



Euroopan unionin
osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027 EU:n alue- ja rakennepolitiikan ohjelma

Euroopan sosiaalirahasto (ESR+)



Elinkeino-, liikenne- ja
ympäristökeskus

Valintaesitys

22.4.2025 Dnro: EURA 2021/209584/09
02 01 01/2025/ESAELY

Hankkeen perustiedot

Hankkeen julkinen nimi
Vireä Perhe Etelä-Savossa

Hakijan virallinen nimi
Etelä-Savon Liikunta ry

Hakemusnumero
209584

Saapumispäivämäärä
14.07.2025

Alkamispäivämäärä
01.09.2025

Päättymispäivämäärä
31.08.2027

Viranomainen
Etelä-Savon elinkeino-, liikenne- ja
ympäristökeskus

Kokouksen päivämäärä

Hakuilmoitus
Etelä-Savon ESR+ hankehaku (1/2025)

Hakuilmoituksen tunnus
ESAELY-098

Käsittelijä
Pia Marjaana Pirskanen

Toimintalinja
4 Työllistävä, osaava ja osallistava Suomi

Erityistavoite
4.3. Yhdenvertaiseen osallisuuteen

Tukimuoto
Työllisyyden, osaamisen ja sosiaalisen osallisuuden tukemiseen liittyvä kehittämishanke

Hanke toteutetaan: Yhden toteuttajan hankkeena

Kuvaus hankkeen sisällöstä

Etelä-Savossa on havaittu tarve vahvistaa perheiden hyvinvointia ja yhteiskunnallista osallisuutta erityisesti työttömien vähävaraisten ja syrjäytymisvaarassa olevien ja sosiaalisesti heikommassa asemassa olevien parissa. Useilla perheillä ei ole mahdollisuutta osallistua ohjattuun liikuntaan tai vapaa-ajan toimintaan taloudellisten, sosiaalisten tai henkisten esteiden vuoksi. Samalla heidän kiinnittymisensä työelämään ja koulutukseen on haastavaa.

Tässä hankkeessa yhdistetään maksuton, matalan kynnyksen perheliikunta ja ohjattu tuki, joka tähtää työllistymiseen, koulutukseen, hyvinvointiin ja yhteisöllisyyteen perheessä. Liikkumattomuus aiheuttaa vuosittain UKK-instituutin laskelmien mukaan Suomessa ainakin n. 3,5 miljardin euron kustannukset. Liikkumista lisäämällä monien sairauksien ennaltaehkäisy ja hoito toisivat merkittäviä taloudellisia säästöjä. Liikunnallisen elämäntavan omaksuminen lapsuusiässä kantaa usein nuoruusvuosien ja aikuisiän kautta koko elämänkaarelle ja perheillä on tässä ratkaiseva rooli. Haettavassa hankkeessa paneudutaan perheiden osallistumisen esteiden poistoon ja liikkumisen lisäämiseen koko perheelle matalan kynnyksen toiminnalla perheen omassa asuin lähiympäristössä. Samalla vaikutetaan ennaltaehkäisevästi useiden negatiivisten tekijöiden (mm. syrjäytyminen, elintavat, sairastavuus, sosioekonominen asema) ylisukupolvisen siirtymiseen.

Hankkeen hakijana on Etelä-Savon Liikunta ry ja hanke toteutetaan kahden työntekijän (a 50 %) työpanoksella. Hankkeen tärkeänä yhteistyökumppanina on Etelä-Savon hyvinvointialue viestinnän ja heidän jo olemassa olevien perhepalveluiden yhteistyön myötä. Lisäksi Etelä-Savon kunnat ja heidän perheiden kanssa työskentelevät tahot ovat tärkeitä toimijoita, jotta hanke jää myös elämään kun hanke päättyy. Toiminta-alueena on koko Etelä-Savo. Yhteistyökumppaneina hankkeessa toimivat kuntien paikalliset sosiaalipalvelut, työllisyyspalvelut ja TE- toimisto, MLL, seurakunnat, liikunta- ja hyvinvointialan toimijat sekä mahdolliset muut järjestöt ja kolmannen sektorin toimijat.

Kokonaistavoiteena on vahvistaa perheiden hyvinvointia, osallisuutta ja työllistymisen valmiuksia liikunnan ja vertaisuuden keinoin.

Tarkennetut tavoitteet:

1. Tarjota maksutonta, matalan kynnyksen liikuntatoimintaa koko perheelle jokaisessa Etelä-Savon 11 kunnassa. Lisätä perheiden hyvinvointia.
2. Tukea osallistujia työllistymisessä, kouluttautumisessa ja arjenhallinnassa.
3. Vahvistaa perheiden tietoutta terveellisistä elintavoista (uni, ravinto, liikunta).
4. Luoda yhteisöllisyyttä, sosiaalisia taitoja ja vertaistukea perheiden kesken.
5. Rakentaa pysyvä, vertaisohjaajavetoinen perheliikuntatoiminta hankkeen jälkeen.

Toimenpiteet:

1. Liikuntakerhot kunnissa (1 x viikossa / kunta): perheliikuntaohjaaja suunnittelee, viestii ja ohjaa kunnissa Maksutonta liikuntaa koko perheelle: pelejä, leikkejä, jumppaa, liikuntaratoja. Liikuntalajikokeiluja tarjotaan myös yhteistyössä paikallisten urheiluohjaajien ja kunnan liikunnanohjaajan kanssa. Kannustetaan kimpapakyyteihin. Välineet kerhoihin tulevat ESLi:ltä.
2. Samanaikaiset tukipisteet aikuisille työllisyyspalveluista ja terveydestä, ravinnosta ja unesta. Yhteistyössä kuntien TE- toimistojen ja työllisyyspalvelujen kanssa, infoa koulutuspoluista, kursseista, cv- ja työnhaku tukea.
3. ESLi:n perheliikuntaohjaaja ja Eloisan asiantuntijat antavat infoa terveydestä, ravinnosta, unesta ja päivärytmistä liikuntakerhojen yhteydessä. Yhteistyötä tehdään hyvinvointialue Eloisan kanssa, oppilaitosten ja järjestöjen kanssa. Infotilaisuudet terveydestä, ravinnosta ja unesta.
4. Verkostotapaamiset ja perhepäivät

Hankkeen aikana järjestetään perheille yhteisiä tapahtumia eri kunnissa, joissa luodaan sosiaalisia verkostoja. Tilaisuuksissa on mahdollisuus kohdata ja tutustua toisiin perheisiin, vertaistukeen ja yhteiseen suunnitteluun , toiminnan juurruttamiseksi. Retket lisäävät perheiden aktiivisuutta ja yhteisöllisyyttä.

5. Vertaisohjaajien koulutus - toiminnan juurruttamiseksi hankkeen jälkeen

Hankkeen aikana tarjotaan kunnissa osallistuville perheen aikuisille mahdollistua osallistua ohjaaja koulutukseen, joka on maksutonta. Näin koulutetaan kiinnostuneita osallistujia jatkamaan kerhojen ohjaamista hankkeen päättyttyä. Osallistujat saavat materiaalipaketit . Hankkeen perheliikuntaohjaajat kannustavat ja antavat ohjausta sekä tukea vapaaehtoisohjaajille.

Kunnittain selvitetään mahdollinen urheiluseurayhteistyö sekä muiden järjestöjen yhteistyö toiminnan jatkamiseksi.

Kohderyhmän tavoittaminen, viestintä ja markkinointi:

Kohderyhmälähtöinen viestintä suunnitellaan erityisesti työttömille, pienituloisille, yksinhuoltajille ja maahanmuuttajataustaisille perheille sekä muuten heikommassa asemassa oleville perheille (yksinhuoltajat, osatyöllistyneet).

Viestintäkanavina ovat seurakunnat, hyvinvointialue Eloisan perhepalvelut ja terveystyöpalvelut, kuntien työllisyyspalvelut, järjestöt ja sosiaalipalvelut, koulut, päiväkodit, maahanmuuttajaviranomainen, paikallislehti ja sosiaalinen media sekä ESLin verkkosivut ja ESLin jo olemassa olevat verkostot.

Hankkeen arviointi ja vaikuttavuuden seuranta sekä tavoitteiden toteutuminen:

1. Seurataan osallistujien määrää, taustaa ja osallistumiskertoja.

2. Palaute ja kehittäminen toteutetaan alku- ja loppukysely osallistujille, jossa selvitetään koettua hyvinvointia, osallisuutta ja toiminnan hyötyjä.
3. Kuinka moni osallistuu ohjaukseen (työllisyys/koulutus).
4. Kuinka moni jatkaa toimintaa vertaisohjaajana.
5. Yhteisöllisyyden ja hyvinvoinnin kokemusperäinen muutos.

Hankkeen tavoitteena on, että perheliikuntamalli jatkuu kunnissa myös hankkeen päättymisen jälkeen. Koulutettavat vertaisohjaajat saavat valmiudet toiminnan jatkamiseen. Lisäksi hankkeessa luodaan yhteistyöverkostoja, joita voidaan hyödyntää jatkossa muussakin perhe- ja hyvinvointityössä.

Aikaansaatujen muutosten myötä osallistuneiden perheiden ja perheenjäsenten hyvinvointi ja terveys kohenee, ennaltaehkäistään useita sairauksia ja negatiivisten tekijöiden ylisukupolvista siirtymistä. Mielenterveys kohenee liikkumisen ja yhdessäolon myötä sekä yksinäisyys vähenee. Työ- ja toimintakyky vahvistuu, työikäisten kouluttautumis- ja työllistymisvalmiudet paranevat ja aikaansaadaan tavoiteltuja muutoksia hankkeessa seurattavissa lyhyen aikavälin tavoitteissa. Perheet liikkuvat enemmän, elävät terveellisemmin, kokevat enemmän osallisuutta ja voivat paremmin - tullaan vahvemmin osaksi yhteiskuntaa, kouluttaudutaan ja työllistytään. Toimintatavoista syntyy uudenlainen, yhteistyöllä toteutettava eteläsavolaisten perheiden liikkumisen ja laajemmin hyvinvoinnin edistämisen toimintatapa, jossa järjestöt ovat mukana.

Hankkeen toimenpiteet

Hankkeen toimenpiteinä toteutetaan perhekerhotoimintaa ja perhetapahtumia kaikissa eteläsavolaisissa kunnissa. Näiden kautta edistetään perheliikuntaa eteläsavolaisissa kunnissa, seuroissa ja yhdistyksissä.

1) Perhekerhotoiminta

ESLin hanketyöntekijät organisoivat yhdessä muiden järjestöjen kanssa perhekerhotoimintaa matalla kynnyksellä heidän lähiympäristössä, omassa kunnassa, niin että se on saavutettavaa. Perhekerho on maksutonta ja sen yhteydessä jaetaan maksuton välipala, opettaen terveellisiin välipaloihin ja ohjaten ravintotietoutta. Kunkin perhekerhon toimintakausi kestää 6 kk.

Perhekerhoa koordinoivat ja toteuttavat ESli:n perhekerhon ohjaajat 6kk ajan tietyissä 2-3 kunnassa. Perheet voivat osallistua myös lähikuntien kerhoihin. Kukin kerho kokoontuu säännöllisesti kerran viikossa noin 2-3 tunniksi. Uusia perheitä voi tulla mukaan toimintaan koko toimintakauden ajan. Kuhunkin kokoontumiskertaan kuuluu: 1) alkukuulumiset ja ohjattu, kohderyhmälle suunniteltu liikkumisen osuus, 2) liikkumisen jatkoksi yhteinen, terveellinen välipalahetki ja 3) teemoitettu osuus. Teemoitetut osuudet keskittyvät elintapojen ja elämänhallinnan ohjaukseen, paikkakunnan osallisuuden/harrastamisen mahdollisuuksien kuvaamiseen ja asiantuntijoiden vetämänä kouluttautumisen ja työllistymisen teemoihin.

Liikkumisen osuuksissa tutustutetaan perheitä laajasti erilaisiin liikuntalajeihin ja monipuolisen liikkumisen mahdollisuuksiin. Lisäksi annetaan vinkkejä ja ohjeita, kotitehtäviä perheen yhteisiin sekä aikuisten ja lasten omatoimisiin liikuntahetkiin. Hanke huolehtii kaikille osallistujille liikkumisen osuuksissa tarvittavat välineet. Perheiden toiveet huomioidaan kurssikertojen sisältöjen suunnittelussa, toiminnalla tarjotaan iloa ja elämyksiä. Osalla kerroista tehdään retkiä lähialueelle tutustuttaen perheitä paikkakunnan tarjoamiin liikuntamahdollisuuksiin ja edistään perheiden yhteisiä retkiä jatkossakin. Liikuntalajien ohjausten toteuttamisessa hyödynnetään seuroja ja muita liikunnallista toimintaa tarjoavia tahoja. Lisäksi osuuksissa kerrotaan erilaisista mahdollisuuksista osallistua paikkakunnan seurojen ja yhdistysten toimintaan, tulla harrastamaan seuroissa, yhdistyksissä eri rooleissa (liikkuja, toimija, talkoolainen).

2) Perhepäivät

Perhekerhojen lisäksi jokaisessa hankekunnassa toteutetaan hankkeen perheliikuttajan toimesta, ennen kyseisen kunnan perhekerhon käynnistymistä, sen alkuvaiheessa toiminnallinen, innostava, aktivoiva, kaikille perheille avoin ja maksuton, noin 2-3 tunnin kestoinen perhepäivä. Tapahtumien toteutukseen on tavoitteena saada mukaan kunnan lisäksi paikkakunnan eri toimijatahoja. Tapahtumissa on vapaasti kokeiltavissa ja käytettävissä erilaisia liikuntavälineitä. Perhetapahtumassa perheet saavat liikkumisen, yhdessä olon, ilon ja elämysten lisäksi kattavan kuvan kunnan ja kunnan eri toimijatahojen tarjoamista toimintaan osallistumisen ja kiinnittymisen mahdollisuuksista sekä vinkkejä perheen yhteiseen ja perheenjäsenten omatoimiseen liikkumiseen ja muuhun harrastamiseen. Perhepäivät ovat myös tärkeinä viestinnän väylinä ja innostajina perhekerhoon mukaan lähtemiseen, tapahtumien kautta ohjautuu perheitä mukaan hankkeen toimintaan.

3) Työllisyyspalveluiden esilletuominen perhekerhojen yhteydessä.

Osallistujille jaetaan tietoa työllisyyspalveluista, työllisyyskursseista, työllistymismahdollisuuksista, TE - palveluiden käyttöopastuksesta sekä muista työllisyyden tukimuodoista. Kerhojen yhteydessä on työllistymisinfoa ja tukea hakea kursseille, koulutukseen ja töihin.

4) Perheliikunnan edistäminen , elintapaohjaus yhteistyössä Eloisan kanssa

Perhekerhoissa ja perhepäivän kautta edistetään perheliikunnan käynnistämistä seuroissa ja muissa liikunnallista toimintaa järjestävissä yhdistyksissä eri puolilla Etelä-Savoa. Seurat ohjaavat yhdessä ESLi:n perheliikuntaohjaajan kanssa liikuntakokeiluja kerhokerroilla. Tavoitteena on saada käyntiin uutta ja kehittää olemassa olevaa perheliikuntatoimintaa paikallisten järjestöjen ja seurojen kanssa. Hankkeen perhekerhoissa olevia ja perhetapahtumiin osallistuvia perheitä innostetaan ja ohjataan mukaan paikallisiin seuroihin ja yhdistyksiin liikkumaan, harrastamaan ja toimimaan eri rooleissa. Hankkeen kautta voidaan tarjota koulutusta seuratoimijatehtävistä (ohjaus, hallinto, muut toimijatehtävät) mikäli kiinnostuneita perheiden aikuisia ilmoittautuu.

5) Viestintä

Hankkeen perheliikunnanohjaajat vastaa hankkeen viestinnästä. Viestintään laaditaan toimintamuotojen toteutusta edistävä suunnitelma hankkeen käynnistyessä.

Lisätietoja hakemuksesta

KOHDERYHMÄ

Hankkeen kohderyhmänä ovat eteläsavolaiset perheet. Hankkeella halutaan tavoittaa erityisesti perheitä, jotka ovat perheen työkäisen/työikäisten aikuisten, aikuisten työttömyyden, sairauden tai vamman, työelämään kuntoutumisen vaiheen, toimintakyvyn heikentymisen, etnisen taustan, maahanmuuton, taloudellisen tilanteen, omaishoitajana toimimisen tai muun vastavan tekijän vuoksi hauraassa ja haavoittuvassa tilanteessa. Lisäksi hankkeen kohderyhmänä ovat laajemmin erilaiset kuntien perheet. Näin erilaisista taustoista tulevat perheet, perheiden aikuiset ja lapset kohtaavat, tutustuvat sekä toimivat yhdessä. Erilaisessa elämäntilanteessa olevat perheet tukevat ja edistävät toistensa elämänhallinnan ja hyvinvoinnin kohenemistä.

INDIKAATTORIT

Hankkeeseen arvioidaan osallistuvat pitkäkestoisesti aikuista 47 henkilöä, joista 20 työttömiä, 12 koulutuksessa olevia, 11 työssä olevia ja 4 työmarkkinoiden ulkopuolella olevia.

Hankkeen toimenpiteiden ansioista 5 ryhtyy työnhakuun ja 5 sijoittuu koulutukseen.

Lisäksi hankkeeseen osallistuu lapsia/nuoria, joilta ei kerätä aloitus- ja lopetuslomakkeita.

KUMPPANUUDET

Hanke tekee viestinnän ja materiaalin tuottamisen osalta yhteistyötä Etelä-Savon hyvinvointialueen (ELOISA) kanssa. Etelä-Savon kunnat ovat sitoutuneet hankkeeseen yhteistyösopimuksilla. Kunnat tarjoavat tilojaan hankkeen käyttöön sekä ohjaavat potentiaalista kohderyhmää hankkeen toimenpiteisiin.

Hankkeen toteutusalue

Onko hankkeen toiminta valtakunnallista?

Ei

Maakunnat

Etelä-Savo

Kunnat

Enonkoski, Hirvensalmi, Kangasniemi, Mikkeli, Mäntyharju, Pieksämäki, Puumala, Rantasalmi, Savonlinna, Sulkava

Kustannusarvion ja rahoitussuunnitelman tiivistelmä

Kustannusarviota ohjaavat kustannusmallivalinnat

Kustannusmalli	Flat rate 40 % kehittäminen
Palkkakustannusten ilmoitustapa	Palkkojen yksikkökustannukset

Kustannusarvion tiivistelmä

	Haetut yhteensä €	Hyväksytyt yhteensä €	Hylätyt €
1 Palkkakustannukset	101 305	101 305	
Flat rate 40 % kehittäminen	40 522	40 522	
2 Tulot (vähennetään kustannuksista)	0	0	
Nettokustannusarvio yhteensä	141 827	141 827	

Rahoitussuunnitelman tiivistelmä

	Haetut yhteensä €	Hyväksytyt yhteensä €	Osuus %
1 Haettava EU- ja valtion rahoitus	113 461	113 461	80,00
2 Omarahoitus: Yksityinen rahoitus	28 366	28 366	20,00
3 Kuntarahoitus	0	0	0
4 Muu julkinen rahoitus	0	0	0
5 Yksityinen rahoitus	0	0	0
Rahoitussuunnitelma yhteensä	141 827	141 827	100,00

Rahoittajan arvio hankkeesta

Hanke kohdistuu Uudistuva ja osaava Suomi 2021-2027 -ohjelman erityistavoitteeseen 4.3. Yhdenvertaiseen osallisuuteen. Hankkeen tavoitteena on perheiden liikkumisen lisääminen sekä terveellisiin elintapoihin, elämänhallintaan ja työllistymismahdollisuuksiin liittyvän osaamisen vahvistaminen, jolla ohjelman tavoitteiden mukaisesti pyritään ehkäisemään ylisukupolvista syrjäytymistä ja köyhyyttä tukemalla perheitä ja vahvistamalla perheiden ja lasten osallisuutta ohjaamalla heitä harrastusten piiriin. Ohjelman tavoitteiden mukaisesti hankkeessa hyödynnetään liikuntapalveluja osallisuuden ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Hanke edistää yhtäläisiä mahdollisuuksia ja aktiivista osallistumista yhteiskunnan toimintaan.

Hankkeen myötä liikunta-alan toimijoiden, kuntien, urheiluseurojen ja järjestöjen sekä hyvinvointialueen yhteistyö heikommassa asemassa olevien perheiden tukemiseksi tiivistyy ja mahdollistaa hyvinvointia tukevien matalan kynnyksen palveluiden tarjoamisen kuntatasolla.

Pisteet: 33/57

Ratkaisun perustelut ja jatkotoimenpiteet

Etelä-Savon ELY-keskuksen hankeryhmä 28.3.2025

Etelä-Savon ELY-keskuksen rakennerahastopalveluiden rahoituskokous 24.4.2025

Etelä-Savon maakunnan yhteistyöryhmän sihteeristö 19.8.2025

Rahoittaja puoltaa hakemuksen hyväksymistä

Kyllä