

S20897, Työkykyä liikunnalla-hanke

Hankkeen nimi, S-numero ja toteutusaika	S20897, Työkykyä liikunnalla-hanke, 1.1.2017 – 30.6.2019 (hanke RR-tietopalvelussa)
Rahoittaja ja toteutunut julkinen rahoitus	Hämeen ELY-keskus, 292 637 €
Toteuttajat	IntoPajat ry, Parik-säätiö sekä Laptuote-säätiö
Varsinaiset kohderyhmät	17–64-vuotiaat työelämän ja koulutuksen ulkopuolella olevat ja työttömät työnhakijat, joilla on tarve ja motivaatio fyysisen ja psyykkisen työ- ja toimintakyvyn parantamiseen, sekä pitkäaikaistyöttömät, joilla fyysisiä ja psyykkisiä rajoitteita.
Hankkeen tausta	Työpajaympäristöissä on noussut esiin tarve liikunnan ja terveelliset elintavat huomioon ottaville toimintamalleille, sillä huono fyysinen kunto estää useiden työllistymistä.
Tavoitteet	Parantaa asiakkaiden psyykkistä ja fyysistä toimintakykyä ja sitä kautta työllistymisedellytyksiä; lisätä tietoisuutta oman toiminnan ja elämäntapavalintojen vaikutuksesta terveyteen; kehittää kuntien, urheiluseurojen ja muiden yhdistysten tarjoamien edullisten liikunnan harrastusmahdollisuuksien kehittymistä; saada asiakkaat liikkumaan ennen terveydellisten ongelmien syntymistä ja toisaalta ohjata terveysongelmista kärsiviä terveellisempiin elämäntapoihin ja liikuntaan.
Toimintatapa	Terveyden ja hyvinvoinnin ylläpitämiseen tarjottu tieto ja erilaiset vaihtoehdot; säännöllinen ja sopivasti kuormittava ryhmäliikunta; kolmen kuukauden työpajajakso; yhteistyö kuntien, urheiluseurojen, yhdistysten ja muiden toimijoiden välillä; Kuntopaja-jaksot (liikunta ja elämäntapatietous yhdistyivät työpajavalmennukseen).
Tuotokset	
Lupaavat osallisuuden käytännöt ja palaset	
Muut tulokset ja vaikutukset	Toimintamallit kohderyhmän tavoittamiseksi ja liikuttamiseksi; noin puolet osallistujista jatkoi omaehtoista liikuntaa ja terveellisiä elämäntapoja Kuntopaja-jakson jälkeen
Levittäminen ja juurrutus	Toimintamalleja hyödynnetään toimijoiden toiminnassa ja ostopalvelutuotannossa.
Erityishuomioita, kehittämistyön ongelmia	Hankkeessa yhdistettiin perinteinen työpajatoiminta ja siihen liittyvät työllistämistä edistävät palvelut ohjattuun liikuntaan ja elämäntapatietouteen.



Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020

