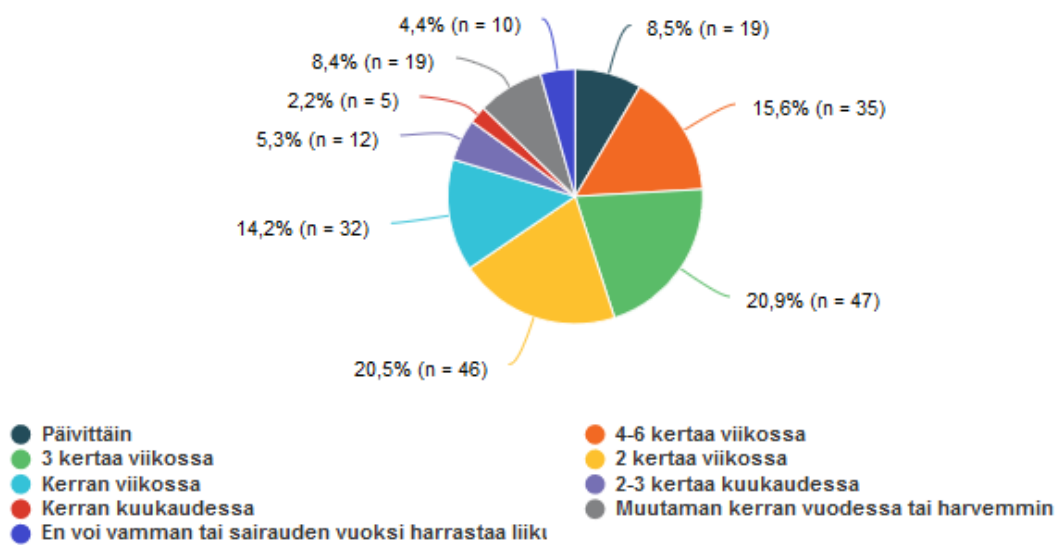
Taulukko 2. Onko sinulla vaikeuksia jossakin seuraavista osa-alueista? 227 vastaajaa, 438 yksittäistä vastausta.

	n	Pro-sentti
Näkemisessä, vaikka käyttäisit silmälaseja	59	26%
Kuulemisessa, vaikka käyttäisit kuulolaitetta	21	9,3%
Kävelemisessä tai portaiden nousussa	182	80,2%
Muistamisessa tai keskittymisessä	66	29,1%
Itsestä huolehtimisessa, esimerkiksi peseytymisessä tai pukeutumisessa	73	32,2%
Kommunikoinnissa omalla kielellä, muiden puheen ymmärtämisessä tai puheessa niin, että muut ymmärtävät sinua	32	14%
En halua kertoa	1	0,4%
Ei missään yllä mainituista	4	1,7%

Kyselyn lopussa kysyttiin, onko vastaaja saanut apua toiselta henkilöltä kyselyyn vastaamisessa. Vastaajista 18,9 % (n:43) vastasi saaneensa apua ja 81,1 % (n:184) ei saanut apua kyselyyn vastaamisessa.

8.2 Vastaajien liikunta-aktiivisuus

Vastaajien liikunta-aktiivisuutta kysyttiin yhdeksänportaisella asteikolla. Yli puolet vastaajajoukosta kertoi harrastavansa liikuntaa vähintään kaksi kertaa viikossa 30 minuuttia niin, että ainakin lievästi hengästyy ja hikoilee. Vain vähäinen määrä ilmoitti ettei pysty lainkaan harrastamaan liikuntaa vamman tai sairauden vuoksi. (Ks. Kuvio 1.)



Kuvio 1. Kuinka usein harrastat vapaa-ajan liikuntaa vähintään puoli tuntia niin, että ainakin lievästi hengästyt ja hikoilet

Kysyttäessä tyytyväisyyttä nykyiseen liikuntamäärään, saatiin 223 vastausta. Vastaajista 18,8 % (n:42) oli tyytyväisiä nykyiseen liikuntamääräänsä. 81,2 % (n:181) vastaajista kertoi haluavansa liikkua nykyistä enemmän. Kysymyksen vastauksia tarkasteltiin vielä liikunta-aktiivisuuden kautta. Ristiintaulukoinnin helpottamiseksi oli mielekkäämpää esittää liikunta-aktiivisuuden perusteella muodostetut vertailuryhmät nelijakoisena. Ristiintaulukointi toi esiin myös harvemmin liikuntaa harrastavien halun lisätä liikunnan määrää (Ks. Taulukko 3).

Taulukko 3. Ristiintaulukointi liikunta-aktiivisuudesta ja tyytyväisyydestä liikuntamäärään kysyttäessä haluaisitko liikkua enemmän

	Vähintään kaksi kertaa viikossa liikkuvat		2-4 kertaa kuukaudessa liikkuvat		Kerran kuukaudessa tai harvemmin liikkuvat		Ei harrastavamman vuoksi liikuntaa		Yhteensä
	n	Prosentti	n	Prosentti	n	Prosentti	n	Prosentti	
Kyllä	108	75%	40	90,9%	23	95,8%	9	100%	180
Ei	36	25%	4	9,1%	1	4,2%	0	0%	41
Yhteensä	144	100%	44	100%	24	100%	9	100%	221

Samaan kysymykseen oli mahdollisuus kirjoittaa avoin vastaus, mikä on esteenä liikunnan lisäämiseen. Syiden määrää ei rajoitettu, vaan samassa vastauksessa saattoi olla useampi syy, jotka luokiteltiin eri ryhmiin. Tähän avoimeen kysymykseen saatiin 176 vastausta. Yleisimmiksi syiksi ilmoitettiin taksimatkojen ja harrastusmahdollisuuksien puute sekä huono taloudellinen tilanne (Ks. Taulukko 4).

Taulukko 4. Mikä on esteenä liikunnan lisäämiseen. Avoimen kysymyksen vastauksissa mainittuja tekijöitä.

	n	Prosentti
Taksimatkojen puute tai riittämätön määrä	35	19,9%
Harrastusmahdollisuuksien puute	26	14,8%
Taloudellinen tilanne	23	13,1%
Jaksaminen/motivaatio	22	12,5%
Sairaus/vamma	21	11,9%
Avustajan puute tai avustajatuntien riittämätön määrä	21	11,9%
Välineiden puute	12	6,8%
Kulkemisen määrittämätön hankaluus	10	5,7%
Ajanpuute	8	4,5%
Sääolosuhteet (talvi)	8	4,5%
Kaverin puute	5	2,8%

Tiedon puute	4	2,3%
Perhe	2	1,1%
Ujous	2	1,1%

Kysyttäessä liikunnan harrastamisen tärkeyttä itselle, kysymykseen vastasi 222 henkilöä. 91,4 % (n:203) vastaajista kertoi liikunnan harrastamisen olevan itselleen tärkeää. 3,6 % (n:8) eivät pitäneet liikuntaa tärkeänä ja 5 % (n:11) eivät osanneet sanoa. Kysymyksen vastauksia tarkasteltiin jälleen liikunta-aktiivisuuteen perustuvan ryhmittelyn kautta. Näin vastauksissa saatiin eroteltua myös vähemmän liikkuvien vastaukset, mikä toikin esiin, että myös he pitävät liikunnan harrastamista tärkeänä vähäisestä liikunnan määrästä huolimatta (Ks. Taulukko 5).

Taulukko 5. Ristiintaulukointi liikunta-aktiivisuudesta ja liikunnan tärkeydestä kysyttäessä onko liikunnan harrastaminen sinulle tärkeää

	Vähintään kaksi kertaa viikossa liikkuvat		2-4 kertaa kuukaudessa liikkuvat		Kerran kuukaudessa tai harvemmin liikkuvat		Ei harrastavammanvuoksi liikuntaa		Yhteensä
	n	Prosentti	n	Prosentti	n	Prosentti	n	Prosentti	
Kyllä	142	97,9%	37	90,2%	16	66,7%	7	70%	202
Ei	2	1,4%	2	4,9%	4	16,7%	0	0%	8
En osaa sanoa	1	0,7%	2	4,9%	4	16,7%	3	30%	10
Yhteensä	145	100%	41	100%	24	100%	10	100%	220

8.3 Palvelusuunnitelma ja neuvonta

Vastaajilta kysyttiin saatujen palveluiden taustalla olevasta palvelusuunnitelmasta. Kaikista vastaajista 77,5 % (n:176) kertoi, että heille on tehty palvelusuunnitelma. 16,8 % (n 38) vastasi, ettei palvelusuunnitelmaa ole tehty ja 5,7 % (n:13) eivät olleet varmoja asiasta.

Jatkokysymyksenä kysyttiin, onko liikuntaharrastus huomioitu palvelusuunnitelmassa. Vastaajista yli puolet ilmoitti, ettei liikuntaharrastusta ole huomioitu palvelusuunnitelmassa (Ks. Taulukko 6). Tutkimuksessa ei kuitenkaan ilmennyt, ovatko henkilöt ottaneet asiaa puheeksi suunnitelman tekovaiheessa.

Taulukko 6. Onko liikuntaharrastus huomioitu palvelusuunnitelmassa

	n	Prosentti
Kyllä	42	18,5%
Ei	127	56,0%
En osaa sanoa	26	11,5%
Minulle ei ole tehty palvelusuunnitelmaa	32	14,1%
Yhteensä	227	100%

Henkilöitä, jotka ilmoittivat liikuntaharrastuksen huomioidun palvelusuunnitelmassa, pyydettiin halutessaan kertomaan avoimessa vastauskentässä, millä tavoin harrastus oli huomioitu. Avoimeen vastauskenttään kommentoi 40 vastaajaa. Kaikista vastaajista 4,4 % (n:10) kertoi, että liikunnan huomioiminen näkyi suunnitelmassa pelkkänä harrastuksen mainintana. 11,4 % (n:26) vastaajista kertoi että palveluita on lisätty henkilökohtaisen tarpeen mukaan. Vastaajista 1,4 % (n:4) kertoi, ettei liikuntaa oltu huomioitu suunnitelmassa, vaikka henkilöllä itsellä olisi siihen tarvetta ja kiinnostusta.

Vastaajilta kysyttiin ovatko he saaneet kunnan sosiaalityöntekijöiltä, palveluohjaajilta tai sosiaaliohjaajilta neuvontaa liikunnan harrastamisen tukipalveluista, sisältäen kuljetuspalvelut, henkilökohtainen apu sekä liikunnan apuvälinehankinnat. Jopa puolet vastaajista koki, että tarvitsisivat neuvontaa, mutta eivät ole sitä saaneet (Ks. Taulukko 7). Kaikki eivät kuitenkaan kokeneet tarvitsevansa neuvontaa ja noin viidesosa kertoi sitä saaneensa.

Taulukko 7. Oletko saanut tietoa liikunnan harrastamisen tukipalveluista

	n	Prosentti
Kyllä	52	22,9%
En, mutta tarvitsisin neuvontaa	113	49,8%
En tarvitse neuvontaa	50	22,0%
En osaa sanoa	12	5,3%
Yhteensä	227	100%

Vastauksia tarkasteltiin jälleen liikunta-aktiivisuuden kautta. Vastausten jakautuminen liikunta-aktiivisuuden mukaan osoitti neuvonnan puutteen ja tarpeen olevan suurempi harvemmin liikkuvien ja liikunnan harrastamiseen kykenemättömien ryhmissä (Ks. Taulukko 8).

Taulukko 8. Ristiintaulukointi liikunta-aktiivisuudesta ja tiedon tarpeesta, kysyttäessä oletko saanut tietoa liikunnan harrastamisen tukipalveluista

	Vähintään kaksi kertaa viikossa liikkuvat		2-4 kertaa kuukaudessa liikkuvat		Kerran kuukaudessa tai harvemmin liikkuvat		Ei harrastavamman vuoksi liikuntaa		Yhteensä
	n	Prosentti	n	Prosentti	n	Prosentti	n	Prosentti	n
Kyllä	39	26,5%	10	22,72%	2	8,3%	1	10%	52
En, mutta tarvitsisin neuvontaa	67	45,6%	21	47,73%	17	70,8%	7	70%	112
En tarvitse neuvontaa	35	23,8%	10	22,73%	2	8,3%	2	20%	49
En osaa sanoa	6	4,1%	3	6,82%	3	12,5%	0	0%	12
Yhteensä	147	100%	44	100%	24	100%	10	100%	225

8.4 Kuljetuspalvelut

Kyselyyn osallistuneiden kuljetuspalveluiden tarvetta ja riittävyyttä kartoitettiin viiden kysymyksen avulla. Koko vastaajajoukosta jopa 74,9 % (n:170) ilmoitti tarvitsevansa kuljetuspalveluita liikuntaharrastuksen pariin päästäkseen. 20,3% (n:46) kertoi ettei tarvitse kuljetuspalveluita liikuntaharrastuksen tueksi ja 4,8 % (n:11) ei osannut määritellä tarvettaan.

Vastauksista valittiin vain niiden vastaajien vastaukset, jotka ilmoittivat tarvitsevansa kuljetuspalveluita liikuntaharrastuksen pariin päästäkseen sekä niiden, jotka eivät osanneet määritellä tarvettaan. Heidän joukostaan valtaosa oli saanut myönteisen kuljetuspalvelupäätöksen (Ks. Taulukko 9).

Taulukko 9. Onko sinulle myönnetty vapaa-ajan kuljetuspalveluita

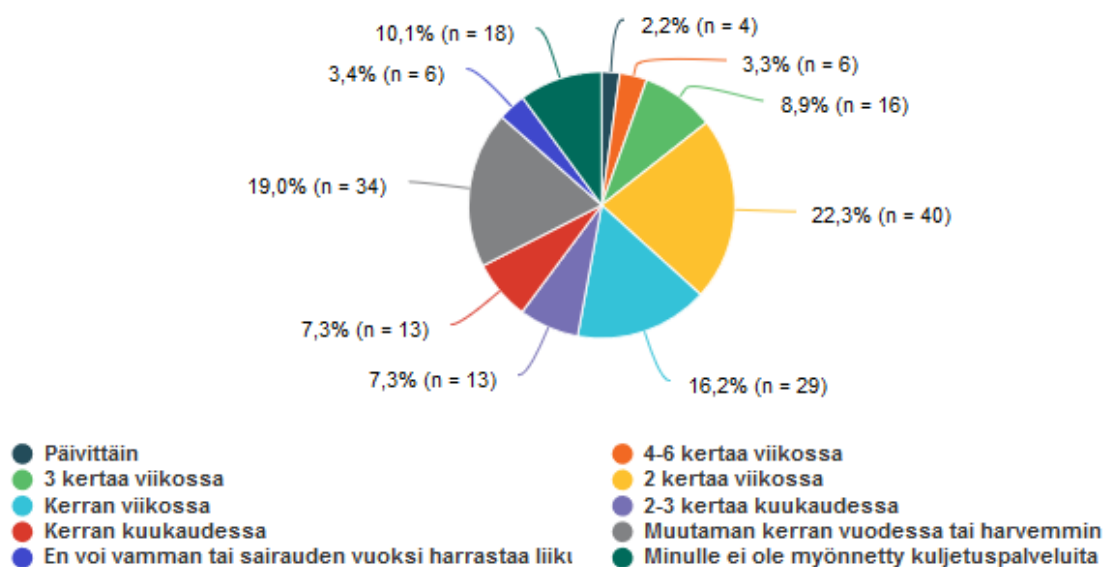
	n	Prosentti
Kyllä	149	82,3%
Ei	30	16,6%
En osaa sanoa	2	1,1%
Yhteensä	181	100%

Seuraavassa kysymyksessä kysyttiin vastaajien subjektiivista kokemusta kuljetuspalveluiden riittävyydestä liikunnan harrastamiseen. Yli puolet vastaajista oli sitä mieltä, etteivät vapaa-ajan kuljetuspalvelut ole riittäviä (Ks. Taulukko 10).

Taulukko 10. Ovatko kuljetuspalvelut riittäviä liikuntaharrastuksen tarpeeseesi

	n	Prosentti
Kyllä	42	23,2%
Ei	119	65,6%
En osaa sanoa	7	3,9%
Minulle ei ole myönnetty kuljetuspalveluita	13	7,2%
Yhteensä	181	100%

179 henkilöä vastasi kysymykseen, kuinka usein käytät kuljetuspalveluita liikuntaharrastukseen päästäksesi. Vastaajista puolet käyttää kuljetuspalveluita liikuntaharrastuksiin liittyen vähintään kerran viikossa. Yleisin vastausvaihtoehto oli kaksi kertaa viikossa, mutta jokainen vaihtoehto sai vastauksia. (Ks. Kuvio 2.)



Kuvio 2. Kuinka usein käytät kuljetuspalveluita liikuntaharrastukseen päästäksesi

Vapaamuotoisia lisäkommentteja kuljetuspalveluihin liittyen annettiin 117 kappaletta. 3,4 % (n:4) vastaajista ilmoitti, ettei heillä ole juurikaan tarvetta kuljetuspalveluihin harrastuksiin liittyen, ja saman verran ilmoitti, että heille myönnetyt matkat ovat riittävät. Vastauksista 53,9 %:ssa (n:63) kerrottiin matkojen määrän olevan riittämätön harrastamisen mahdollistamiseksi. 23,0 %:ssa (n:27) vastauksista tuotiin ilmi kuljetuspalvelujärjestelmän toimimattomuus, esimerkiksi taksien saatavuusongelmat, pitkät odotusajat sekä kotikunnan asettamat kuntien väliset matkustusrajat. 7,8 % (n:9) vastaajista kertoi tarvitsevansa kuljetuspalveluita, mutta vammaispalveluista ei ole heille niitä myönnetty.

1,7 % (n:2) vastaajista kertoi käyvänsä harrastuksissa työmatkoillaan ja saman verran kertoi myönnettyjen matkojen olevan riittäviä. Myös läheisten kerrottiin kuljettavan vastaajia harrastuksiin 1,7 %:ssa (n:2) vastauksista. Kaksi vastaaja kertoi myös, ettei tarvitse harrastuksiinsa kuljetuspalveluita, tai että heillä on käytössään oma auto. Kahdelle vastaajalle oli vammaispalvelusta myönnetty lisämatkoja liikuntaharrastuksiin pääsemistä varten.

8.5 Henkilökohtainen apu

Henkilökohtaisen avun riittävyttä liikunnan harrastamisen tukimuotona selvitettiin viiden kysymyksen avulla. Vastaajajoukosta 68,3 % (n:155) koki tarvitsevansa henkilökohtaista apua liikuntaharrastukseen. 26 % (n:59) ei kokenut tarvitsevansa apua ja 5,7 % (n:13) ei osannut sanoa.

Vastauksista suodatettiin vain henkilökohtaista apua tarvitsevat ja he, ketkä eivät osanneet määritellä tarvettaan. Heistä 125 henkilölle oli myönnetty henkilökohtaisen avun palvelu vapaa-ajalle (Ks. Taulukko 11).

Taulukko 11. Onko sinulle myönnetty vapaa-ajalle henkilökohtainen avustaja

	n	Prosentti
Kyllä	125	74,9%
Ei	37	22,1%
En osaa sanoa	5	3,0%
Yhteensä	167	100%

Henkilöiltä, joille on myönnetty vapaa-ajan avustaja, kysyttiin avoimena jatkokysymyksenä minkä mallin mukaan palvelu on toteutettu. Kysymykseen vastasi 119 henkilöä, joiden vastauksissa 77,3 %:lla (n:92) palvelu on toteutettu työnantajamallin mukaisesti. 7,6 %:lla (n:9) vastaajista palvelu oli toteutettu palvelusetelimallilla ja 8,4 %:lla (n:10) vastaajista on kunnan hankkima avustaja. Vastauksista 6,7 % (n:8) ei ollut tulkittavissa.

Henkilökohtaisen avun riittävyttä liikunnan harrastamiseen kartoitettiin jälleen palvelua tarvitsevien ja tarvettaan määrittelemättömien henkilöiden vastausten kautta. Tyytyväisiä ja tyytymättömiä oli liki sama määrä (Ks. Taulukko 12).

Taulukko 12. Onko henkilökohtaisen avun määrä riittävä liikunnan harrastamiseen

	n	Prosentti
Kyllä	71	42,8%
Ei	72	43,4%
En osaa sanoa	23	13,8%
Yhteensä	166	100%

Neuvonta ja ohjaus ovat osa palveluprosessia, joten vastaajilta tiedusteltiin myös neuvonnan riittävyttä liittyen vapaa-ajan henkilökohtaisen avun järjestämiseen. Vajaa kolmannes kertoi saaneensa neuvontaa, mutta yli puolet oli jäänyt vaille neuvontaa (Ks. Taulukko 13).

Taulukko 13. Oletko saanut riittävästi neuvontaa henkilökohtaiseen apuun liittyen

	n	Prosentti
Kyllä	50	29,9%
Ei	95	56,9%
En osaa sanoa	22	13,2%
Yhteensä	167	100%

Henkilökohtaiseen apuun liittyvän kyselyosion päätteeksi kysyttiin lisäkommentteja henkilökohtaiseen apuun liittyen. Vastauksia tähän kysymykseen saatiin yhteensä 81. Vastauksista 25,9 %:ssa (n:21) tuotiin esiin tyytyväisyyttä henkilökohtaisen avun järjestämismalliin ja 12,3 %:ssa (n:10) vastauksista mainittiin, ettei henkilökohtaista apua ole myönnetty. Henkilökohtaisen avun käytännöt koettiin hankaliksi 9,9 %:ssa (n:8) vastauksista ja neuvonnan vähyyys mainittiin 12,3 %:ssa (n:10) vastauksista. Avustajien saatavuushaaste mainittiin 9,9 %:ssa (n:8) vastauksista.

8.6 Apuvälineet

Kyselyn avulla pyrittiin kartoittamaan liikunnan apuvälineiden tarvetta ja riittävyttä. Aiheeseen kuuluvassa kysymysryhmässä oli kaikkiaan kahdeksan kysymystä, joista tuloksiin valittiin seitsemän kysymyksen vastaukset.

Vastaajajoukosta iso osa vastasi tarvitsevansa liikunnan apuvälineitä liikunnan harastamisen tueksi (Ks. Taulukko 14).

Taulukko 14. Tarvitsetko liikunnan harrastamiseen apuvälineitä

	n	Prosentti
Kyllä	144	63,4%
Ei	62	27,3%
En osaa sanoa	21	9,3%
Yhteensä	227	100%

Vastaajat saivat saman kysymyksen yhteydessä kertoa millaisia apuvälineitä tarvitsevat. Mainittujen apuvälineiden määrää ei oltu rajoitettu. Tähän kysymykseen saatiin 133 vastausta. Yleisimmät tarvittavat apuvälineet olivat lajikohtaiset ja peruspyörätuolit, jotka mainittiin 42,9 %:ssa (n:57) vastauksista. Talvilajien kelkat mainittiin 15,8 %:ssa (n:21) vastauksista. Erikoisvarusteiset polkupyörät (esim. tandempyörät, kolmirattaiset, käsipolkupyörät) mainittiin 14,3 %:ssa (n:19) vastauksista. Käsipyörä mainittiin 11,3 %:ssa (n:15) vastauksista. Erilaisia pienempiä apuvälineitä, kuten nivelkoltukia, mainittiin 7,5 %:ssa (n:10) vastauksista. Valkoinen keppi mainittiin 3 %:ssa (n:4) vastauksista ja rollaattori 2,3 %:ssa (n:3) vastauksista.

Apuvälineiden luovutukseen liittyy vahvasti apuvälineen tarpeen arvio ja tarvetta on pystyttävä perustelemaan. Vastaajilta kysyttiin, onko liikunnan apuvälineen tarve todettu lääkärin, fysioterapeutin tai toimintaterapeutin toimesta. Vastausten analysoinnissa huomioitiin loppuissa kysymyksissä vain niiden henkilöiden vastaukset, jotka aikaisemmassa kysymyksessä kertoivat tarvitsevänsä apuvälineitä sekä heidän, jotka eivät osanneet määritellä tarvettaan. 163 vastauksen mukaan tarve oli todettu liki samalla määrällä kuin heillä, joilla tarvetta ei ole todettu ammattilaisen toimesta (Ks. Taulukko 15).

Taulukko 15. Onko liikuntaharrastuksen apuvälineen tarve todettu lääkärin, fysioterapeutin tai toimintaterapeutin toimesta

	n	Prosentti
Kyllä	73	44,8%
Ei	77	47,2%
En osaa sanoa	13	8,0%
Yhteensä	163	100%

Kyselyn tarkoituksena oli kartoittaa liikunnan apuvälinepalveluiden riittävyttä vammaispalveluna myönnettävän taloudellisen avustuksen kautta, jättäen tarkastelun ulkopuolelle lääkinnällisenä kuntoutuksena myönnettyt apuvälineet. Siitä syystä vastaajilta kysyttiin ovatko he saaneet taloudellista tukea vammaispalveluiden kautta liikunnan harrastamisen apuvälineen hankintaan. 164 vastauksen perusteella vain pieni joukko oli saanut rahallista tukea (Ks. Taulukko 16).

Taulukko 16. Oletko saanut rahallista tukea kuntasi vammaispalveluista liikuntaharrastuksen apuvälineen hankintaan

	n	Prosentti
Kyllä	13	7,93%
Ei	144	87,8%
En osaa sanoa	7	4,27%
Yhteensä	164	100%

Liikunnan apuvälineiden tarvetta kartoitettiin myös vastaajien itse hankkimien apuvälineiden kautta. Vastaajilta kysyttäessä, ovatko he ostaneet liikunnan apuvälineitä täysin omakustanteisesti, noin puolet vastasi kyllä (Ks Taulukko 17).

Taulukko 17. Oletko hankkinut tarvitsemiasi liikuntaharrastuksen apuvälineitä täysin omakustanteisesti

	n	Prosentti
Kyllä	85	52,2%
Ei	67	41,1%
En osaa sanoa	11	6,7%
Yhteensä	163	100%

Jatkokysymyksenä esitettiin avoimena kysymyksenä mitä välineitä tutkittavat ovat hankkineet. Kysymykseen vastasi 83 henkilöä heistä, jotka olivat vastanneet edelliseen kysymykseen hankkineensa apuvälineitä tai eivät osanneet sanoa ovatko hankkineet liikunnan apuvälineitä omakustanteisesti. Vastaajien antamissa vastauksissa saattoi olla mainittuna useita apuvälineitä, jotka luokittelussa sijoitettiin eri ryhmiin. Eniten omakustanteisesti oli hankittu lajikohtaisia pyörätuoleja ja niiden lisäosia. Myös muut lajikohtaiset apuvälineet nousivat esiin, etenkin jääkiekon, ratsastuksen ja boccian harrastamiseen liittyen. (Ks Taulukko 18.)

Taulukko 18. Mitä apuvälineitä olet hankkinut täysin omakustanteisesti.

	n	Prosentti
Lajikohtaiset pyörätuolit ja lisäosat	15	18,1%
Lajikohtaiset varusteet (jääkiekko, ratsastus, boccia)	12	14,5%
Pienet välineet (juoksunarut, liivit, uinnin välineet)	12	14,5%
Pyörä (tandem, kolmipyörä, sähköpyörä, nojapyörä)	9	10,8%
Invamopo, mönkijä	4	4,8%
Käsipyörä ja lisäosat	4	4,8%
Talvikelkat	4	4,8%
Kotikuntosalivälineistö	4	4,8%
Niveltuet	3	3,6%
Potkurollaattori	3	3,6%

Apuvälineiden kohdalla neuvonta ja yhteistyö on tärkeää. Vastaajilta kysyttiin ovatko he saaneet neuvontaa kunnan sosiaalityöntekijältä tai palveluohjaajalta liikuntaharrastuksen apuvälineen hankintaan. 161 vastauksen pohjalta neuvontaa on saanut vain 6,2 % (n:10) vastaajista. 90,7 % (n:146) vastaajista ei ole saanut neuvontaa ja 2,9 % (n:5) vastaajista ei osaa sanoa onko saanut neuvontaa.

Liikunnan apuvälineitä koskevaan avoimeen lisäkommenttikenttään saatiin yhteensä 65 vastausta. Vastauksista 27,7 %:ssa (n:18) tuotiin esiin haaste saada liikunnan apuvälineitä, tai niitä ei myönnetä laisinkaan. 16,9 %:ssa (n:11) vastauksista tuotiin esiin tiedon ja neuvonnan vähyys. 9,2 %:ssa (n:6) vastauksista kerrottiin, että liikunnan apuvälineet on hankittava itse joko ostaen tai vuokraten. 7,7 %:ssa (n:5) vastauksista toivottiin saatavan lisää rahallista tukea liikunnan apuvälineiden hankintaan. Liikunnan apuväline tilanteeseen tyytyväisyyttä nousi esiin 7,7 %:ssa (n:5) vastauksista. 4,6 %:ssa (n:3) vastauksista koettiin liikunnan apuvälineisiin liittyvän byrokratian olevan haastavaa tai eriarvoistavaa.

8.7 Tiedon saanti ja toiveet

Vastaajilta kysyttiin mistä he ovat saaneet tietoa liikunnan harrastamista tukevista vammaispalveluista. Heille annettiin valmiita vaihtoehtoja, joista he saivat valita kaksi tärkeintä tiedonlähdeä. Myös avoin kenttä oli käytettävissä, jos sopivaa vaihtoehtoa ei löytynyt. 219 henkilöä vastasi kysymykseen ja annettujen vastausten määrä oli 407. Kuntien sosiaalityöntekijät ja sosiaaliohjaajat sijoituivat kuudenneksi tärkeimmäksi tiedonlähteeksi kymmenestä eri vaihtoehdosta. Tietoa palveluista koettiin saatavan eniten ystäviltä, tuttavilta ja läheisiltä sekä vertaisryhmistä. (Ks. Taulukko 19.)

Taulukko 19. Mistä seuraavista lähteistä olet saanut tietoa harrasteliikunnan tukimuodoista. Valitse kaksi tärkeintä

	n	Pro-sentti
Kunnan sosiaalityöntekijä tai palveluohjaaja/sosiaali-ohjaaja	37	16,9%
Kuntoutuksen ohjaaja	26	11,9%
Terapeutit	49	22,4%
Terveystieteiden ammattilaiset, esimerkiksi lääkäri, sairaanhoi-taja	8	3,7%
Järjestöt	58	26,5%
Liikunnan apuvälineiden vuokraustoiminta	10	4,6%
Ystävät, tuttavat ja läheiset	81	37%
Vertaisryhmät	69	31,5%
Internet	48	21,9%
Muu, mikä?	21	9,6%

Avoimessa vastauskentässä tuotiin esiin itsenäinen tiedonhaku, eri ammattilaisten (lakimies, avustaja, valmentaja, seurakunnan työntekijä, apuvälineyrityksen työntekijä) antama tieto, koulutuksen kautta saatu informaatio, apuvälinemessut, kuntoutuskeskus sekä lehtiartikkelit.

Kysyttäessä kuljetuspalveluiden, henkilökohtaisen avun ja apuvälineiden vaikutusta liikunnan harrastamisen mahdollistamisessa, kysymykseen vastasi 223 henkilöä. 44,4 % (n:99) vastaajista kokivat palveluiden lisänneen liikunnan harrastamisen mahdollisuuksia. 26,9 % (n:60) ei kokenut palveluiden lisänneen mahdollisuuksia ja 19,3 % (n:43) vastasi niiden lisänneen mahdollisuuksia vain osittain. 9,4 % (n:21) ei osannut sanoa ovatko palvelut lisänneet mahdollisuuksia.

Liikunta-aktiivisuuden perustuneen ryhmittelyn kautta edellistä kysymystä tarkasteltaessa, erot eri tavalla liikunnallisesti aktiivisten vastaajien välillä nousivat esiin. Aktiivisista liikkujista yli puolet kokivat palveluiden mahdollistaneen liikunnan harrastamisen, kun taas harvemmin ja ei liikuntaa laisinkaan harrastavien joukossa koettiin päinvastoin. (Ks. Taulukko 20.)

Taulukko 20. Ristiintaulukointi liikunta-aktiivisuudesta ja kokemuksesta palveluiden asemasta liikunnan mahdollistajana kysyttäessä ovatko tukipalvelut lisänneet mahdollisuuksiasi liikunnan harrastamiseen

	Vähintään kaksi kertaa viikossa liikkuvat		2-4 kertaa kuukaudessa liikkuvat		Kerran kuukaudessa tai harvemmin liikkuvat		Ei harrastavamman vuoksi liikuntaa		Yhteensä n
	n	Prosentti	n	Prosentti	n	Prosentti	n	Prosentti	
Kyllä	82	56,6%	13	30,2%	2	8,3%	1	11,1%	98
Ei	27	18,6%	13	30,2%	14	58,3%	6	66,7%	60
Osittain	28	19,3%	9	20,9%	4	16,7%	1	11,1%	42
En osaa sanoa	8	5,5%	8	18,6%	4	16,7%	1	11,1%	21
Yhteensä	145	100%	43	100%	24	100%	9	100%	221

Kyselyn lopussa pyysimme vastaajia vapaasti ideoimaan ja kertomaan minkälaista tukea tai palveluita he toivoisivat tulevaisuudessa saavansa liikunnan harrastamisen tueksi. Vastaukselle ei määritelty ehtoja ja vastaajat saivat tuoda esille useampiakin haluamiaan asioita. 138 henkilöä vastasi kysymykseen. Useimmin, 29 %:ssa (n:40) vastauksista tuotiin esiin kuljetuspalveluihin liittyviä ongelmia, sekä toiveita matkojen määrän lisäämisestä yksilöllisen tarpeen mukaan, kuljetuspalvelumatkojen kuntarajojen poistamisesta, mahdollisista yhteiskuljetuksista, sekä matkojen hintojen alennuslipuista tai -korteista.

Toiseksi useimmin, 22,5 %:ssa (n:31) vastauksista toivottiin jossain muodossa taloudellista tukea liikunnan harrastamiseen. Tuen muodoiksi ehdotettiin muun muassa harrastusten maksuttomuutta vammaisille ja pienituloisille, erityisliikuntakorttia, liikuntaseteleitä, muuta rahallista tukea sekä vuotuista ”könttösomaa”, jonka voisi käyttää haluamallaan tavalla liikuntaharrastukseen, esimerkiksi matkojen, liikuntavälineiden tai kausimaksujen maksamiseen.

19,6 %:ssa (n:27) vastauksista kävi ilmi liikuntamahdollisuuksien vähäisyys. Vastaajat toivoivat lisää harrasteryhmiä ja liikuntatarjontaa sekä seuroissa että kuntien järjestämänä. Vastauksista ilmeni myös tarve eri lajien kokeilumahdollisuuksille, jotta itselle yksilöllisesti sopivan lajin löytäminen olisi helpompaa.

Apuvälineiden ja erityisliikuntavälineiden saatavuuteen liittyviä tarpeita ja toiveita esitettiin 18,8 %:ssa (n:26) vastauksista. Vastaajat toivoivat esimerkiksi enemmän mahdollisuuksia apuvälineiden lainaamiseen ja vuokraamiseen. Isojen kaupunkien ja ruuhka-Suomen ulkopuolella apuvälinetilanne näyttäytyi vastaajien kertomana haasteellisemmalta. Apuvälineiden saatavuus ja rahallinen tuki nivoutuivat vastauksissa myös osin yhteen.

Vastauksissa näyttäytyi myös selkeä oma tarpeensa informaation saamiselle. 15,8 %:ssa (n:22) vastauksista kerrottiin ohjauksen, informaation ja neuvonnan tarpeista vammaispalveluissa, sekä tarpeesta löytää saavutettavaa informaatiota kootusti vastaajan oman alueen (asuinkunta ja naapurikunnat) liikuntaharrastusmahdollisuuksista.

Seuraavat kaksi osiota nivoutuvat yhteen. 14,5 %:ssa (n:20) vastauksista tuotiin esiin henkilökohtaiseen apuun ja avustajiin liittyviä tarpeita. Vammaispalvelun myöntämien henkilökohtaisen avun tuntien määrän ei koettu yksilöllisesti aina olevan riittävä. Osin vaihtoehtona henkilökohtaiselle avulle toivottiin 9,4 %:ssa (n:13) vastauksista erityisliikunnan ohjaamisen ja siinä avustamisen osaamiskoulutusta liikunnan ohjaajille urheiluseuroissa ja kunnissa.

Alle 5 % osuuksilla vastauksissa mainittiin toiveina ja kehityskohteina muun muassa yhdenvertaisuus kuntien välillä, seurojen ja järjestöjen rahallinen tukeminen sovelta-vaan liikuntaan panostamiseksi, kuntien ja seurojen yhteistyön lisääminen, sekä liikuntapaikkojen esteettömyyden huomioiminen.

9 Pohdinta

9.1 Luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttavat valitut tutkimusmenetelmät ja niihin kuuluvien tutkimusvaiheiden noudattaminen. Puhutaan validiteetista eli pätevydestä ja reliabiliteetista eli pysyvyydestä. Tutkijan on myös tunnistettava omassa työssään riskialueet, joihin pyritään vaikuttamaan jo prosessin suunnitteluvaiheessa. (Kananen 2014, 258-260.)

Opinnäytetyön tutkimuksen kohderyhmäksi valittiin aikuiset liikkumis- ja toimintaesteiset henkilöt. Tutkimus kohdennettiin aikuisiin aiheen rajaamiseksi. Vastaajajoukko oli heterogeeninen sekä sukupuolen että iän perusteella. Vastaajat myös edustivat laajaa joukkoa erilaisia toiminta- ja liikuntaesteitä omaavia henkilöitä. Vastaajat olivat aktiivisesti liikuntaa harrastavia ja he kokivat liikunnan harrastamisen itselleen tärkeäksi. Selkeä valtaosa vastaajista haluaisi liikkua nykyistä enemmän.

Kvantitatiivisen tutkimuksen prosessissa kyselylomakkeen muodostaminen on yksi tärkeimmistä tutkimuksen tuloksiin ja luotettavuuteen vaikuttavista tekijöistä. Tässä tutkimuksessa erityisen tärkeänä koettiin kyselylomakkeessa käytetyn kielen ymmärrettävyys ja ulkoasun selkeys. VAU ry on asiantuntija kohderyhmään liittyvän tutkimuksen alueella, joten heidän toiveensa ja ehdotuksensa on otettu tarkasti huomioon. Tutkimuslomakkeen suurin haaste oli selkeän kieliäsen muodostaminen moninaisten termien avaamiseksi, mikä näyttäytyi myös kyselylomakkeen pituuden rajaamisen haasteena. Likertin asteikon käytöstä luovuttiin kokonaan selkeän ulkoasun ja ymmärrettävyyden mahdollistamiseksi.

Kyselyn ulkoasuun ja selkokielisyyteen panostamisesta huolimatta vastauksissa ilmeni pieniä epä johdonmukaisuuksia, jotka olivat huomattavissa suljettujen ja avointen kysymysten ja kysymysryhmien vastauksia vertailtaessa. Tulokset esitettiin siitä

huolimatta sellaisinaan tutkimuksen läpinäkyvyyden varmistamiseksi. Avointen kysymysten analysoinnissa vältettiin tulkintojen tekemistä epäselvien vastausten kohdalla, ja määrittelemättömissä olevat vastaukset jätettiin huomiotta.

43 vastaajaa ilmoitti saaneensa toiselta henkilöltä apua kyselyyn vastaamisessa. Tämä on otettava huomioon tulosten luotettavuutta arvioitaessa. Avustaminen voi olla osalle vastaajista välttämättömyys päästäkseen osallistumaan tällä tavoin toteutettuun tutkimukseen, mutta tutkija ei voi olla varma onko kysymyksiä tai vastaajan vastauksia tulkittu avustajan toimesta toisella tavoin.

Internetkyselynä toteutettu tutkimus tuo tutkimusympäristönä omat haasteensa tulosten luotettavuuden arviointiin. Kohderyhmää tavoiteltiin vammaisurheiluun ja -liikuntaan suuntautuneiden verkkosivustojen ja sosiaalisen median kanavien kautta. Linkki kyselyyn oli kuitenkin kenen tahansa sivustolla vierailevan saatavilla, eikä voi varmuudella sanoa kuuluivatko kaikki vastaajat kohderyhmään. On myös otettava huomioon mahdollisuus, että sama vastaaja on täyttänyt kyselyn useammin kuin kerran.

Tutkimus ei tuota tilastollisesti yleistettävää tietoa koskien koko vammaispalveluita käyttävää ihmisryhmää, mutta antaa suuntaa vapaa-ajan liikunnan tärkeäksi kokevien vammaisten henkilöiden tilanteesta vammaispalveluiden riittävyyden ja toteutumisen osalta. Aihetta ei ole aiemmin tutkittu juuri samasta näkökulmasta, mutta aiemmissa erityisryhmien liikuntaa koskevissa laajemmissa tutkimuksissa on saatu saman suuntaisia tuloksia liikunnan harrastamisen esteistä palveluiden näkökulmasta. Ei ole myöskään syytä epäillä, että tätä tutkimusta toistamalla tulokset muuttuisivat merkittävästi.

Kyselyn alkuun oli liitetty tiedote tutkimukseen osallistuvalla, jossa kerrottiin tutkimukseen osallistumisen olevan vapaaehtoista. Tutkimukseen osallistumisen saattoi halutessaan keskeyttää ilman seurauksia, mutta siihen asti kerättyjä aineistoja voitiin silti käyttää tutkimukseen. Tutkittaville selitettiin myös tutkimuksen aihe ja aineistonkeruun konkreettinen toteutustapa, se että tutkimuksen toimeksiantajana toimii

Suomen vammaisurheilu ja –liikunta VAU ry, sekä tutkimukseen kuuluvaan tietosuojaan liittyvät asiat.

Tutkimuksen suunnittelussa ja toteutuksessa huomioitiin eettiset periaatteet sekä tutkimukseen osallistuvien tietosuoja. Tutkimuksessa kerättyjä yksittäisten vastaajien antamia tietoja ei luovuteta eteenpäin muille osapuolille, ja tutkimuksessa rekisterinpitäjänä toimi JAMK. Tutkimukseen vastaaminen ei vaatinut henkilötietojen luovuttamista, eli tutkimustulosten analysointi oli täysin anonyymiä. Tutkimuksessa kerättyjä tietoja ei säilytetty tutkimustulosten analysoinnin jälkeen. Tutkimuskyselyn täyttämisen jälkeen sai halutessaan osallistua lahjakortin arvontaan. Arvontaan annettuja henkilötietoja ei voitu yhdistää kyselylomakkeen vastauksiin. Henkilötietoja ei käsitelty kukaan tutkimusryhmän ulkopuolinen. Annetut henkilötiedot koottiin Webropolliin vain arvontaa varten ja ne hävitettiin heti arvonnin jälkeen. Arvonta suoritettiin välittömästi kyselyn sulkeuduttua. Arvonnin voittajille (3 kpl) ilmoitettiin voitosta henkilökohtaisesti, eikä nimiä julkaista.

9.2 Keskeisten tulosten tarkastelu

Tutkimuksella pyrittiin selvittämään tukevatko vammaispalvelut aikuisia liikkumis- ja toimintaesteisiä henkilöitä omaehtoisen liikunnan harrastamisessa. Käytännössä perehdyttiin vammaispalveluiden sisältöön ja mahdollisuuksiin, sekä vammaispalvelulain asettamiin kriteereihin ja ehtoihin palvelujen saamiseksi. Tutkimuskysely toteutettiin näihin tietoihin perustuen. Kyselyllä haluttiin selvittää vammaispalveluiden toteutumista ja niiden riittävyyttä myös yksilötasolla.

Vammaispalvelut antaa liikkumis- ja toimintaesteisille henkilöille mahdollisuuksia toimia yhteisöissä ja yhteiskunnassa ympäristön esteellisyydestä huolimatta. Vammaispalveluiden ollessa erillään lääkinnällisestä kuntoutuksesta, sen tarjoama tuki keskittyy enemmän yksilön henkilökohtaisiin tarpeisiin ja valintoihin. Vaikka vammaispalveluiden yhtenä tarkoituksena on tukea yksilön itsenäistä asioidenhoitoa, työssä käyntiä ja opiskelua, se mahdollistaa myös harrastamista ja yhteisöllistä aktiivisuutta vapaa-ajalla. Kyselyyn annetuista vastauksista kävi ilmi, että yksilöllisiä tarpeita ei

usein huomioida, joka näyttäytyy vammaispalveluiden myöntämien palveluiden joutamattomuutena. Liikunnan ollessa usein osa lääkinällistä kuntoutusta, ei sosiaalipalveluissa välttämättä tiedosteta omaehtoisen harrasteliikunnan tärkeyttä yksilön hyvinvoinnissa. Esimerkiksi fysioterapiajakson loppuessa itsenäisen harjoittelun merkitys kasvaa. Itselle mieluinen liikuntaharrastus tukee hyvinvoinnin ja toimintakyvyn muitakin osa-alueita kuin vain fyysistä. Harrasteliikunta on yksi keino kansansairauksien, passivoitumisen ja syrjäytymisen ehkäisemisessä. Tutkimukseen vastanneet olivat kokeneet saatujen palveluiden olleen hyödyllisiä ja mahdollistaneen harrastamista. Yksilön toimintakyvystä, mieleisestä liikuntalajista ja ympäristön esteellisyydestä riippuen harrastamiseen tarvitsee vaihtelevan määrän erilaisia palveluita ja tukea; matkustaminen harrastuspaikalle, yksilölliset ja lajikohtaiset apuvälineet, sekä avustus ja ohjaus. Vammaispalvelut voivat tarjota apua näiden kaikkien järjestämiseen. Vammaispalvelulaki antaa kunnille mahdollisuuden tukea liikkumis- ja toimintaesteisiä vammaisia henkilöitä omaehtoisessa vapaa-ajan liikunnan harrastamisessa. Tämän tutkimuksen mukaan vammaispalveluiden palvelukirjo on sinällään riittävä, eli vammaispalveluiden sisältöön ei koeta tarvittavan uusia palvelumuotoja.

Kyselyyn vastanneet olivat aktiivisia liikunnan harrastajia. Liikunta-aktiivisuutta mitattiin asteikolla, joka on ollut käytössä myös Suomalaisen aikuisväestön terveystietämiskyselyssä. Vuonna 2014 toteutetun kyselyn mukaan suomalaisista aikuisista 73,5 % liikkui vähintään kaksi kertaa viikossa, puoli tuntia kerrallaan (Helldán & Helakorpi 2015, 140), kun taas tämän opinnäytetyön kyselyyn vastanneista kyseiseen liikunnan määrään ylsi 65,3%, jääden alle 10 prosenttiyksikön päähän kansallisesta aktiivisuudesta. Liikkumis- ja toimintaesteisten henkilöiden liikunta-aktiivisuudesta ei voi tehdä yleistävää johtopäätöstä tämän tutkimuksen pohjalta, mutta sillä on merkitystä tarkasteltaessa yksilöllisiä kokemuksia vammaispalveluiden riittävydestä liikunnan harrastamisen tukemisessa. Harvemmin liikkuvat vastasivat haluavansa liikkua enemmän ja he kokivat liikunnan yhtä tärkeäksi, kuin aktiivisimmat vastaajat. Kokemus tukipalveluista liikunnan mahdollistajana sekä saadusta neuvonnasta olivat kuitenkin hyvin alhaisia vähemmän liikkuvien keskuudessa. Tietoa ja neuvontaa vammaispalveluista siis tarvittaisiin, etenkin passiivisimpien liikkumisen mahdollista-

miseksi. Palveluiden saamiseksi niiden tarve tulee mainita palvelusuunnitelmassa. Liikunnan harrastamiseen liittyvää tarvetta on kuitenkin harvoin huomioitu vastaajien palvelusuunnitelmissa.

Kuljetuspalvelut

Suurimpana yksittäisenä ongelmana palveluiden toteutumisessa yksilöiden kohdalla on tutkimuksen mukaan kuljetuspalvelumatkojen vähäinen määrä. Useat vastaajat kertoivat oman kotikuntansa myöntävän vain laissa määritellyn minimimäärän, eli 18 yhdensuuntaista matkaa kuukaudessa. Käytännössä voi olla, että tuolla määrällä vammaisen henkilö pääsee poistumaan kodistaan kuukauden aikana vain yhdeksän kertaa. Määrän pitäisi kattaa kaikki arkeen kuuluva asiointi, kuten kaupassa ja virastoissa käynnit sekä muut vapaa-aikaan kuuluvat asiat, kuten kampaajat, kyläilyt ja harrastukset. Koska monet liikuntamuodot vaativat soveltamista yksilöille sopiviksi, ei harrastuspaikkoja välttämättä ole tarjolla vammaisen henkilön kodin lähetyvillä, tai edes omalla tai lähipaikkakunnalla. Kuljetuspalveluiden käyttäminen voi olla ainoa keino päästä harrastuksiin, ja kyytien määrän vähäisyys voi aiheuttaa sen, että säännöllinen, aktiivinen harrastaminen on mahdotonta. Toinen ongelma kuljetuspalveluissa on se, että kuntien välistä matkustamista rajataan ilman yksilöllisten tarpeiden huomioimista. Vastaajat toivoivatkin joustavuutta kuljetuspalveluiden myöntämiseen ja itse kuljetuspalveluiden sisällön rajauksiin.

Yksilön tarve palveluille voi vaihdella monienkin muuttujien mukaan, joista yksi on vaihteleva sää. Kysely toteutettiin talvella, joten sään tuomat haasteet nousivat esiin heti liikunnan lisäämisen esteitä kysyttäessä. Muissakin kommentteissa sääolosuhteet mainittiin, juurikin kuljetuspalveluiden riittävyteen liittyvänä tekijänä. Talvella kuljetuspalveluita tarvitaan enemmän jo kodista poistumiseen ja toisaalta kesäisin kuljetuspalveluiden tarve voi olla vähäisempää, sillä liikuntaa voi harrastaa ulkona kodin lähialueilla, tai liikuntapaikalle pääsemiseksi riittää jo käytössä olevat liikkumisen apuvälineet.

Henkilökohtainen apu

Tutkimuksen mukaan henkilökohtaisen avun määrä on tyydyttävämpi kuin kuljetuspalveluiden, mutta silti suuri osa vastaajista tarvitsisi enemmän avustajatunteja harrastamisen tueksi. Henkilökohtaisen avun osalta haasteet ovat osin erilaisia kuin kuljetuspalveluiden. Henkilökohtaisen avun järjestäminen on mahdollista kolmella eri tavalla, työntajamallilla, palvelusetelimallilla tai kunnan järjestämänä. Eri ihmisille sopii erilaiset tavat, ja tässäkin asiassa neuvonnalla ja ohjauksella on suuri merkitys palvelun saajan tyytyväisyyden kannalta. Joku kokee, että työntajamalli on juuri sopiva, kun silloin saa sopia asioista mahdollisimman itsenäisesti suoraan avustajana toimivan henkilön kanssa. Toisen mielestä taas työntajamalli sysää vammaisen harteille liikaa oheistyötä ja selviteltäviä asioita, kun kunnollista neuvontaa ei ole saatu vammaispalvelun ammattilaisilta. Toinen ongelma henkilökohtaisessa avussa on sopivan avustajan löytäminen. Liikuntaharrastuksessa avustavalla henkilöllä tulisi mahdollisesti olla jonkin verran lajitietoutta ja tarpeeksi hyvä kunto ollakseen aidosti avuksi; ajatellaan vaikkapa näkövammaisen juoksuharrastajan avustajaa. Lopuksi vielä henkilökemioiden pitäisi kohdata, jotta luottamuksellinen yhteistyö voisi alkaa ja jatkaa tarkoituksenmukaisena. Näiden lisäksi riittävien avustajatuntien saaminen on osa henkilökohtaiseen apuun liittyvää yksilöllisten tarpeiden täyttämisen yhtälöä.

Harrasteliikuntaa tukevat apuvälineet

Liikunnan apuvälineasioiden tutkiminen vammaispalveluiden näkökulmasta osoittautui huomattavasti haasteellisemmaksi kuin kuljetuspalvelut ja henkilökohtainen apu. Monilla liikkumis- ja toimintaesteisillä henkilöillä on apuvälineitä päivittäisessä käytössään, mutta samat apuvälineet ovat tarpeen myös liikuntaa harrastaessa. Millaisilla määritelmillä siis rajattaisiin nimenomaan liikuntaharrastusta edesauttavat apuvälineet omaksi joukokseen? Tietysti on selkeitäkin tapauksia, kuten jonkin lajin erikoisurheiluvälineet. Apuvälineasiat sekoittuivat myös kyselyn vastajilla jonkin verran, sillä vastauksissa nousi esiin esimerkiksi lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineet, sekä tavalliseen arkeen kuuluvat, liikuntaan täysin kuulumattomat apuvälineet. Asian epäselvyyteen voi olla monia syitä, mutta yksi on varmasti tiedon puute. Yli 90 % vastaajista kertoi, ettei ollut saanut vammaispalveluiden ammattilaisilta neuvontaa apuvälineiden hankintaan, eivätkä kaikki olleet edes tietoisia mahdollisuudesta että vam-

maispalvelut voisi avustaa harrastusapuvälineiden hankinnassa. Liikunnan apuvälineiden hankintaprosessi on vastaajien mukaan haastava, tai apuvälineitä ei myönnetä laisinkaan. Liikunnan harrastamisen apuvälineen tarve oli todettu ammattilaisen, kuten terapeutit tai lääkärit, toimesta lähes puolella vastaajista, mutta vain muutama vastaaja oli saanut vammaispalveluista rahallista tukea apuvälineen hankintaan. Vastausten perusteella eri kuntien väliset käytännöt tekevät järjestelmästä eriarvoistavan yksilöiden välillä. Apuvälineet on usein ostettava tai vuokrattava omakustanteisesti, mutta tässäkin tapauksessa apuvälineen tarvitsijan asuinpaikka määrittelee tarjonnan laajuuden. Isojen kaupunkien läheisyydessä valikoima on suurempi. Kysynnän ja tarjonnan lain tuki ymmärtää, mutta yksilötasolla asiaa tarkastellen jonkin tietyn apuvälineen hankinta voi olla niin vaikeaa tai kallista, että sitä on mahdotonta saada ilman tukea ammattilaisilta. Liikunnan apuvälineet voivat olla todella kalliita, ja riittävän neuvonnan lisäksi rahallisen tuen tarve korostuikin juuri apuvälineasioita koskevissa vastauksissa.

Palveluiden vaikutus toisiinsa

Eri palveluita ja tyytyväisyyttä niihin vertailtaessa selkeimmin korostui kuljetuspalveluiden riittämättömyys. Onko kuljetuspalvelut siis suurin yksittäinen tekijä, jolla voi vaikuttaa vammaisen yksilön harrasteliikunta-aktiivisuuteen? Toisaalta, voisi myös ajatella kaikkien tutkimuksessa käsiteltyjen kolmen palvelutyypin linkittyvän toisiinsa muodostaen jatkumon. Jos vammaisella henkilöllä ei ole kuljetuspalvelumatkoja sen verran, että voisi käydä säännöllisesti liikuntaharrastuksessa, ei hän silloin tarvitse myöskään henkilökohtaista apua, eli avustajaa harrastukseen, tai myöskään harrastuksessa käytettäviä urheilu- tai apuvälineitä. Jos mahdollisuudet päästä harrastuspaikoille lisääntyisivät, lisääntyisikö myös muiden palveluiden tarve?

Vastaajien tulevaisuuden toiveita liikuntaharrastusten tukemisesta

Tutkimuskyselyssä haluttiin hieman tutkimuskysymysten ulkopuolelta kysyä myös vastaajien toiveita ja ideoita liikunnan harrastamisen tukemiseen ja palveluihin liittyen. Edelleen mainintoja sai eniten harrastuksiin pääsemisen ongelmat, eli käytännössä kuljetuspalvelumatkojen vähyys ja kuntakohtaisten matkustusrajoitusten joustamattomuus, sekä matkustamisen kalleus. Vastaajat ideoivat myös muunlaisia vaihtoehtoja matkustamista helpottamaan, kuten yhteiskuljetuksia, alennuslippuja ja -

kortteja, sekä rahallista tukea. Ehdotus liikunnan harrastamiseen ”korvamerkitystä” vuotuisesta rahasummasta onkin mielenkiintoinen. Rahan saaja siis voisi käyttää tietyn määrän rahaa mihin tahansa liikuntaharrastuksiinsa liittyviin kuluihin, kuten matkoihin harrastuspaikalle, kausimaksuihin tai välineisiin. Yksinkertaisesti ajateltuna tuolla tavalla kohdennetun rahallisen tuen uskoisi vaikuttavan suoraan yksilön mahdollisuuksiin harrastaa liikuntaa. Tämän tyyppisen avun järjestämiseen tarvittaisiin ehkä uudenlainen järjestelmä. Tulisiko tällainen mahdolliseksi vammaispalvelujen kautta, vai toimisiko palvelun tarpeen arvioijana ja tarjoajana jokin muu taho?

Rahallista tukea toivottiin myös harrastusliikunnan apuvälineiden hankkimiseen. Tällä hetkellä vammaispalveluiden puitteissa siihen pitäisi jo olla mahdollisuus. Vammaisten henkilöiden tietouden lisääminen mahdollisuudesta lienee avainasemassa palvelun käytön lisäämisessä. Tämä rahallinen avustus tosin kuuluu harkinnanvaraisiin palveluihin, joten lienee kiinni myös kuntakohtaisista budjeteista kuinka helppoa sen saaminen on. Vastauksissa ehdotettiin myös lajikohtaisten apuvälineiden vuokraamisen ja lainaamisen helpottamista, sekä lajikoitelumahdollisuuksien lisäämistä. Nämä mahdollisuudet madaltaisivat kynnystä lähteä liikkumaan, auttaisivat löytämään yksilöllisesti itselle sopivan harrastuksen, sekä kannustaisivat kokeilemaan ilman pakkoa sitoutua ja tarvetta panostaa harrastukseen heti alussa suuria rahallisia summia.

Kyselyn avoimissa vastauskentissä toistui useiden vastaajien kertomus siitä, ettei itselle sopivia liikuntaharrastuksia ollut tarjolla omalla paikkakunnalla. Seurojen ja kuntien liikunnanohjaajille pitäisi saada riittävästi osaamista eri liikuntalajien soveltamisesta Liikuntamahdollisuuksiin liittyy myös liikuntapaikkojen esteettömyys. Kun suuntaus tällä hetkellä on yhä saavutettavampaan ja esteettömämpään yhteiskuntaan ja infrastruktuuriin, niin yhdistämällä ne laajaan liikunnan ammattilaisten erityisliikunnan osaamiseen, voisi tulevaisuudessa henkilökohtaisen avun ja kuljetuspalveluiden tarpeen kuvitella jopa vähentyvän. Matka esteettömyyteen on kuitenkin pitkä, ja tässä hetkessä olisi tärkeää lisätä vammaispalveluita tarvitsevien tietoutta vammaispalveluiden tarjoamista mahdollisuuksista.

Vammaiset yhteiskunnan osana

Suomen vammaispoliittisessa ohjelmassa 2010-2015 korostetaan rakenteellisen yhteiskunnallisen syrjinnän poistamisen sekä yhdenvertaisuuden tärkeyttä (Vahva pohja osallisuudelle ja yhdenvertaisuudelle 2010, 125-128). Vaikuttaa siltä, että matkaa yhdenvertaisuuteen on vielä edessä. Tutkimuskyselyyn annetuissa vastauksissa tuli ilmi kokemus epätasa-arvosta, sekä siitä, että palvelujen saamista ei aina ammattilaisten osalta helpoteta. Epätasa-arvoa koetaan sekä vammaisten että vammattomien välillä, kuten myös eri kuntien palveluiden myöntämiskäytäntöjen välillä. Vastaajat kertoivat kokevansa jopa, että tietoja mahdollisista palveluista pimitetään tarkoituksellisesti, tai että omassa kunnassa on ennalta päätetty, ettei mitään palveluita myönnetä lain määrittelemää vähimmäismäärää enempää. Outi Hyvösen (2010, 19, 27) tutkimuksessa Vammaisten kertomuksia arjestaan, kuvaillaan samankaltaisia kokemuksia, sekä kerrotaan siitä, kuinka palveluiden, joiden pitäisi helpottaa vammaisen henkilön arkea, saamisen eteen onkin tehtävä todella paljon töitä. Prosessin kuvataan yksilön kohdalla tuntuvan taistelulta monimutkaista palvelujärjestelmää vastaan (Vehmas 2010, 8). Hyvönen (2010, 28) painottaa ammattilaisten vastuuta muutoksen aikaansaamisessa. Opinnäytetyöhön liittyvään teoriaan perehtyneenä kyselyn vastauksia analysoidessa on pakko pohtia, mikä on perimmäinen syy järjestelmän toimimattomuudelle. Jos syy on rahan puute, niin miksei kaikista poliittisista ohjelmista, selvityksistä ja suosituksista huolimatta resursseja budjetoida enemmän vähemmistöjä edustavien yksilöiden yhdenvertaisuuteen? Koetaanko yhteiskunnallisella tasolla vammaisten ihmisten osa yhteiskunnassa yhtä tärkeäksi kuin vammattomien? Entä, jos yksilö ei täytä niin sanotusti tuottavan kansalaisen määritelmää? Kun vammaisen henkilön elämän tarkoituksellisuuden ja osallisuuden kokemisen tärkeys aidosti tunnustetaan, pitäisi myönteisten yhteiskunnallisten muutosten seurata automaattisesti perässä. Enenevien mahdollisuuksien myötä hyvinvointi kasvaa, jonka voisi pitkällä aikavälillä olettaa tuovan myös rahallisia säästöjä esimerkiksi sosiaali- ja terveydenhoitokustannuksista, puhumattakaan yksilön elämänlaadun kohenemista.

Kyselyn merkitys

Vastaajat kertoivat kyselyssä kokevansa tutkimuksen aiheen tärkeäksi, ja monet kiittivät työryhmää tutkimuksen tekemisestä. Kyselyyn vastanneiden määrä oli suurehko huomioon ottaen sen, ettei kyselyä osoitettu tai lähetetty vastaajille henkilökohtaisesti, vaan vastaaja sai tarttua mahdollisuuteen vastata kyselyyn halutessaan. Tämän voi tulkita kertovan tutkittavan aiheen tärkeydestä ja ajankohtaisuudesta. Kyselyn avoimiin vastauskenttiin tuli todella runsaasti vastauksia, vaikka niihin kirjoittaminen ei ollut pakollista. Tutkimus antaakin yksilöille mahdollisuuden tulla kuulluksi kokemustensa ja mielipiteidensä kanssa. Vähemmistöryhmänä liikkumis- ja toimintaesteisten henkilöiden tasavertaisuuden, yksilöllisyyden ja osallisuuden mahdollisuuksien tarve tulee ilmi myös tässä opinnäytetyössä.

9.3 Johtopäätökset

Tutkimustulokset osoittivat, että vammaispalvelut ovat riittämättömiä liikunnan harrastamisen tukemisessa. Ohjaus ja neuvonta vammaispalveluiden mahdollisuuksista liikuntaharrastusten tukemisessa on liian vähäistä. Selkeästi suurimpana liikunnan harrastamisen esteenä tutkimuksen tuloksissa näyttäytyy kuljetuspalveluiden riittämättömyys. Henkilökohtaisen avun osalta tilanne on parempi, mutta tutkimuksen tulosten mukaan henkilökohtaisen avun tunnit ovat usein määrältään liian vähäiset liikunnan harrastamiseen. Vammaispalvelulain mukaista mahdollisuutta avustaa harrasteliikunnan apuvälinekustannuksissa käytetään kunnissa vähän.

Vammaispalveluiden toteutuminen yksilön arjessa riittävästi liikuntaa tukien on tapauskohtaista. Yksilön näkökulmasta saatujen palveluiden koetaan lisäävän liikunnan harrastamisen mahdollisuuksia, mutta liikuntaharrastusten huomioiminen palvelusuunnitelmissa on vähäistä. Käytännön haasteena kuljetuspalvelujärjestelmässä on yksilöllisten tarpeiden huomioiminen esimerkiksi matkojen määrissä ja kuljetuspalveluita koskevissa muissa rajoituksissa. Yksilöllisen neuvonnan määrä sekä henkilökohtaiseen apuun liittyen että harrasteliikunnan apuvälineiden hankkimiseen liittyen ei ole riittävä. Yksilöt kokevat liikunnan apuvälineiden saamisen haasteellisenä ja jopa mahdottomana.

9.4 Kehittämisehdotukset

Tutkittavista asioista olisi voinut saada tarkempia tuloksia rajaamalla jokaisen eri palvelun omaksi tutkimukseksi. Kun mukana kyselyssä oli valitut kolme vammaispalvelun osaa, ei enempää tarkentavia kysymyksiä voitu lisätä kyselyn pituuden rajoittamiseksi. Kyselyyn mukaan otettavia palveluita olisi mahdollisesti voinut rajata koskemaan esimerkiksi vain kuljetuspalveluita ja henkilökohtaista apua, ja apuvälineisiin liittyen olisi täysin oma tutkimuksensa.

Liikunnan harrastamista tukevia vammaispalveluita olisi tarpeellista tutkia myös vammaispalveluiden henkilöstön näkökulmasta. Ammattilaisten näkemysten kartoittaminen liikunnan harrastamisen tärkeydestä yksilölle ja sen huomioimisesta jo palvelusuunnitelmaa laatiessa olisi tärkeää. Yksi lähestymistapa olisi myös tutkia liikunnan apuvälineisiin liittyvää ongelmallisuutta ja ammattilaisten kokemusta omasta osaamisestaan liikunnan apuvälineisiin myönnettävän tuentarpeen arvioimisessa.

Liikunnan apuvälineiden osa-alueen tutkiminen oli haastavaa, sillä apuvälinepalvelu kriteereineen koetaan monimutkaiseksi. Tutkimuksessamme nousi esiin termistön haaste, sillä puhuttaessa liikunnan harrastamisen apuvälineistä saattoi vastaaja kuvata lääkinnällisenä kuntoutuksena myönnettäviä arjen apuvälineitä ja tilanteita. Myös tieto oli vastaajien joukossa vähäistä vammaispalveluna myönnettävästä taloudellisesta tuesta liikunnan apuvälineisiin, mikä osaltaan vaikeutti alueen kartoittamista tässä tutkimuksessa. Jatkotutkimuksena aihetta olisi hyvä lähestyä haastatellen liikunnan apuvälineitä tarvitsevia henkilöitä paremman ymmärryksen saamiseksi.

Lähteet

- Active Lives Adult Survey. May 17/18 Report. Sport England. Verkkojulkaisu. Viitattu 18.4.2019. <https://www.sportengland.org/media/13768/active-lives-adult-may-17-18-report.pdf>.
- Armila, P. & Torvinen, P. 2017. Vammaiset nuoret ja vapaa-ajan liikunta. Nuorisotutkimus 4, 6-20.
- Ala-Vähälä, T. 2018. Soveltavan liikunnan tilanne kunnissa 2017. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2018:3. Verkkojulkaisu. Viitattu 18.4.2019. [http://liikuntaneuvosto.fi/files/587/Soveltavan_liikunnan_tilanne_kunnissa_2017_\(002\).pdf](http://liikuntaneuvosto.fi/files/587/Soveltavan_liikunnan_tilanne_kunnissa_2017_(002).pdf).
- Apuvälineet. 2018. Vammaispalvelujen käsikirja Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen sivustolla. Viitattu 8.4.2019. <https://thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/tuki-ja-palvelut/apuvälineet>.
- Asetus vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista 759/1987. Viitattu 9.12.2018. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1987/19870759#L2P4>.
- Autio, A. & Niemelä, M. 2017. Vammaisuus ja sosiaalityö. Teoksessa Sosiaalityön käsikirja. Helsinki: Tietosanoma, 273-289.
- Definition of Adapted Physical Activity. 2014. IFAPA International Federation of Adapted Physical Activity. Verkkosivu. Viitattu 5.12.2018. <http://ifapa.net/definition/>.
- Erytisryhmien liikunnan kehittämisohjelma 2003-2005. 2003. Opetusministeriö. Kulttuuri-, liikunta- ja nuorisopolitiikan osasto. Opetusministeriön julkaisuja 2003.12. PDF-julkaisu. Viitattu 5.12.2018. https://www.invalidiliitto.fi/sites/default/files/2017-03/YK_Toolkit_2016_low.pdf.
- Forss, J. 2016. Valtakunnalliset lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineiden luovutusperusteet- opas apuvälinetyötä tekeville ammattilaisille ja ohjeita asiakkaille. Viitattu 20.4.2019. <https://stm.fi/documents/1271139/4329042/valtakunnalliset-laakinnallisen-kuntoutuksen-apuvälineiden-luovutusperusteet-versio-1.0.pdf/198e66c9-14ca-4b80-8896-898140e68816>.
- Gustafsson. 2016. YK:n vammaissopimus käyttöön! -käsikirja. Invalidiliiton sähköinen julkaisu. Viitattu 3.12.2018. https://www.invalidiliitto.fi/sites/default/files/2017-03/YK_Toolkit_2016_low.pdf.
- Heikkilä, T. 2008. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita.
- Helldán, A. & Helakorpi, S. 2015. Suomalaisen aikuisväestön terveyskäyttäytyminen ja terveys, kevät 2014. Raportti 6/2015. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Hyvönen, O. 2010. Vammaisten kertomuksia arjestaan. Tutkimus julkaistu kirjassa Vammaisuuden kokeminen ja kokemisen vammaisuus. Suomen Vammaistutkimuksen Seuran 2. vuosikirja. Kehitysvammaliiton selvityksiä. Helsinki: Kehitysvammaliitto ry.

ICF - Toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus. 2004. WHO. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskuksen julkaisut. Viitattu 3.12.2018. http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42407/9513311597_fin.pdf;jsessionid=6663732067099A39D8373D2F34942791?sequence=99.

Ikävalko, H. 2015. Vapaa-ajan apuvälineet. Vammaispalvelujen käsikirja THL:n verkkosivustolla. Viitattu 3.12.2018. <https://thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/tuki-ja-palvelut/apuvälineet/vapaa-ajan-apuvälineet>.

Itkonen, H., Lehtonen, K. & Aarresola, O. (toim.). 2018. Tutkimuskatsaus liikuntapoliittisen selonteon tausta-aineistoksi. Valtion liikuntaneuvoston julkaisu 2018:6. Viitattu 7.12.2018. http://www.liikuntaneuvosto.fi/files/613/tutkimuskatsaus_liikuntapoliittiseen_selonteon_tekoon_2018-4-digi.pdf.

Juvonen, P., Lamminpää, A., Rajavaara, M., Suoyrjö, H. & Tötterman, H. 2016. Työkäisten kuntoutumisen monialainen järjestelmä. Teoksessa Kuntoutuminen. Helsinki: Duodecim, 160-175.

Kananen, J. 2014. Verkkotutkimus opinnäytetyönä. Laadullisen ja määrällisen tutkimuksen opas. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kelan järjestämä vaativa lääkinnällinen kuntoutus 1.1.2016 alkaen. N.d. Kelan diaesitys Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen sivustolla. Viitattu 15.4.2019. <https://thl.fi/documents/470564/817072/Info.+Kelan+j%c3%a4rjest%c3%a4m%c3%a4n+vaikeavammaisten+l%c3%a4kinn%c3%a4llisen+kuntoutuksen+lakimuutos.pdf/a7a7b053-cd77-4199-a711-55bc6ae7c3a6>.

Konttinen, J-P. 2018. Avun järjestämistavat. Vammaispalvelujen käsikirja THL:n verkkosivuilla. Viitattu 3.12.2018. <https://thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/tuki-ja-palvelut/henkilokohtainen-apu/avun-jarjestamistavat>.

Korkiala, T. 2015. Liikunnalla lisää osallisuutta. Selvitys soveltavan liikunnan ja osallisuuden edistämisen hyvistä käytännöistä. Kuntoutussäätiön työselosteita. PDF-julkaisu. Viitattu 15.4.2019. https://kuntoutussaatio.fi/files/2130/Liikunta_ja_osallisuus_tyoseloste_50.pdf.

Koski, S. & Paavilainen, K. 2018. Vammaislainsäädännön uudistus. Eduskunta sivusto. Viitattu 15.4.2019. https://www.eduskunta.fi/FI/tietoeduskunnasta/kirjasto/aineistot/kotimainen_oikeus/LATI/Sivut/vammaislainsaadannon-uudistus.aspx.

L 380/1987. Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista. Viitattu 12.4.2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1987/19870380>.

L 390/2015. Liikuntalaki. Viitattu 12.4.2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150390#Pidp446181360>.

L 1325/2014. Yhdenvertaisuuslaki. Viitattu 12.4.2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141325>.

L 1301/2014. Sosiaalihuoltolaki. Annettu 30.12.2014. Viim. muutos 01.04.2019. Viitattu 12.04.2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>.

Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista 380/1987. Viitattu 4.12.2018. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1987/19870380#P8>.

Liikuntapiirakka aikuisille. 2018. UKK-instituutin verkkosivusto. Viitattu 3.12.2018. <http://www.ukkinstituutti.fi/liikuntapiirakka/liikuntapiirakka-aikuisille>.

Malmström, T., Leskelä, R.-L., Lindh, M., Kajova, M., Niemelä, P., Rissanen, A. & Salmi-Saari, T. 2018. Kuntoutusjärjestelmän kokonaisuudistus-tieto muutostyön tukena. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 7/2018. Viitattu 15.4.2019. <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160569/7-2018-Kuntoutusjarjestelman%20kokonaisuudistus.pdf>.

Mälkiä, E. & Rintala, P. 2002. Uusi erityisliikunta. Liikunnan sovellukset erityisryhmille. Helsinki: Liikuntatieteellinen Seura.

Määttä, P. 1981. Vammaiset – suuri vähemmistö. Jyväskylä: Gummerus.

Nurmi-Koikkalainen, P. & Muuri, A. 2016. Vammaispalvelut asiakkaan itsenäisen elämän tukena. Teoksessa Kuntoutuminen. Helsinki: Duodecim, 367-371.

Orjala, A. 2018. Eduskunnassa keskusteltiin siitä, miten suomalaiset saadaan liikkumaan – näillä viidellä keinolla hallitus patistelisi kansalaisia ylös sohvalta. Yle uutiset verkkosivusto. Viitattu 8.12.2018. <https://yle.fi/uutiset/3-10516121>.

Palveluiden järjestämistä vastuu. 2018. Vammaispalvelujen käsikirja Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen sivustolla. Viitattu 8.4.2019. <https://thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/johtaminen-valvonta-ja-tilastot/palvelujen-jarjestamisvastuu#erityinen>.

Pyykkönen, T. & Rikala, S. 2018. Valtio soveltavan liikunnan ja vammaisurheilun edistäjänä. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2018:2. Pdf julkaisu. Viitattu 17.4.2019. http://www.liikuntaneuvosto.fi/files/582/Valtio_soveltavan_liikunnan_raportti.pdf.

Ratkaisujen Suomi: Hallituksen toimintasuunnitelma 2018-2019. 2018. Viitattu 7.12.2018. http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160963/27_Hallituksen%20toimintasuunnitelma%202018-2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y#page=31.

Rintala, P., Huovinen, T. & Niemelä, S. 2012. Soveltava liikunta. Helsinki: Liikuntatieteellinen Seura.

Romberg, A. 2005. MS ja liikunta. Iloa elämänlaatua toimintakykyä. Helsinki: Edita.

Saari, A. 2019. Uusi liikuntasuositusinfograafi lähestyy liikkumista toimintaesteisten näkökulmasta. Uutinen VAU ry:n verkkosivustolla. Viitattu 27.4.2019.
<https://www.vammaisurheilu.fi/ajankohtaista/uutiset/7080-uusi-liikuntasuositusinfograafi-lahestyy-liikkumista-toimintaesteisten-nakokulmasta>.

Short set of disability questions, 2016. Verkkosivusto. Viitattu 29.4.2019.
<http://www.washingtongroup-disability.com/washington-group-question-sets/short-set-of-disability-questions/>.

Sjöblom, S. 2015. Kommenttipuheenvuoro: Näkökulmia ICF:n käytöstä ja soveltamisesta sosiaalityössä. Teoksessa Toimintakyvyn arviointi. ICF teoriasta käytäntöön. Kelan tutkimusosasto, 134-137.

Sosiaalihuolto. 2017. Kuntaliitto sivusto. Viitattu 20.4.2019.
<https://www.kuntaliitto.fi/asiantuntijapalvelut/sosiaali-ja-terveysasiat/sosiaalihuolto>.

SopS 27/2016. YK:n vammaissopimus. Viitattu 15.4.2019.
<https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/2016/20160027#idp447411408>.

Sosiaali- ja terveystalouden tilastollinen vuosikirja 2018. Verkkajulkaisu. Helsinki: THL. Viitattu 8.4.2019. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137595/Sosiaali-%20ja%20terveysalan%20tilastollinen%20vuosikirja_2018_verkkoon.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Sosiaali- ja terveystalouden palvelut. N.d. Hallituksen reformin Maakunta- ja soteuudistus sivusto. Viitattu 15.4.2019. <https://alueuudistus.fi/palvelut-ja-valinnanvapaus>.

Soveltava Liikunta SoveLi ry:n ja SoveLi ry:n jäsenjärjestöjen yhteinen lausunto liikuntapoliittiseen selontekoon liittyen. 2018. Viitattu 7.12.2018.
<https://www.soveli.fi/@Bin/1362124/SoveLi+ry+lausunto+liikuntapoliittiseen+selontekoon+3.4.2018.pdf>.

Soveltavan liikunnan apuvälinetoiminta SOLIA. N.d. Suomen vammaisurheilu ja – liikunta VAU ry verkkosivusto. Viitattu 9.12.2018.
<https://www.vammaisurheilu.fi/palvelut/solia>.

Soveltavat viikoittaiset liikuntapiirakat. 2018. UKK-instituutin verkkosivusto. Viitattu 4.12.2018. http://www.ukkinstituutti.fi/liikuntapiirakka/soveltavat_liikuntapiirakat.

Tee näin niin sinunkin tutkimuksesi lisää ymmärrystä vammaisuudesta, 2017. Terveystalouden ja hyvinvoinnin laitoksen verkkosivut. Viitattu 10.12.2018.

Toimintakyky. 2017. THL:n verkkosivusto. Viitattu 12.4.2019.
<https://thl.fi/en/web/toimintakyky/icf-luokitus/icf-kuuluu-who-n-luokitusperheeseen>.

Ulos talosta, pois pihasta-toimintavälinekoulutus. 2017. Maliken koulutus Oulussa 1.-2.11.2017.

Vahva pohja osallisuudelle ja yhdenvertaisuudelle. Suomen vammaispoliittinen ohjelma VAMPO 2010-2015. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2010:4. P. 2. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

Valli, R. 2018. Aineiston keruu kyselylomakkeella. Teoksessa Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Jyväskylä: PS-kustannus, 92-116.

Vammaispalvelut ja sosiaalihuoltolaki. N.d. Invalidiliiton sivusto. Viitattu 15.4. 2019. <https://www.invalidiliitto.fi/tietoa/vammaisten-oikeudet/vammaispalvelut-ja-sosiaalihuoltolaki>.

Vammaisten ihmisten osallisuus. 2019. THL:n verkkosivusto. Viitattu 15.4.2019. <https://thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/vammaisuus-yhteiskunnassa/vammaisten-ihmisten-osallisuus>.

Vastamäki, J. & Valli, R. 2018. Tutkimusasetelman ja mittareiden valinta kyselylomaketutkimuksessa. Teoksessa Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Jyväskylä: PS-kustannus, 129-141.

VAU:n synty. N.d. Suomen vammaisurheilu- ja liikunta VAU ry:n verkkosivusto. Viitattu 8.12.2018. <https://www.vammaisurheilu.fi/mika-on-vau/yleisesti-vausta/vaun-synty>.

Vehmas, S. 2005. Vammaisuus. Johdatus historiaan, teoriaan ja etiikkaan. Helsinki: Gaudeamus.

Vehmas, S. 2010. Vammaisuuden kokeminen ja kokemisen vammaisuus. Suomen Vammaistutkimuksen Seuran 2. vuosikirja. Kehitysvammaliiton selvityksiä. Helsinki: Kehitysvammaliitto ry.

Veräjänkorva, A. 2015. Liikkumattomuus aiheuttaa miljardien terveystappiotupakointi on jo pienempi ongelma. Yle uutiset verkkosivusto. Viitattu 8.12.2018. <https://yle.fi/uutiset/3-8467896>.

Vilka, H. 2007. Tutki ja mittaa: määrällisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Yleisesti VAU:sta. N.d. Suomen vammaisurheilu- ja liikunta VAU ry:n verkkosivusto. Viitattu 8.12.2018. <https://www.vammaisurheilu.fi/mika-on-vau/yleisesti-vausta>

Liitteet

Liite 1. Kyselylomake

Liikunnan harrastamista tukevat vammaispalvelut

Hyvä vastaaja!

Opiskelemme Jyväskylän ammattikorkeakoulussa kuntoutuksen ohjaajiksi. Teemme opinnäytetyötä vapaa-ajan liikuntaharrastusten vammaispalveluiden toimivuudesta ja riittävydestä. Tässä kyselyssä vammaispalveluilla tarkoitetaan kuljetuspalveluita, henkilökohtaista apua ja liikunnan apuvälineitä. Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii Suomen vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry.

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja luottamuksellista. Tutkimus toteutetaan internetkyselynä. Tutkimukseen voivat vastata kaikki yli 18-vuotiaat liikkumis- ja/tai toimintaesteiset henkilöt. Tutkimuksessa ei kysytä arkaluontoisia henkilötietoja. Vastauksia ei pysty yhdistämään vastaajiin, joten kysely toteutuu anonyymisti.

Kyselyssä on yhteensä 35 kysymystä. Vastaamiseen kuluu noin 10 minuuttia. Vastauksesi ovat meille hyvin tärkeitä, että saamme mahdollisimman kattavasti tietoa aiheesta. Kysely on avoinna 18.12.2018-1.3.2019. Tutkimuksesta saatavaa tietoa voidaan hyödyntää VAU:n toiminnassa ja sen suunnittelussa.

Voit tarvittaessa pyytää apua kyselyn täyttämiseen, esimerkiksi ohjaajaltasi tai läheiseltäsi. Kerro kyselyn lopussa, jos sait apua vastaamisessa.

Vastattuasi kyselyyn, voit halutessasi osallistua arvontaan. Arvontaan pääset kyselyn viimeiseltä sivulta, linkin kautta. Arvomme kolme kappaletta 50€ arvoisia lahjakortteja urheiluvälineliikkeeseen.

Halutessasi voit tutustua tietojen käsittelyä koskevaan tietosuojailmoitukseen [tästä](#) linkistä.

Ystävällisin terveisin, vastauksiasi odottaen
Aino Odedeyi

Annetta Passi

1. Olen lukenut edellä kuvatun tekstin ja ymmärrän, että vastauksiani käsitellään nimettöminä. *

Kyllä

Ei

Tähdellä merkityt tiedot ovat pakollisia. Toivomme kuitenkin, että vastaisitte myös muihin kysymyksiin

2. Vastaajan ikä *

- Alle 18
- 18-35
- 36-50
- 51-65
- yli 65

3. Vastaajan sukupuoli *

- Mies
- Nainen
- Muu
- En halua kertoa

Seuraavassa kysymyksessä vamman tai diagnoosin sijaan kysymme toiminnan vaikeuksia, esimerkiksi liikkumisessa tai kommunikoinnissa.

4. Onko sinulla vaikeuksia jossakin seuraavista osa-alueista? Voit valita useamman vaihtoehdon.

- Näkemisessä, vaikka käyttäisit silmälaseja
- Kuulemisessa, vaikka käyttäisit kuulolaitetta
- Kävelemisessä tai portaiden nousussa
- Muistamisessa tai keskittymisessä
- Itsestä huolehtimisessa, esimerkiksi peseytymisessä tai pukeutumisessa
- Kommunikoinnissa omalla kielellä, muiden puheen ymmärtämisessä tai puheessa niin, että muut ymmärtävät sinua
- En halua kertoa
- Ei missään yllä mainituista

5. Vastaajan työllisyystilanne

- Työelämässä
- Työ- tai päivätoiminnassa
- Opiskelija
- Työelämän ulkopuolella (esimerkiksi eläkkeellä)
- En osaa sanoa
- En halua kertoa

6. Kuinka usein harrastat vapaa-ajan liikuntaa vähintään puoli tuntia niin, että ainakin lievästi hengästyit ja hikoilet (esimerkiksi kävelet, kelaat, lenkkeilet, pelaat, tanssit, uit jne.)?

- Päivittäin
- 4-6 kertaa viikossa
- 3 kertaa viikossa
- 2 kertaa viikossa
- Kerran viikossa
- 2-3 kertaa kuukaudessa
- Kerran kuukaudessa
- Muutaman kerran vuodessa tai harvemmin
- En voi vamman tai sairauden vuoksi harrastaa liikuntaa

7. Haluaisitko liikkua enemmän? Jos vastasit kyllä, mikä on esteenä liikkumisen lisäämiseen?

- Kyllä. Mikä on esteenä? _____
- Ei

8. Onko liikunnan harrastaminen sinulle tärkeää?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

Seuraavat kysymykset koskevat kunnan kanssa (sosiaalityöntekijä, palveluohjaaja tai sosiaaliohjaaja) laadittua palvelusuunnitelmaa. Palvelusuunnitelmaan kirjataan asiakkaan tarvitsemat avun ja tuen muodot, kuten kuljetuspalvelut ja henkilökohtainen apu.

9. Onko sinulle tehty palvelusuunnitelma? *

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

10. Onko liikuntaharrastuksesi huomioitu palvelusuunnitelmassasi? *

- Kyllä. Millä tavalla? _____
- Ei
- En osaa sanoa
- Minulle ei ole tehty palvelusuunnitelmaa

11. Oletko saanut kunnan sosiaalityöntekijältä tai palveluohjaajalta/sosiaaliohjaajalta tietoa liikunnan harrastamisen tukipalveluista (kuljetuspalvelut, henkilökohtainen apu tai liikunnan apuvälinehankinta)?

- Kyllä
- En, mutta tarvitsisin neuvontaa
- En tarvitse neuvontaa
- En osaa sanoa

12. Oletko saanut joltain muulta henkilöltä tai taholta (esimerkiksi järjestöt, vertaisryhmät) tietoa ja ohjausta liikunnan harrastamisen tukipalveluista? Jos olet, keneltä?

- Kyllä. Keneltä? _____
- Ei
- En osaa sanoa

Seuraavat kysymykset koskevat vapaa-ajan kuljetuspalveluita. Kuljetuspalveluilla tarkoitetaan kunnan myöntämiä yhdensuuntaisia matkoja esimerkiksi taksilla kuljettuna.

13. Tarvitsetko kuljetuspalveluita liikunnan harrastamiseen? *

- Kyllä
- Ei (Jos valitset tämän vaihtoehdon, voit siirtyä seuraavalle sivulle.)
- En osaa sanoa

14. Onko sinulle myönnetty vapaa-ajan kuljetuspalveluita?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

15. Ovatko kuljetuspalvelut riittäviä liikuntaharrastuksen tarpeeseesi?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa
- Minulle ei ole myönnetty kuljetuspalveluita

16. Kuinka usein käytät kuljetuspalveluita liikuntaharrastukseen päästäksesi?

- Päivittäin
- 4-6 kertaa viikossa
- 3 kertaa viikossa
- 2 kertaa viikossa
- Kerran viikossa
- 2-3 kertaa kuukaudessa
- Kerran kuukaudessa
- Muutaman kerran vuodessa tai harvemmin
- En voi vammaan tai sairauden vuoksi harrastaa liikuntaa
- Minulle ei ole myönnetty kuljetuspalveluita

17. Lisäkommentit kuljetuspalveluista (esimerkiksi kuljetuspalveluiden riittävydestä liikunnan harrastamiseen).

Seuraavat kysymykset koskevat kunnan myöntämää henkilökohtaista apua, jota käytät vapaa-aikana.

18. Tarvitsetko henkilökohtaista apua liikuntaharrastukseen? *

- Kyllä
- Ei (Jos valitset tämän vaihtoehdon, voit siirtyä seuraavalle sivulle.)
- En osaa sanoa

19. Onko sinulle myönnetty vapaa-ajalle henkilökohtainen avustaja? Jos on, minkä mallin mukaan apu on toteutettu (työnantajamalli, palvelusetelimalli tai kunnan hankkima avustaja)?

- Kyllä. Minkä mallin mukaan? _____
- Ei
- En osaa sanoa

20. Onko henkilökohtaisen avun määrä riittävä liikuntaharrastukseen?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

21. Oletko saanut riittävästi neuvontaa kunnan sosiaalityöntekijältä tai palveluohjaajalta/sosiaaliohjaajalta henkilökohtaiseen apuun liittyen (esimerkiksi työnantajana toimiminen, sopivan avustajan etsiminen ym.)

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

22. Lisäkommentit henkilökohtaisesta avusta, esimerkiksi palvelumallin toimivuudesta (työnantajamalli, palvelusetelimalli, kunnan hankkima avustaja).

Seuraavat kysymykset koskevat kunnan vammaispalvelun myöntämiä liikunnan apuvälineitä, kuten esimerkiksi pelipyörätuoli, käsipyörä ja talviliikunnan kelkat.

23. Tarvitsetko liikunnan harrastamiseen apuvälineitä? Esimerkiksi käsipyörä, pelipyörätuoli, talviliikunnan kelkat, tandempyörä ym. *

- Kyllä. Millaisia? _____
- Ei (Jos valitset tämän vaihtoehdon, voit siirtyä seuraavalle sivulle.)
- En osaa sanoa

24. Onko liikuntaharrastuksen apuvälineen tarve todettu lääkärin, fysioterapeutin tai toimintaterapeutin toimesta?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

25. Oletko saanut rahallista tukea kuntasi vammaispalveluista liikuntaharrastuksen apuvälineen hankintaan?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

26. Oletko hankkinut tarvitsemiasi liikuntaharrastuksen apuvälineitä täysin omakustanteisesti?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

27. Mitä apuvälineitä olet hankkinut täysin omakustanteisesti ja paljonko olet käyttänyt rahaa niihin?

28. Oletko saanut kunnan sosiaalityöntekijältä tai palveluohjaajalta neuvontaa liikuntaharrastuksen apuvälineiden hankintaan? Esimerkiksi neuvoja hakemuksen täyttämiseen ja hakukäytäntöihin.

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

29. Oletko saanut joltain muulta henkilöltä tai taholta (esimerkiksi järjestöt, vertaisryhmät) tietoa tai ohjausta liikunnan apuvälineiden hankkimisessa? Jos olet, niin keneltä?

- Kyllä. Keneltä? _____
- Ei
- En osaa sanoa

30. Lisäkommentit liikunnan apuvälineisiin liittyen.

31. Mistä seuraavista lähteistä olet saanut tietoa harrasteliikunnan tukimuodoista (kuljetuspalvelut, henkilökohtainen apu, liikunnan apuvälineet)? Valitse kaksi tärkeintä.

- Kunnan sosiaalityöntekijä tai palveluohjaaja/sosiaalihojaaja
- Kuntoutuksen ohjaaja
- Terapeutit
- Terveystieteiden ammattilaiset, esimerkiksi lääkäri, sairaanhoitaja
- Järjestöt
- Liikunnan apuvälineiden vuokraustoiminta
- Ystävät, tuttavat ja läheiset
- Vertaisryhmät
- Internet
- Muu, mikä? _____
- Muu, mikä? _____

32. Ovatko tukipalvelut (kuljetuspalvelut, henkilökohtainen apu, apuvälineet) lisänneet mahdollisuuksiasi liikunnan harrastamiseen?

- Kyllä
- Ei
- Osittain
- En osaa sanoa

33. Millaista tukea tai palveluita toivoisit saavasi tulevaisuudessa liikunnan harrastamiseen? Kuulisimme mielellämme uusia ideoita millä tavoin liikunnan harrastamista voitaisiin tukea.

34. Muuta kommentoitavaa

35. Saitko toiselta henkilöltä apua kyselyyn vastaamisessa (esim. avustaja, läheinen, ohjaaja)? *

Kyllä

Ei