

PARA VALTTI

Vuonna 2023 Valtti-ohjelmaan osallistuneiden perheiden seurantakysely

Koonnut: Heidi Leppä

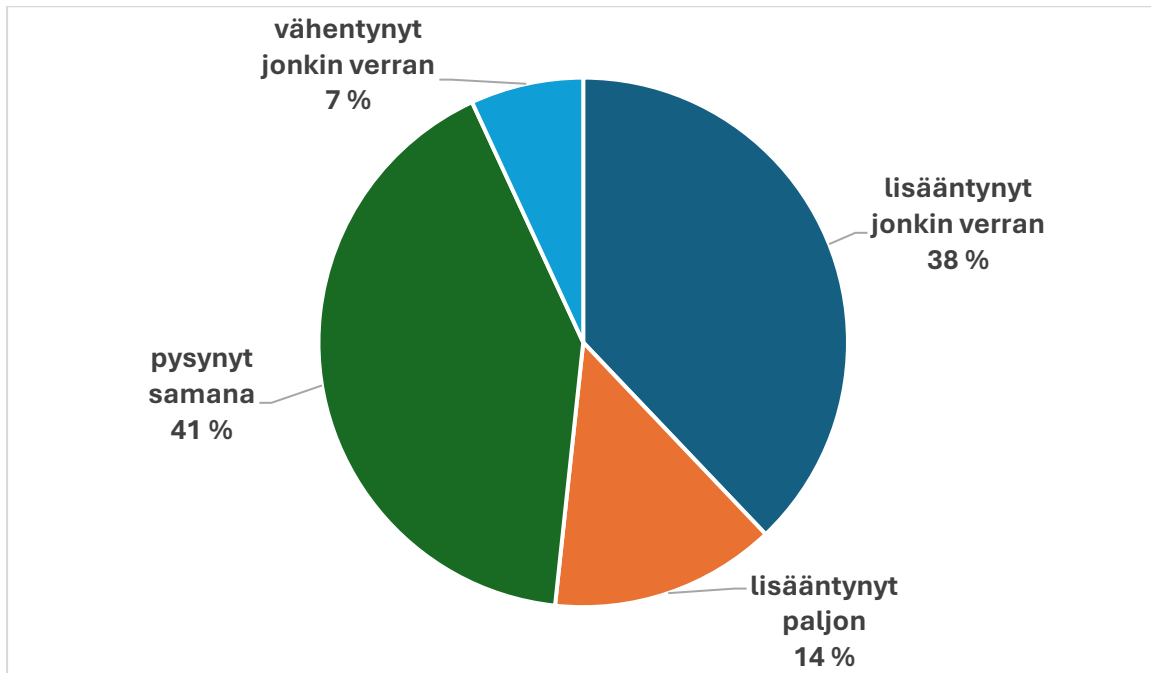
1 Kyselyyn vastanneiden taustatiedot

Tässä raportissa kuvataan seurantatuloksia niiden perheiden osalta, jotka osallistuivat Valtti-ohjelmaan vuonna 2023 ja vastasivat seurantakyselyyn noin vuosi ohjelmaan osallistumisen jälkeen 23.2.2025 mennessä. Vuonna 2023 Valtti-ohjelmaan osallistui yhteensä 155 lasta ja nuorta. Heistä 29 eli ainoastaan 19 % vastasi seurantakyselyyn. Kyselyyn vastanneet lapset ja nuoret olivat iältään keskimäärin 12-vuotiaita (8–21 v.) ja suurin osa vastaajista (83 %) ilmoitti olevansa poikia.



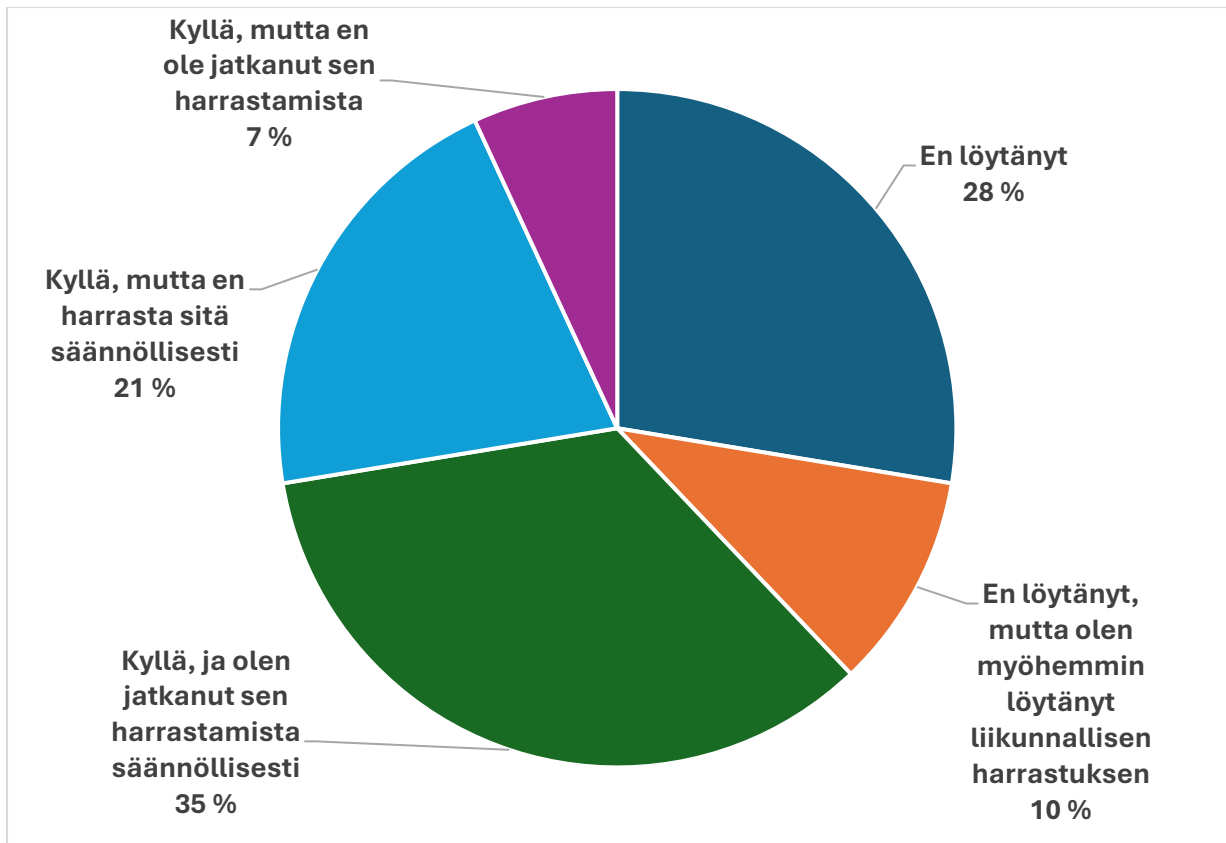
2 Liikkumisen määrä ja liikunnan harrastaminen

Seurantakyselyn avulla haluttiin selvittää, onko vuonna 2023 Valtti-ohjelmaan osallistuneiden lasten ja nuorten liikkumisen määrä muuttunut ohjelmaan osallistumisen jälkeen. Lisäksi haluttiin tietää, ovatko he jatkaneet Valtti-ohjelman aikana löydettyjä liikuntaharrastuksia. Useimmiten vastaajat raportoivat, että heidän liikkumisensa määrä oli pysynyt samana tai lisääntynyt hieman verrattuna hetkeen, jolloin he hakivat mukaan Valtti-ohjelmaan (Kuvio 1).



Kuvio 1. Liikkumisen määrän muutos (n = 29)

Suurin osa vastaajista oli löytänyt Valtti-ohjelman avulla harrastuksen ja jatkanut sen harrastamista säännöllisesti (35 %) (Kuvio 2). Osa harrastuksen löytäneistä harrasti edelleen, mutta ei säännöllisesti ja muutama ei ollut jatkanut enää löytämäänsä harrastusta.



Kuvio 2. Harrastuksen löytäminen Valtti-ohjelman aikana (n = 29)

Melkein kaikki vastaajista harrasti kuitenkin jotain lajia kyselyyn vastaamishetkellä. Yleisimpiä lajeja olivat uinti, erilaiset liikuntakerhot, jalkapallo, kuntosali ja koripallo (Taulukko 1).

Taulukko 1. Valtti-ohjelman aikana löydetty harrastukset ja harrastamisen useus.

Harrastus	Harvemmin kuin kerran viikossa	1–2 kertaa viikossa
Uinti	11	10
Liikuntakerho	7	6
Jalkapallo	8	5
Kuntosali	8	2
Koripallo	7	2
Frisbeegolf	10	0
Keilaus	10	0
Jousiammunta, ammunta	9	0
Kiipeily	9	0
Parkour	8	0
Sulkapallo	8	0
Cheerleading	8	0
Yleisurheilu	8	0
Judo	8	0

Jääkiekko tai kelkkajääkiekko	8	1
Padel	8	0
Salibandy	7	0
Tanssi	7	0
Ratsastus	7	0
Tennis	7	0
Paini	7	0



3 Liikunnan harrastamattomuuteen vaikuttavat tekijät

Seurantakyselyssä tiedusteltiin vastaajilta, mitkä tekijät mahdollisesti vaikuttivat siihen, etteivät he harrasta liikuntaa (Taulukko 2). Yleisimmäksi syyksi nousi edellisvuosien tapaan harrastuskaverin, avustajan ja kuljetuspalveluiden puute. Osa koki myös, että he eivät olleet löytäneet vielä heille soveltuvaa ryhmää, jossa harrastaa.

Taulukko 2. Harrastuksen löytymistä estäneet tekijät (n = 29).

	Kyllä
Minulla ei ole kaveria, jonka kanssa käydä liikkumassa.	31 %
Minulla ei ole avustajaa, joka voisi jatkaa harrastusta kanssani.	28 %
Minulla ei ole kuljetuspalvelua harrastuspaikalle.	28 %
En pysty kulkemaan itsenäisesti harrastuspaikalle.	24 %
Harrastusta ei voinut jatkaa ilman soveltuvaa ryhmää.	10 %
En pidä liikunnasta	7 %
Minulla ei ole liikuntaan soveltuvia apuvälineitä	7 %
Liikuntaharrastus on liian kaukana kodistani.	7 %

Koen, että en pärjää tai pysty.	7 %
Kokeilemissani lajeissa ei ollut hyvää ohjaajaa.	7 %
Minulla ei ole aikaa liikuntaan.	3 %
Terveydelliset syyt	3 %
Haluamaani liikuntapaikkaan ei ole esteetöntä pääsyä.	0 %



4 Perheiden arvio ja kokemukset Valtti-ohjelmasta

Pääsääntöisesti perheiden vastaukset olivat positiivisia ja korostivat Valtti-ohjelman olevan hieno mahdollisuus ja tuki uuden liikuntaharrastuksen etsimisessä:

”Ihan kiva, löytyi harrastus, koripallo. Koripallon on ihan kivaa liikuntaa. Kokeilut olivat mukavia ja samoin valttiohjaajat loistavia! Valttiohjelman kautta vuoden tauon jälkeen jatkui suunnistusharrastus ja siihen löydettiin sopiva avustaja Olimme miettineet uinnin aloittamista, mutta Valtti -ohjelma auttoi toimeenpanemaan ajatuksemme. Etsi, otti yhteyttä ja oli ensimmäisillä harjoituskerroilla mukana. Oikein hyvä juttu meille!”

”Hyvä kokemus. Mukavat ohjaajat.”

”Hyvä mahdollisuus kokeilla harrastuksia”

”Valtti-ohjelma antoi onnistumisen kokemuksia ja mahdollisuuden tutustua uusiin lajeihin. Oli kokonaisuudessaan todella hyvä!”

”Valttiohjelma oli mieluinen ja yksi kokeilluista harrastuksista oli kiinnostava, se oli vaan viikoittain käytäväksi turhan pitkällä”

”Hieno tilaisuus saada tukea ja rohkeutta etsiä sekä löytää mieleinen harrastus muista arjen haasteista huolimatta. Valtit oli huipputyyppejä ja jäi mieleen positiivisina tsemppareina.”

”Hyvä ohjelma. Antaa mahdollisuuden kokeilla eri lajeja.”

”Hyvä, saimme mielenkiintoisia lajikokeilua ja pääsimme mukaan Joensuun Katajan voimisteluryhmään”

”Oli kivaa, kun pääsi kokeilemaan eri lajeja ja ohjaaja oli mukava ja turvallinen tuki.”



Kehitysehdotuksiakin löytyi perheiden vastauksista. Osa perheistä toivoi, että samaa harrastusta voisi käydä kokeilemassa useamman kerran, jotta harrastus tulisi tutuksi. Tämä toive on noussut esiin perheiden palautteissa myös aiempina vuosina. Lisäksi eräs perhe huomautti, että vanhempien aktiivinen osallistuminen on välttämätöntä kokeilujen onnistumiseksi, erityisesti silloin, kun Valtti-ohjaajat ovat kokemattomia tai eivät ota aktiivista roolia harrastekokeilujen järjestämisessä.

”Toimiva kokeilu, kertoja voisi olla useampi, vaikka 2x per laji. Erityislapset usein vaativat paljon toistoja ja tutustumista, ennen kuin innostuvat tai asia tulee hieman tutummaksi.”

”Kokeilu olisi voinut jatkua pidempään niin, että olisi ehditty yhdessä ohjaajan kanssa löytää sopiva henkilö, jonka kanssa olisi harrastusta voitu jatkaa.”

”Kokeiluja voisi olla enemmän kuin yksi kerta.”

”Valtti ohjelma ideana oli kiva, mutta käytännössä me vanhemmat jouduimme olemaan tosi aktiivisia. Valtti- ohjaajat oli tosi nuoria ja heillä ei ehkä ollut oikein erityislapsesta kokemusta. Tuntui vähän siltä, että tämä oli vain pakollinen koulutehtävä muiden joukossa.”

”Ei ollut meille onnistunut kokeilu, toivomamme laji jäi kokeilematta ja koko ohjelma loppui niin ettemme edes tienneet ettei kertoja tule enempää.”

”Valtti ohjelmassa oli mukavia kokemuksia lapselle. Vaikea lapsen kanssa jatkaa harrastusta, koska ei ole henkilökohtaista avustajaa vapaa-ajalle ja muutkin sisarukset vaativat oman osansa sekä toinen vanhempi on vuorotyössä.”

