

**S21825, Liikkuen osallisuutta ja aktiivisuutta, LIITTOON -hanke**

<b>Hankkeen nimi, S-numero ja toteutusaika</b>	S21825, Liikkuen osallisuutta ja aktiivisuutta, LIITTOON -hanke, 1.1.2020 – 31.12.2022 (hanke <a href="#">RR-tietopalvelussa</a> )
<b>Rahoittaja ja toteutunut julkinen rahoitus</b>	Etelä-Savon ELY-keskus, 487 001 €
<b>Toteuttajat</b>	Pohjois-Karjalan Liikunta ry
<b>Varsinaiset kohderyhmät</b>	15–29-vuotiaat liikkumattomat ja vähän liikkuvat nuoret sekä heidän kanssaan työskentelevät aikuiset
<b>Hankkeen tausta</b>	
<b>Tavoitteet</b>	Kehittää ja luoda moniammatillinen toimintatapa/-malli ennaltaehkäisemään liikkumattomuutta ja sitä kautta lisäämään osallisuutta sekä aktiivisuutta; kehittää uudenlaisia työkaluja, menetelmiä sekä osaamista nuorten liikkumattomuuden ehkäisyyn; lisätä nuorten liikkumista, osallisuutta ja aktiivisuutta
<b>Toimintatapa</b>	Yksilöohjaukset; ryhmäliikunnat (esim. oppilaitosten kanssa toteutetut hyvinvointi- ja teemapäivät); lajikokeilut; yhteistyöpalaverit; koulutukset; Firstbeat-hyvinvointimittaukset; aloitus-, palaute- ja seurantakyselyt
<b>Tuotokset</b>	
<b>Lupaavat osallisuuden käytännöt ja palaset</b>	
<b>Muut tulokset ja vaikutukset</b>	Toimintamallit (esim. ryhmäliikuntojen ja lajikokeilun toteuttamiseen); työkalut nuorten kohtaamiseen ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistämiseen; suurin osa osallistujista oppi harrastamaan itsenäisesti jotain liikuntaa; nuorten itseluottamus kohentui, he saivat sosiaalisia kontakteja sekä heidän ymmärryksensä terveyden eri osa-alueista ja kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista parantui; kunnissa on lisätty liikuntaneuvontaa sekä otettu käyttöön liikuntavälinelainaamoja ja sähköisiä liikuntasovelluksia
<b>Levittäminen ja juurrutus</b>	
<b>Erityishuomioita, kehittämistyön ongelmia</b>	



Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020

