

S21678, HYVÄ MINÄ

Hankkeen nimi, S-numero ja toteutusaika	S21678, HYVÄ MINÄ, 1.6.2019 – 28.2.2022 (hanke RR-tietopalvelussa)
Rahoittaja ja toteutunut julkinen rahoitus	Hämeen ELY-keskus, 214 401 €
Toteuttajat	Lasten liikunnan tuki ry (pää toteuttaja), Etelä-Hämeen Martat (osatoteuttaja)
Varsinaiset kohderyhmät	Työelämän ulkopuolella olevat pitkäaikaistyöttömät, nuoret, maahanmuuttajat ja ikääntyneet, joiden sosiaalinen osallisuus on uhatu
Hankkeen tausta	Liikunnan ja ravinnon avulla voidaan tukea ihmisten hyvinvointia, vastuunottoa ja voimaantumista.
Tavoitteet	Lisätä työ- ja toimintakykyä, koettua hyvinvointia ja elämänlaatua; ehkäistä syrjäytymistä; parantaa vastuunoton edellytyksiä; lisätä voimaantumista, sosiaalista osallisuutta, tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta sekä omaehtoisuutta; harjaannuttaa vastuunottoa omasta elämästä; monipuolistaa asiakaslähtöisiä toimintatapoja, palveluita ja ohjausta, tukea rajapintapalveluita
Toimintatapa	Hyvä minä –liikunta; Hyvä minä –ruoanvalmistuskurssit: kotitalousneuvonta ryhmätoimintana; liikkumiseen ja terveellisempiin valintoihin kannustavat pop up – tapahtumat matalan kynnyksen paikoissa
Tuotokset	
Lupaavat osallisuuden käytännöt ja palaset	
Muut tulokset ja vaikutukset	Asiakkaiden työ- ja toimintakyvyn, hyvinvoinnin, ja elämänlaadun koettiin parantuneen, ruokaryhmit parantuivat sekä sosiaaliset taidot, yhdenvertaisuus ja vastuunotto omasta arjesta lisääntyivät; asiakaslähtöiset toimintatavat, palvelut ja ohjaus monipuolistuivat
Levittäminen ja juurrutus	Hankkeen kokemuksia hyödynnetään ja edelleen kehitetään asiakkaille tarjottavissa palveluissa; toteuttajaorganisaatioiden yhteistyö jatkuu
Erityishuomioita, kehittämistyön ongelmia	Koronapandemia haastoi miettimään ja ideoimaan vaihtoehtoisia toteutuksia