

# Liikettä niveliin! Kävellään yhdessä keho ja mieli kuntoon

Kulttuurin ja hyvinvoinnin innovaatioprojektit, syksy 2014

## Tavoite

- Yksinäisille ikääntyneille mahdollisuus liikuntaan kävelykaverin kanssa ja osallistumiseen seurakunnan tilaisuuksiin
- Vapaaehtoisille mielekäs ja helppo toimintamuoto
- Seurakunnalle keino tukea syrjäytymisvaarassa olevia ikäihmisiä ja edistää hyvinvointia, tilaisuus luoda sukupolvia yhdistävää toimintaa sekä tapa kehittää yhteistyötä organisaation sisällä



## Tulokset

Liikunnallinen vapaaehtoistyön malli seurakunnalle:

- Liikettä niveliin! -toimintamallin kuvaus
- Materiaalipaketti toiminnan pilotointia varten: haastattelurunko tarvekartoitusta varten, vapaaehtoisten koulutusmateriaali, esitemalli asiakkaille, palautekyselyt vapaaehtoisille ja asiakkaille

Anu Vakkilainen SF12 S2

Katarina Ahro, Leena Lähteenoja-Berg, Katri Mervilä-Puhakka, SV12 S1 ja S2