

**S21317, Tsemppaa hyvä fiilis**

<b>Hankkeen nimi, S-numero ja toteutusaika</b>	S21317, Tsemppaa hyvä fiilis, 1.8.2018 – 31.7.2021 (hanke <a href="#">RR-tietopalvelussa</a> )
<b>Rahoittaja ja toteutunut julkinen rahoitus</b>	Etelä-Savon ELY-keskus, 309 229 €
<b>Toteuttajat</b>	Diakonia-ammattikorkeakoulu Oy
<b>Varsinaiset kohderyhmät</b>	Pieksämäkeläiset 16–29-vuotiaat NEET-nuoret sekä nuorisotoimen alle 29-vuotiaat asiakkaat. Muutoshakemuksessa kohderyhmää laajennettiin jo opiskelemissa tai työelämässä oleviin 16–29-vuotiaisiin nuoriin, jotka tarvitsevat elintapaohjausta ennaltaehkäisevästi.
<b>Hankkeen tausta</b>	
<b>Tavoitteet</b>	Kehittää uusi ja innovatiivinen toimintamalli kohderyhmän aktivoimiseen ja heidän terveytensä edistämiseen; arvioida kehitettävän mallin vaikutuksia ja kustannuksia
<b>Toimintatapa</b>	Liikunta-aktiivintimallin yhteiskehittäminen ja toteutus; arviointi; nuorten ideoimat liikuntaryhmät; liikuntakaveri-toiminta ja siihen liittyvä koulutus (lajitutustumiset sekä opastus lajin ohjaamiseen); ravitsemusneuvonta; kynnyksettömät liikuntamahdollisuudet
<b>Tuotokset</b>	Julkaisut: <a href="#">Steffansson &amp; Pehkonen-Elmi (Diak, 2021)</a> , <a href="#">Haapanen (Diak, 2020)</a> ; Videot (Youtube): <a href="#">Tsemppaa hyvä fiilis! Kuinka liikuntaneuvonnassa kohdataan apua ja tukea tarvitseva nuori? (2.7.2021)</a>
<b>Lupaavat osallisuuden käytännöt ja palaset</b>	<a href="#">Liikuntaneuvonta – monialaista tukea hyvinvointiin (innokyla.fi)</a>
<b>Muut tulokset ja vaikutukset</b>	Liikuntaneuvonnassa olleiden nuorten hyvinvointi lisääntyi; kertynyt tieto nuorten tarpeesta saada omanlainen yhdistelmä liikuntaneuvontaa; kustannusten tarkastelu osoitti intensiivisen kohtaamisen ja yksilöohjauksen olevan halvempaa kuin arviot nuorten syrjäytymisen kustannuksista
<b>Levittäminen ja juurrutus</b>	
<b>Erityishuomioita, kehittämistyön ongelmia</b>	Kustannusarvioista tarvitaan vielä lisää näyttöä.



Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020

