

Nummelan palloseuran yhteiskunnallisen toiminnan vaikuttavuuden arviointi

Mikko Henriksson, Julia Anttilainen, Maari Parkkinen

Kuntoutussäätiö



Kuntoutussäätiö

Sisällys

Tiivistelmä 3

1. Johdanto ja taustaa 5
2. Vaikuttavuuden arvioinnin konsepti 6
3. Nummelan Palloseuran yhteiskunnallinen toiminta vaikuttavuuden arvioinnin kohteena 8
4. Käytettävä aineisto ja NuPS:n muutosteoriat 9
5. Toimintaympäristö: taustaa, haasteita ja mahdollisuuksia 11
6. Muutosteorian toteutuminen ja toiminnan vaikutukset 13
 - 6.1 Ikääntyneiden kotiliikunta 13
 - 6.2 Kehitysvammaisten jalkapallotoiminta 16
 - 6.3 Päiväkotiliikunta 20
7. NuPS:n yhteiskunnallinen toiminta tällä hetkellä, jatkossa ja kehittämissuositukset 22
 - 7.1 Ikääntyneiden kotiliikunta 22
 - 7.2 Kehitysvammaisten jalkapallotoiminta 24
 - 7.3 Päiväkotiliikunta 25
 - 7.4 Yhteiskunnallisen toiminnan seuranta ja mittarit 26
 - 7.5 Yhteiskunnallinen vaikuttavuus ja itsearviointi & kehittäminen 28
 - 7.6 Visiotyön tärkeys 29

Tiivistelmä

ARVO-liiton koordinoima Hyvän Mitta -hanke koostuu 13 yhteiskunnallisen yrityksen tai järjestön vaikuttavuuden arvioinnista ja hankkeen päärahoittaja on Me-säätiö. Muita yhteistyökumppaneita ovat Sitra, Veikkaus, ent. RAY, nyk. STEA, opetus- ja kulttuuriministeriö. Tämä raportti koskee Kuntoutussäätiön toteuttamaa vaikuttavuuden arviointia Nummelan Palloseuran yhteiskunnallisesta toiminnasta.

On esitetty näkemyksiä, joiden mukaan arvioinnin kentällä ajatellaan vielä pitkälti lineaarisesti. Toiminnasta ja interventioista mahdollisesti syntyvät vaikutukset syntyvät systeemissä prosesseissa, jolloin suoraviivainen tavoitteen toteutumisen arviointi ei riitä. Tässä vaikuttavuuden arvioinnissa on tavoitteena muodostaa ymmärrys siitä, millä ehdoilla ja miten jokin interventio tai muu toiminta on vaikuttavaa. Arvioinnin konsepti koostuu theory-based evaluation -perinteen mukaisesta muutosteorioiden testaamisesta ja lisäksi siinä hyödynnetään implementaatiotutkimuksen ja systeemisen arvioinnin näkökohtia, sekä tarkastellaan toimintaa suhteessa yhteiskunnallisesta vaikuttavuudesta esitettyihin huomioihin. Arvioinnissa tarkastellaan sitä, pitävätkö tekijöiden käsitykset intervention toimintalogiikasta paikkansa, millä ehdoin interventio toimii vai toimiiko se. Vaikuttavuuden arvioinnissa kohteena ovat siis sekä tulokset ja vaikutukset, että toimenpiteet eli prosessi. Vaikuttavuuden arviointi keskittyy kokonaisvaikutusten sijaan toiminnan mekanismien tarkasteluun sekä NuPS:n yhteiskunnallisen toiminnan arviointiin kokonaisuudessaan.

Nummelan Palloseuran yhteiskunnallinen toiminta käsittää laajasti eri toimintamuotoja; yhteiskuntavastuudokumentissa niitä on listattu niin sanotun normaalin jalkapallotoiminnan lisäksi 11 kpl. Tässä arvioinnissa sovittiin NuPS:n edustajien kanssa, että keskitytään niistä kolmeen, joista tässä raportissa käytetään nimityksiä 1) ikääntyneiden kotiliikunta, 2) päiväkotiliikunta ja 3) kehitysvammaisten jalkapallotoiminta.

Ikääntyneiden kotiliikunnalle on selkeä tarve, ja toiminnan laajentamisellekin olisi hyvät perusteet. Toiminta on tarkoitettu toimintakyvyn ylläpitämiseksi, mutta yli puolet haastatelluista ikääntyneistä ja heidän omaisistaan kertoivat kunnan kohentuneen toiminnan seurauksena. Toiminnalla on myös turvallisuuden tunnetta, elämänlaatua ja mielialaa kohentavia vaikutuksia osan ikääntyneiden kohdalla. Toiminnan rahoituspohja ei ole pysyvä ja sen osalta suositellaankin eri rahoituslähteiden kartoittamista ja aktiivista viestimistä toiminnasta. Edellä mainituista toiminnoista päiväkotiliikunta on palannut tauolta ja alkanut 2017 uudelleen. Kokemukset siitä ovat siis vielä vähäisiä, mutta sitäkin kannustavampia: kyseisten päiväkotilasten vanhemmilta saadut näkemykset vaikutuksista olivat huomattavan positiivisia. Kehitysvammaisten jalkapallotoiminnassa pelaavat ovat mukana myös valtakunnallisissa sarjoissa ja turnauksissa. Erityisryhmälle tarkoitettussa toiminnassa tärkeimmäksi nousi sosiaalinen kohtaaminen. Toiminnan koettiin myös tukevan onnistumisen kokemusten kautta itsetunnon kehittymistä pelaajien saadessa harjoitella vertaistensa kanssa.

Kaikkiaan NuPS:n dokumentaatioon kirjatut muutosteoriat oli toteutettu pääosin oikein ja alustavia tuloksia ja vaikutuksiakin niistä raportoitiin. Arvioinnin tiedonkeruussa käytettiin motivaatio / kyvykkyudet / mahdollisuudet -viitekehystä, ja tämän huomattiin rikastuttavan arvioinnin arvoa kehittämisenäkökulmasta sekä potentiaalisesta jatkossa myös vaikutusten arvioimisessa. Joissain kohdin toimintaan osallistuvien motivaatio ei ollut huipussaan, työntekijöillä kyllä, sen sijaan muutamissa yhteyksissä työntekijöillä oli huomautettavaa mahdollisuuksista. Kyvykkyysien suhteen ei ollut ongelmia: toimintaan valikoituu mukaan tavoitellunlaisia ihmisiä, ja eri toiminnoissa pystytään joustamaan tarpeen mukaan vaatimusten suhteen helpostikin. Ikääntyneiden kanssa laaditaan henkilökohtaiset liikuntaohjelmat yhdessä fysioterapeuttien kanssa, Brazil-joukkueessa on kaksi tasoryhmää ja päiväkotiliikuntaan osallistuvat ne, jotka haluavat. Suurimpana haasteena NuPS:n yhteiskunnallisella toiminnalla on toiminnan rahoituspohja ja toiminnan linjaaminen. Tähän ehdotetaan ratkaisuksi systemaattisen itsearviointin käynnistämistä osana toimintaa sekä toiminnan pitkän tähtäimen vision työstämistä. Toiminnan kehittymisen ja oikean ja relevantin

kohdistamisen onnistumiseksi omaa toimintaa on seurattava ja arvioitava. Erilaisilla mittareilla pystytään seuraamaan yksittäisiä toimintoja, mutta vaikutusten syntymistä tulee arvioida rakenteellisesti monipuolisemmin. Oman toiminnan arvioinnin kohdistamisessa tulee ottaa huomioon yhteiskunnalliseen vaikuttavuuteen liittyvät eri tasot koskien tavoitteiden toteutumista, strategisia yhteistyökumppaneita sekä omassa työskentelyssä käytettyjen metodien ja työkalujen ajantasaisuutta. On myös tärkeää pohtia kuinka toimintaympäristöstä ja sen muutoksista saadaan tietoa ja palautetta.

1. Johdanto ja taustaa

Järjestöt, säätiöt, osuuskunnat ja osakeyhtiömuotoiset yhteiskunnalliset yritykset tähtäävät toiminnassaan yhteiskunnalliseen vaikuttavuuteen. Järjestöt ja säätiöt eivät lähtökohtaisesti ole perustettuja maksimoimaan voittoa osakkeenomistajille, vaan niiden missio on tuottaa yhteiskunnallista muutosta ja parempaa hyvinvointia viiteryhmilleen. Arvonluonnin uusi aalto tarkoittaa, että runsasta ja jaettua arvoa luodaan myös yrityselämässä, parempaa maailmaa tavoitellen¹.

Me-säätiö, Sitra, Veikkaus, ent. Raha-automaattiyhdistys, nyk. STEA, opetus- ja kulttuuriministeriö ja ARVO-liitto ryhtyivät selvittämään, millaisia positiivisia vaikutuksia järjestöt ja yhteiskunnalliset yritykset saavat aikaan yhteiskunnassa. ARVO-liiton koordinoimassa Hyvän Mitta -hankkeessa pyritään kehittämään yhteiskunnallisia vaikutuksia mittaavia työkaluja, jotka hankkeen päätyttyä ovat kaikkien yhteiskunnan ongelmia ratkovie organisaatioiden käytössä. Hankkeen päärahoittaja on ME-säätiö. Käytännössä hankkeen käynnistymisvaiheessa on tehty kolmetoista ”case studya”, kolmetoista vaikuttavuuden arviointia erilaisista kohteista. Kuntoutussäätiö on toteuttanut näistä kolme. Tämä raportti koskee Kuntoutussäätiön toteuttamaa vaikuttavuuden arviointia Nummelan Palloseuran yhteiskunnallisesta toiminnasta.

Nummelan Palloseura on vuonna 1964 perustettu urheiluseura, jonka lajitarjonta käsittää jalkapallon ja futsalin. Tällä hetkellä seurassa palloilee 711 rekisteröityä pelaajaa sekä näiden lisäksi toimintaa järjestetään leikki-ikäisille ja muille kuntoliikkuville. Nummelan Palloseura on strategiansa mukaan aktiivinen ja laadukas liikuttaja jonka arvoja ovat kasvatuksellisuus, yhteistyökyky, yhteisöllisyys, avoimuus ja ilo. Seuran yhteiskunnallisena päämääränä on eri-ikäisten kuntalaisten toimintakyvyn parantaminen fyysisellä ja sosiaalisella osa-alueilla sekä liikunnallisen elämäntavan omaksuminen. Nummelan Palloseura ry:n toiminta-alueena on Vihdin kunta. Seura pyrkii parantamaan vanhusten fyysistä toimintakykyä ja vähentämään yksinäisyyttä, lisäämään lasten, nuorten ja aikuisten liikkumista sekä estämään syrjäytymistä kouluissa ja päiväkodeissa jalkapalloharrastuksen kautta. Lisäksi seura järjestää kehitysvammaisten jalkapallotoimintaa, jolla pyritään lisäämään kehitysvammaisten liikuntaa ja parantamaan heidän toimintakykyään niin fyysisesti kuin henkisesti. Välillisenä tavoitteena seuralla on myös yhteiskunnan kustannusten pienentäminen em. toimintojen seurauksena.

Arviointi palveli tekijöiden mukaan Hyvän Mitta -hankekokonaisuutta siten, että arvioinnissa kokeiltiin yhteiskunnalliseen vaikuttavuuteen keskittyvää arvioinnin konseptia. Samalla kokeiltiin myös lihavoittaa theory based evaluation -menetelmää implementaatiotutkimuksen viitekehysellä. Arvioinnin käyttöarvon varmistamiseksi myös arvioinnin kohteen NuPS:n arviointia koskevia toivomuksia kuunneltiin ja keskityttiin niiden mukaisesti erityisesti ikääntyneiden kotiliikuntaan ja NuPS:n yhteiskunnallista toimintaa koskeviin kehittämissuosituksiin.

Arvioinnin kohteena oleva NuPS:n yhteiskunnallisen toiminnan vaikuttavuus, tarkasteltuna mekanisminäkökulmasta, on luonteeltaan yksittäisiä toimintoja laajempi kokonaisuus. Yhteiskunnallista vaikuttavuutta arvioitaessa arvioinnin kohteeksi tulee paljon eritasoisia asioita, jolloin ei ole perusteltua nojata mihinkään tiettyyn yhteen arviointiperinteeseen tai arvioinnin konseptiin. Yhteiskunnallista vaikuttavuuden arviointi ei voi myöskään olla riittävää siten, että arvioidaan ainoastaan yhteiskunnalliseksi määritellyn tavoitteen toteutumista.

Kuntoutussäätiön käyttämässä vaikuttavuuden arvioinnin konseptissa arvioidaan dokumenttien analyysin ja erityisesti moninäkökulmaiseen haastatteluaineistoon perustuen toiminnan toteuttamista ja siihen liittyviä

¹Tikka & Gävert, Arvonluonnin uusi aalto. Tekesin katsauksia 309/2014

vaikuttavuuden mekanismeja sekä vaikutuksia eri sfääreissä (fyysinen, sosiaalinen, taloudellinen). Yhteiskunnallisen toiminnan vaikuttavuutta arvioitaessa arvioinnin tulee olla luonteeltaan rakenteellista. Yksittäiset mittarit tuottavat seurantatietoa erilaisista toimenpiteistä, mutta vaikutusten ja etenkin yhteiskunnallisen vaikuttavuuden syntyminen on monimutkaisempi prosessi. Sen arvioinnissa tulee huomioida eri tavoitetasot, moninäkökulmainen tiedonkeruu, ajallinen tarkastelutaso ja suhde toimintaympäristöön.

2. Vaikuttavuuden arvioinnin konsepti

Vaikuttavuuden arviointia voidaan lähestyä eri tavoin. Vaikuttavuutta voidaan arvioida ainakin a) tavoitteiden saavuttamisena b) kokeellisesti, toimenpiteen seurauksena c) palvelujärjestelmän kykyä saada aikaan vaikutuksia d) vaikuttavuutena suhteessa tarpeisiin tai e) vaikuttavuusmekanismeja selvittämällä².

Tässä vaikuttavuuden arvioinnissa keskitytään selvittämään vaikuttavuuden mekanismeja sekä tarkastellaan NuPS:n yhteiskunnallista toimintaa ja sen yhteiskunnallista vaikuttavuutta kokonaisuudessaan.

Arvioinnin konsepti muodostuu kolmesta lähtökohdasta:

- a) Theory based evaluation -perinteen (TBE) mukaisesti selvitetään vaikuttavuuden mekanismeja testaamalla arvioinnin kohteen interventiologiikka³. Arviointi seuraa Dahler-Larsenin TBE-menetelmää koskevan Vaikuttavuuden arviointi -menetelmäkirjan vaiheistusta. Tällöin arviointi eroaa tavoiteperustaisesta arvioinnista mm. siinä, että *”vaikuttavuuden arvioinnissa ei keskitytä niinkään kokonaisvaikutuksiin vaan pikemminkin siihen, mikä vaikuttaa mihinkin, milloin, miten ja millä edellytyksillä”*⁴.
- b) Lisäksi em. menetelmää lihavoitetaan implementaatiotutkimuksen motivaatiota, mahdollisuuksia ja kyvykkyyttä luotaavalla viitekehysellä⁸.
- c) Arvioinnin kohteena on määritelmällisesti ”Nummelan Palloseuran yhteiskunnallinen toiminta” käsittäen erilaisia toimintoja, ajatuksia, tarpeita ja tavoitteita. Tämän vuoksi arviointi tulee ulottaa myös yksittäisiä toimintoja laajemmalle ja arvioinnissa hyödynnetään Taylorin⁵ ja Hummelbrunnerin⁶ näkemyksiä koskien yhteiskunnallista vaikuttavuutta.

Arvioinnissa tarkastellaan sitä, pitävätkö tekijöiden käsitykset intervention toimintalogiikasta paikkansa, millä ehdoin interventio toimii vai toimiiko se. Vaikuttavuuden arvioinnissa kohteena ovat siis *sekä tulokset ja vaikutukset, että toimenpiteet eli prosessi*. Kun arvioinnin kohteena on kompleksinen sosiaalinen ympäristö, selvitämme tuloksia ja vaikutuksia monitahoarviointiin perustuen, käytännössä moninäkökulmaisella haastatteluaineistolla.

Mekanismeihin keskittyvässä arvioinnissa tarkastelun päätavoitteena sen sijaan *ei ole* panosten ja tuotosten välisen suhteen tarkka selvittäminen, kuten kustannusvaikuttavuus-analyyysiä hyödyntävässä vaikuttavuuden arvioinnissa tehtäisiin. Tässä arvioinnissa ei myöskään tehdä Impact evaluation -perinteen mukaista sinänsä mielekästä kontrafaktuaalista tarkastelua, jossa yksittäiset havaitut vaikutukset suhteutetaan tilanteeseen,

² Rajavaara, M (2006): Yhteiskuntaan vaikuttava Kela. Katsaus vaikuttavuuden käsitteisiin ja arviointiin. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 69. Kela.

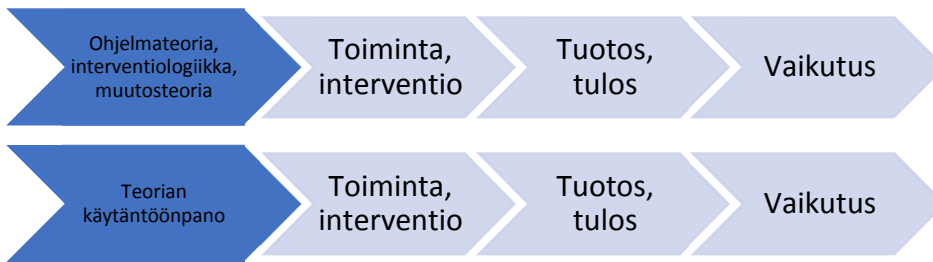
³ Yleisesti käytetään myös nimityksiä muutosteoria (theory of change), ohjelmateoria (program theory).

⁴ Dahler-Larsen P (2005): Vaikuttavuuden arviointi. Hyvät käytännöt. Menetelmä-käsikirja. STAKES.

⁵ <https://www.thersa.org/discover/publications-and-articles/matthew-taylor-blog/2016/03/three-two-one-impact>

⁶ Hummelbrunner (2015): Learning, Systems Concepts and Values in Evaluation: Proposal for an Exploratory Framework to Improve Coherence. IDS Bulletin Special Issue: Towards Systemic Approaches to Evaluation and Impact, Ed Befani et al. 46(1): 17–29

jossa interventiota tai toimintaa ei ole toteutettu.



Kuvio 1. Oletettu vaikutusketju dokumentaatiossa ja vaikutusketju käytännön toteutuksessa.

Kuvion 1 mukaisesti arvioinnissa tarkastellaan arvioinnin kohteen toimittamassa dokumentaatiossa sanoitetun muutosteorian ja arvioinnin tiedonkeruulla todetun vaikutusketjun eroja ja yhtäläisyyksiä. Mikäli tavoitteen mukaisia tuloksia on saavutettu, ja interventio toteutettu suunnitellusti, muutosteoria vahvistuu. Jos taas interventiota ei ole toteutettu oikein, mutta tuloksia saadaan aikaiseksi, ne johtuvat muista syistä ja tällöin muutosteoriaa ei voida vahvistaa eikä hylätä. Katso kuvio 2.

	Tulos on saavutettu	Tulosta ei ole saavutettu
Interventio on toteutettu oikein	1. Ohjelmateoria vahvistuu	2. Teoriavirhe
Interventiota ei ole toteutettu oikein	3. Muut syyt kuin interventio selittävät tuloksen. Ei muutosta uskossa ohjelmateoriaan.	4. Toteutusvirhe ja mahdollinen teoriavirhe.

Kuvio 2. Nelikenttä interventioiden toteutumisesta ja paikkansapitävyydestä.

Arvioinnin tavassa rationalisoida erilaisissa yhteiskunnallisten ristipaineiden välisissä kytköksissä tapahtuvaa toimintaa on kuitenkin aina oma riskinsä. On huomioitava että hyvä muutosteoria ei ole ns. toimeenpanosta tai politiikasta vapaa, vaan päinvastoin hyvä teoria siitä, kuinka asiaa koskeva politiikka tai ohjaus käytännössä toimii.⁷

Edellä mainittua menetelmää muutosteorioiden testaamisesta lihavoitetaan implementaatiotutkimuksen näkökohdilla siten, että muutosteorioiden toteutumista testaavaan tiedonkeruuseen lisätään *motivaatiota, kyvykkyyksiä ja mahdollisuuksia* koskevat olottuvuudet⁸. Tällöin arvioinnissa keskitytään yksittäisten muutosteorioiden mahdollisen toteutumisen arvioinnin lisäksi myös siihen, onko toimintaan osallistuvilla

⁷ Stame, N (2004): Theory-based Evaluation and Types of Complexity. Evaluation Vol 10(1): 58–76

⁸ Michie ym. (2011): The behaviour change wheel: A new method for characterising and designing behaviour change interventions. Implementation Science 6:42. Nostettu esiin arvioinnin kentällä mm. täällä: <http://www.betterevaluation.org/blog/ME-FAQ-How-to-choose-theory#sthash.6ZicdGW8.uxfs>

työntekijöillä, toiminnan kohderyhmillä ja muilla mahdollisilla toimintaan osallistuvilla henkilöillä motivaatioon, mahdollisuuksiin tai kyvykkyyksiin liittyviä ongelmia tai haasteita. Vaikka toimintaa ohjaava malli tai teoria itsessään olisi kuinka koherentti ja mielekäs, tuloksia, vaikutuksia ja vaikuttavuutta ei synny, mikäli työntekijöillä tai kohderyhmällä ei ole jostain syystä mahdollisuuksia tai kyvykkyyttä toteuttaa mallia kuten se on suunniteltu, tai mikäli he eivät ole motivoituneita.

Muutosteorioista voidaankin erotella kaksi tärkeää ulottuvuutta: varsinainen ohjelmateoria, joka perustuu oletetuille muutoksen mekanismeille, sekä implementaatioteoria, joka kuvaa kohta kohdalta vaiheet joilla em. teoria viedään käytäntöön. On tärkeää myös huomioida, että muutoksia tuottavat mekanismit johtavat vaikutuksiin vasta mikäli kohderyhmä tai muu toiminnan kohde reagoi toimintaan toivotulla tavalla.² Toiminta itsessään voi tuottaa tuotoksia, mutta vaikutukset ovat näiden tuotosten mahdollisia seuraamuksia. Herkkyyks tälle erolle on keskeinen tavoiteperusteisen ja theory-based evaluation -lähtökohtien välillä.

Yhteiskunnallinen vaikuttavuus on strateginen käsite, jolloin huomiota on kiinnitettävä myös toiminnan päämääriin ja toimintaympäristön ja ilmiöiden luonteeseen. Yhteiskunnallisen vaikuttavuuden arvioinnista on myös todettu, että vaikka tehdyt toimenpiteet osoittautuisivat yksilötasolla heikosti vaikuttaviksi, mutta esimerkiksi paikallisella tai valtiollisella tasolla olisi nähtävissä joitakin hyötyjä, tällöin toimenpidekokonaisuutta voidaan puutteistaan huolimatta pitää arvokkaana². Arvioinnin kohdentamisella on siis selkeä merkitys yhteiskunnallisen vaikuttavuuden näkyviin saamisessa. Interventio tai toiminta sijoittuu aina johonkin olemassa olevien, erilaisia edellytyksiä ja rajoituksia tarjoavien kompleksisten toimijoiden verkostoon. Tällöin vaikuttavuutta arvioitaessa tulee huomioida toiminnan luonne osana muuta toimintaympäristöä. Yksittäisistä vaikutuksista pääseminen vaikuttavuuteen edellyttää usein yhteistyötä strategisesti oikeiden yhteistyökumppaneiden kanssa. Siispä yhteiskunnallista vaikuttavuutta arvioitaessa tulee arvioinnin kohteeksi toimintaympäristön muutokseen tähtäävät proaktiiviset pyrkimykset. Kompleksisten sosiaalisten ilmiöiden arvioinnissa tarkastelemme arviointia, oppimista ja vaikuttavuutta jolkäynnissä olevissa prosesseissa⁶. Tällöin yhden asian vaikutus voi olla seuraavan asian panos ja niin edelleen.

Käytännössä arviointi koostuu:

- Arvioinnin tavoitteiden määrittämisestä ja tarkennettujen arviointikysymysten esittämisestä
- Toiminnan logiikan selvittämisestä (*muutosteoriat*)
- Toimintaympäristön analyysistä
- Vaikutusten selvittämisestä eri sfääreissä (fyysiset, sosiaaliset, taloudelliset)
- Muutosteorioiden käytännön toteuttamisen arvioinnista erit. suhteessa motivaatio / kyvykkyydet / mahdollisuudet -jakoon.
- Arvioinnin kohteiden nykytilan ja tulevaisuuden hahmottamisesta sekä kehittämisehdotuksista

3. Nummelan Palloseuran yhteiskunnallinen toiminta vaikuttavuuden arvioinnin kohteena

Liikunnan tuomat hyödyt ovat usein vaikeasti suoraan mitattavissa ja ne tulevat esiin vasta pitkän aikavälin tarkastelussa. Vaikuttavuutta voidaan kuitenkin arvioida tarkastelemalla toiminnan logiikkaa ja analysoimalla vaikutusketjua. Välittömät tuotokset ovat esimerkiksi eri ikäryhmien osallistujille järjestetyt toiminnot,

lasten- ja nuorten kerhotoiminnasta senioreiden ohjattuun toimintaan/liikuntaan. Arvioitavaksi myös tulee, tavoittaako toiminta kohderyhmän. Vaikutukset ovat niitä muutoksia, joita näillä tuotoksilla mahdollisesti saadaan aikaan osallistuvissa henkilöissä suhteessa päätavoitteeseen, eli osallisuuden edistämiseen ja toimintakyvyn kohentamiseen sekä liikunnallisen elämäntavan omaksumiseen.

Vaikutuksia arvioimme sen perusteella, vahvistaako NuPS:n toiminta sosiaalista ja fyysistä toimintakykyä. Sekä hyvä fyysinen toimintakyky että sosiaalinen toimintakyky ovat yhteydessä vähempään palveluiden käyttöön ja parempaan työkykyyn ja työssä jaksamiseen. Ihmisten osallistuessa seururan toimintaan yhteiskunta voisi hyötyä terveempien ja tyytyväisempien asukkaiden muodossa ja vähäisemmällä terveyden ylläpitoon kuuluvilla menoilla. Mikäli toiminnalla on tavoitteiden mukaisia vaikutuksia, arvioimme millä ehdoin ja onko tämä toiminta skaalattavissa kansallisesti.

Vaikuttavuutta arvioitaessa olennaista on selvittää, onko vaikuttavuuden mekanismi olennaisilta osiltaan sidoksissa paikalliseen toimintaympäristöön. Tämä tarkoittaa, onko eri-ikäisille ja toimintakyvyltään erilaisille ihmisille toteutettu toiminta mahdollisesti vaikuttavaa ainoastaan nykyisessä ympäristössä: mikäli pyritään toiminnan kansalliseen juurruttamiseen, tulee arvioida missä määrin toiminta on skaalattavissa kansallisesti ja mitä kriittisiä kohtia toiminta kohtaa. Arvioitavaksi tulee käytettyjen menetelmien yleistettävyyks. Skaalautumisen kannalta keskeistä on toiminnan mallintaminen ja arviointitiedon tuottaminen siitä. Olennaista on myös soveltavan liikunnan näkökulma joka ylittää hallinnolliset rajat sosiaali- ja terveystoimen ja liikuntatoimen välillä: osallisuuden edistäminen vaatii keskittymistä tähän aihepiiriin, pelkkä järjestettyyn liikuntatoimintaan osallistuminen ilman varsinaista kiinnittymisen kokemusta ei sinällään välttämättä edistä osallisuutta.

4. Käytettävä aineisto ja NuPS:n muutosteoriat

Arvioinnin alkuvaiheessa arvioitsijat pitivät aloitustapaamisen NuPS:n edustajan kanssa, sekä tämän jälkeen vielä varsinaisen aloituskokouksen, jossa tarkennettiin arvioinnin luonnetta ja etenkin sen kohdentumista nimenomaisesti ikääntyneiden kotiliikuntaan, päiväkotiliikuntaan ja kehitysvammaisten jalkapallotoimintaan. Aloitusvaiheessa NuPS:n edustajat myös toimittivat toimintasuunnitelmansa, strategiansa sekä muuta toimintaansa koskevaa materiaalia.

Edellä mainittujen tapaamisten ja dokumenttien perusteella arvioitsijat tekivät toimintaympäristön analyysia, tarkensivat tavoitteita ja keinoja, kohdensivat arviointia ja keräsivät tietoa tiedonkeruun avainhenkilöistä. Arvioinnin kohdentamisen ohella varsinaisena tarkoituksena tällä aloitusvaiheella oli kuitenkin rakentaa muutosteoriat NuPS:n toimittamasta dokumentaatiosta.



Kuvio 3. NuPS:n muutosteoriat koskien ikääntyneiden kotiliikuntaa, päiväkotiliikuntaa ja kehitysvammaisten jalkapallotoimintaa

Yllä olevasta kuviosta selviää NuPS:n yhteiskunnallisen toiminnan päätavoitteeseen liittyvät kolme muutosteoriaa, joiden toteutumista tässä arvioinnissa tarkastellaan. Pääpaino on ikääntyneiden kotiliikunnassa ja siihen liittyvissä kehittämissuosituksissa, mutta myös kehitysvammaisten jalkapallotoiminnan osalta toteutettiin monitahoarviointi. Päiväkotiliikunta oli vasta hiljattain alkanut ja pienimuotoisesti, ja sen osalta tehtiinkin kokeiluluontoisesti kysely päiväkotilasten vanhemmille, samalla kysellen heiltä NuPS:n toiminnasta ja sen näkyvyydestä yleisesti.

Yllä kuvatut muutosteoriat ovat NuPS:n sanoittamia, ja löytyvät heidän dokumentaatiostaan. Arvioinnin konseptin mukaisesti arviointiin olemassa olevan, toimintaa ohjaavan muutosteorian toteutumista eri näkökulmista ja osana NuPS:n yhteiskunnallista toimintaa. Tässä arvioinnissa ei lähdetty purkamaan NuPS:n toimintaa ohjaavia muutosteorioita arvioitsijoiden kielelle, eikä esitetty arvioinnin tulosten perusteella uutta muutosteoriaa.

Edellä kuvattujen muutosteorioiden pohjalta luotiin tiedonkeruun rakenne, jolla lähdettiin testaamaan muutosteorioiden paikkansapitävyyttä sekä keräämään kehittämisideoita niihin liittyen. Alla olevasta taulukosta selviää tiedonkeruun eri vaiheet tarkoituksineen.

Taulukko 1. Arvioinnin tiedonkeruu

Tiedonkeruun tarkoitus	Toiminto	Näkökulma	Aineisto	Arviointikysymykset
Arvioinnin kohdistaminen ja muutosteorioiden lähteiden löytäminen	NuPS:n toiminta	Urheilutoimenjohtaja	Aloitustapaaminen NuPS:n edustajan kanssa – muistio	Arvioinnin kohdistaminen
	NuPS:n yhteiskunnallinen toiminta	Yhteinen näkemys arvioinnin kohdistamisesta	Tapaaminen NuPS:n edustajien ja arviointitiimin kanssa – muistio	Arvioinnin kohdistaminen
	NuPS:n yhteiskunnallinen toiminta	Nummelan Palloseuran kirjatut tavoitteet, strategiat ja suunnitelmat	NuPS:n toimintaa koskeva dokumentaatio	NuPS:n yhteiskunnallisen toiminnan muutosteorian lähteiden löytäminen
Muutosteoraa testaava ja tuloksia ja vaikutuksia kartoittava tiedonkeruu	Ikääntyneiden kotiliikunta	Ikääntyneiden kotiliikuntaa sekä päiväkotiliikuntaa toteuttava työntekijä	haastattelu	<ul style="list-style-type: none"> toimintaympäristöä koskevat kysymykset muutosteorioiden testaaminen: onko toimittu muutosteorian mukaisesti? onko toimijoilla motivaatioon, mahdollisuuksiin tai kyvykkyyksiin liittyviä haasteita? tulokset ja vaikutukset (fyysiset, sosiaaliset, taloudelliset, muut), yhteiskunnallinen vaikuttavuus kehittämisehdotusten kerääminen
		Ikääntyneet	haastattelu (4 hlöä)	
		Ikääntyneiden omaiset	haastattelu (3 hlöä)	
		Fysioterapeutit	haastattelu (2 hlöä)	
	Kehitysvammaisten jalkapallotoiminta	Pelaajat	ryhmähaastattelut (12 hlöä)	
		Joukkueenjohtaja	haastattelu (1 hlö)	
		Valmentajat	yhteishaastattelu (2 hlöä)	
		Vanhemmat	yhteishaastattelu (2 hlö)	
	Lisäksi	Päiväkotilasten vanhemmat	kysely (10 vastausta)	
Yhteistyökumppanit		puhelinhaastattelu (tavoitettiin 1/5)		
Esitellä alustavat arvioinnin tulokset	Tulevaisuus- ja validointipaja	Yhteinen näkemys arviointituloksista	Työpaja, muistio	Arvioinnin tulosten validointi

5. Toimintaympäristö: taustaa, haasteita ja mahdollisuuksia

Nummelan Palloseura toimii ainoastaan Vihdin alueella. Vihdin väkiluku oli 28 967 vuonna 2016. Vihti sijaitsee Uudenmaan maakunnan alueella. Verrattuna koko Uuteenmaahan, on Vihdissä hieman enemmän yli 64-vuotiaita, mutta myös alle 15-vuotiaiden osuus on hieman korkeampi kuin muualla maakunnassa. Väkiluvun muutos oli vuoteen 2016 0,2 prosenttia, kun muualla Uudellamaalla muutos oli 1,1 prosenttia. Vihdissä on muuta Uuttamaata korkeampi työllisyysaste, 75 prosenttia (Tilastokeskus 2017). Vihdin kunnalle on lapsiperheiden houkuttelemisen näkökulmasta edullista, että alueella järjestetään harrastustoimintaa laajasti eri-ikäisille lapsille.

Nummelan palloseurassa työskentelee täysipäiväisesti 3 henkilöä. Palloseuran hallitukseen kuuluu 12 henkilöä. Seuran tehtävät on jaettu vastuutiimeille, joita ovat urheilutoimintatiimi, viesti- ja

markkinointitiimi, yhteiskuntavastuutiimi, sekä hallinto- ja taloustiimi. Nämä työryhmät muodostuvat hallituksen jäsenistä ja kutsutuista seuran jäsenistä.

Seuran talous on riippuvainen jäsenmaksuista ja ikäkausimaksuista. Henkilöstökulut pyritäänkin pitämään matalina toteuttamalla toimintaa pääsääntöisesti laajan vapaaehtoistyön voimin. Hallituksen jäsenille ei makseta palkkioita. Suurimmat kuluerät seuralle tulevat olosuhteista ja valmennustyöstä. Nummelan Palloseuran kehittämispäällikkö työskentelee Vihdin kunnalla, mikä on mahdollistanut tiedonkulun kunnan toimijoiden suuntaan.

Nummelan palloseura tekee yhteistyötä erilaisten organisaatioiden kanssa. Nykyistä yhteistyökumppaneiden määrää pidetään sopivana. Uusia toimintamalleja kehitetään jatkuvasti, jotta pystytään tarjoamaan yhteistyökumppaneille enemmän vastinetta. Vuodesta 2013 alkaen palloseuran toiminnassa on panostettu yhteiskunnallisen toiminnan lisäämiseen. Käytännössä tämä on tarkoittanut vanhuksille tarjottavaa kotiliikuntaa (vuodesta 2014), välituntiliikuntaa, valinnaisena aineena jalkapalloilun tarjoamista lukioissa, liikuntakerhoja sekä päiväkotiliikuttamista.

Edellä mainittu toiminta on mahdollistettu jäsenmaksuista saatavilla tuloilla, kunnan rahoituksella, vapaaehtoistoiminnalla, yrityskumppanien tuella sekä Tuovi Siiri Hännisen (TSH) säätiön rahoituksella. Osittain näiden toimien seurauksena Nummelan Palloseuran jäsenmäärä kasvoi vuoden aikana noin 30 prosenttia. Seuran edustajien mukaan kunta on suunnitellut rakentavansa alueelle noin kolme uutta tekonurmikenttää.

Oman haasteensa toiminnalle asettaa taloudellinen taantuma, joka on tehnyt taloudellisen tuen saamisesta vaikeampaa. Syntyvyys on myös jonkin verran ollut laskussa, mikä saattaa tulevaisuudessa vaikuttaa jäsenmääriin. Poismuuttoa on ollut aiemmin enemmän, kuin kuntaan on muuttanut, mutta nyt tilanne näyttää sen osalta valoisammalta.

Lisäksi toimintaan vaikuttavat nyt ja tulevaisuudessa tekonurmikenttien määrä ja harjoitushallin tulevaisuus, harjoitusvuorojen jakoperiaatteet sekä kunnan uudet liikuntasalit.

Tiedotusvälineissä NUPS ei toimintaa toteuttavien mukaan juurikaan ole ollut esillä, mutta NuPS:sta vaikuttaa tulleen ”koko kunnan juttu”. Tämä on näkynyt mm. siinä, että seuran fanituotteita käyttävät muutkin, kuin seuran jäsenet.

Ikääntyneiden kotiliikunta

Nummelan Palloseurassa käynnistyi vuonna 2014 Wirtaa vihtiläisille vanhuksille -hanke yhteistyössä perusturvakuntayhtymä Karviaisen ja Vihdin kunnan kanssa. Toimintaa rahoittaa Tuovi Siiri Hännisen säätiö. Hankkeessa ikääntyneiden toimintakykyä pyritään ylläpitämään ja edistämään viikoittaisten kotikäyntien ja henkilökohtaisten liikuntasuunnitelmien avulla. Säännöllisillä tapaamisilla pyritään myös rytmittämään vanhusten arkea, virkistämään sekä vaikuttamaan yksinäisyyden kokemiseen.

Toiminta työllistää oppisopimuksen avulla NuPS:ssa työskentelevän liikunnanohjaajan 20 tuntia viikossa. Asiakkaat hänelle ohjaa kunnalla työskentelevät fysioterapeutit, jotka tekevät arvion asiakkaiden toimintakyvystä ja sen vaatimista harjoitteista. Fysioterapeutit ovat liikunnanohjaajan tukena aina tarvittaessa ja tekevät ajoittain myös arviointikäyntejä asiakkaisen luona yhdessä liikunnanohjaajan kanssa. Toiminnan kautta on tavoitettu näillä resursseilla noin 83 toimintakyvyiltään eritasoista, yli 75-vuotiasta ikäihmistä, joita liikutetaan 1-2 kertaa viikossa heidän omassa kodissaan tai itse valitsemassaan paikassa. Aktiivisesti toiminnassa on mukana 18 ikääntynyttä. Osa ikäihmisistä on mukana vain hetken, osa vuosia.

Ikääntyneiden kanssa tehdään helposti kotioloissa toteutettavia, arjen toimintoja helpottavia harjoitteita ja motivoidaan samalla omatoimiseen harjoitteluun. Tarvittaessa kotiin järjestetään liikkumista helpottavia apuvälineitä. Haasteen toimintakyvyn edistämiseksi asettavat toimintakykyä heikentävät sairaudet.

Toiminta on ikääntyneille maksutonta. Nummelan palloseura on hakenut eri tahoilta rahoitusta ikääntyneiden kotiliikunnan laajentamiseen ja toiminnan pysyvyyden varmistamiseen. Uutta rahoitusta ei ole toistaiseksi kuitenkaan saatu. Nummelan Palloseuralle varsinainen toiminta on edullista, mutta palkka- ja matkakustannuksiin kuluu noin 90 % TSH-säätiön tuesta. Tulevaisuudessa haasteena on ikääntyneiden määrän ja kotihoidon tarpeen kasvu.

Kehitysvammaisten jalkapallotoiminta

Kehitysvammaisten jalkapallotoiminnassa erityisryhmä NuPS Brazil kokoontuu kerran viikossa harjoituksiin ja osallistuu SM-sarjaan. Varsinaisia valmentajia on kaksi, lisäksi toiminnasta vastaa joukkueenjohtaja ja yksi pelaajista myös on valmennustoiminnassa mukana. Toiminnan aikoinaan käynnistänyt henkilö on myös NuPS:n hallituksessa yhteiskuntatiimissä mukana. Tällä hetkellä mukana on 40 pelaajaa joiden ikähaitari on 5–50 vuotta. Muut seurat lähialueilla eivät tarjoa vastaavaa toimintaa. Pelaajia joukkueeseen tulee koko ajan lisää ja vetäjiäkin tarvittaisiin enemmän.

Päiväkotitoiminta

Päiväkotitoiminnassa on ollut vuoden tauko, mutta toiminta on käynnistynyt sittemmin uudelleen. Nummelan palloseuran edustaja on vierailut 1-2 kertaa vuodessa kaikissa Nummela-Vihti -alueen päiväkodeissa liikuttamassa vanhempien ikäryhmien lapsia noin tunnin kerrallaan. Jatkossa seurassa pohditaan, pitäisikö toiminnassa keskittyä vain osaan päiväkodeista ja käydä niissä useammin. Seura on hakenut toiminnalle seuraturahaa isompaan päiväkotihankkeeseen, jolloin seura voisi käyttää 3,5 tunnin sijaan toimintaan jopa 16 tuntia viikossa. Toimintaa pilotoidaan kuluvana keväänä 2017.

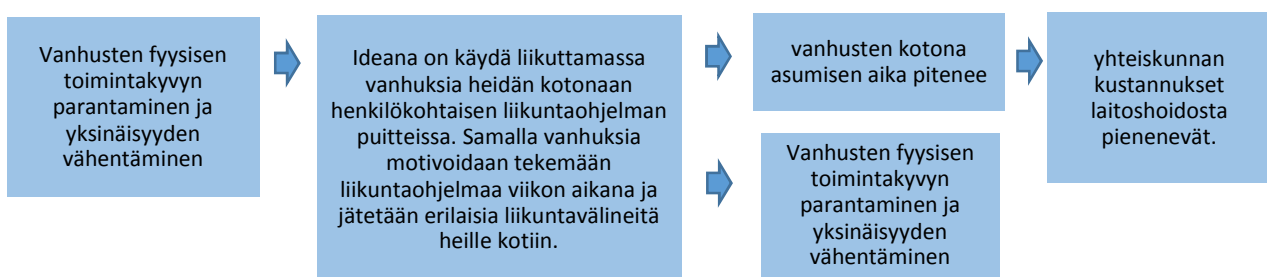
6. Muutosteorioiden toteutuminen ja toiminnan vaikutukset

Edellä kuvatun tiedonkeruun perusteella raportoidaan tiedonkeruun tulokset koskien muutosteorioiden toteutumista ja vaikutuksia 1) ikääntyneiden kotiliikunnan, 2) kehitysvammaisten jalkapallotoiminnan sekä 3) päiväkotiliikunnan osalta.

Muutosteorioiden toimivuus arvioidaan, ja samassa yhteydessä tuodaan esiin muutosteorioiden käytännön toteuttamista koskevat huomiot ulottuvuuksissa motivaatio/kyvykkyydet/mahdollisuudet.

6.1 Ikääntyneiden kotiliikunta

Toiminnan muutosteoria:



Käytännön toteutuminen: Fysioterapeutti tekee liikunnanohjaajan kanssa alkumittaukset asiakkaille. He arvioivat tämän jälkeen yhdessä, millaisia harjoitteita asiakkaan kannattaa tehdä. Samalla ikääntyneitä motivoidaan tekemään liikuntaohjelmaa viikon aikana ja jätetään erilaisia liikuntaa helpottavia apuvälineitä heille kotiin. Yhteistyö kuntayhtymän fysioterapeuttien kanssa säilyy koko työskentelyn ajan. Alkumittauksen yhteydessä fysioterapeutti on mukana kotikäynneillä. Fysioterapeutit ja NuPS:n ohjaaja käyvät keskustelut tasaisin väliajoin siitä, miten toiminta on toteutunut. Päätös asiakkaan liikunnan jatkamisesta tai

lopettamisesta tehdään myös yhdessä. Fysioterapeutit valitsevat asiakkaat mukaan, kenellä on toive kotisairaanhoidosta, uhka laitostua tai sen verran alentunut toimintakyky, ettei pääse kodin ulkopuolelle. Myös yksinäisyys mainittiin kriteerinä. Ehtona kuitenkin on, että NuPS:n ohjaajan arvioidaan pärjäävän ikäihmisen kanssa.

Toimintaa on mainostettu paikallismediassa, mutta ei aivan lähiaikoina.

Ikääntyneet ja heidän läheisensä kertoivat, että toiminta on toteutunut kuten on suunniteltu: NuPS:n työntekijä on käynyt liikuttamassa heitä sovitusti ja mikäli joskus on jäänyt väliin, siitä on sovittu puhelimitse ajoissa. Henkilökohtaisen liikuntaohjelman olemassaolosta kaikki ikääntyneet eivät tienneet, vaikka NuPS:n työntekijän mukaan edellä mainittujen henkilöidenkin kohdalla sellainen oli ja sitä noudatettiin.

Fyysiset vaikutukset

Ikääntyneet sekä heidän omaiset ja läheiset raportoivat yhtä lukuun ottamatta liikkumisen ja kunnon parantuneen. Varsinaisesti toiminnan tavoitteena on ikääntyneillä toimintakyvyn ylläpitäminen.

”Siinä mielessä tavoitteet saavutettu että liikkuminen parantunut”.

”On [kunto] parantunut.”

”Vähän parantunu”

”Ainakin se parantunu että mä pääsen tästä ylös”

”Viimeisellä kerralla [ikääntynyt] käveli jo sauvojen kanssa.”

Poikkeuksiakin oli: *”Ei mulla, nämä samat ollu kuule, kohta monta, 4 vuotta, en pääse kävelemään ku pieniä pätkiä.”*

Lisäksi toistuvat käynnit ylläpitävät liikunnallista elämäntapaa: *”Kun kuntouttaja käy, tulee paremmin itsekkin tehtyä harjoituksia ja liikkeitä. Muuten se olisi aika olematonta, mutta nyt innostaa tekemään päivittäin.”,*

”Ja tää on paljon tää liikkuminen, vaikka mul ois aikaa täällä kotona, mut ei mun tule yksin niitä liikkeitä tehtyä. [NuPS:n työntekijän] käynnit saa tekemään liikkeitä. “

Osa ikääntyneistä oli omaksunut liikunnallisempaa elämäntapaa ainakin sinä aikana, kun on mukana toiminnassa:

”Ja tää on paljon tää liikkuminen, vaikka mul ois aikaa täällä kotona, mut ei mun tule yksin niitä liikkeitä tehtyä. [työntekijä] käynnit saa tekemään liikkeitä.”

Fysioterapeutti arvioi vaikutuksia: *”Vaikea sanoa... Olisiko sairaalajaksoja ollut enemmän, jos tätä toimintaa ei olisi. Toimintakyvyn ylläpito/säilyttäminen tärkeintä.”*

Sosiaaliset vaikutukset

Kaikki ikääntyneet kertoivat toiminnalla olevan myös sosiaalisia vaikutuksia, yksinäisillä liikuntakäynnit voivat olla viikon kohokohta, ja merkityksellinen se tuntui olevan myös pariskunnille. Käynnit luovat myös turvallisuuden tunnetta.

”Joskus tulee hyvinkin kova ikävä [edesmennyttä puolisoa]. Silloin mä aattelen et silloin tulee [NuPS:n työntekijä]. Silloin ne huolet ja ikävä haihtuvat, kun tulee [NuPS:n työntekijä].“

”Kyl mä tykkään että se piristää mielialaakin.”

”Sosiaaliset vaikutukset, puhutaan kaikenlaisia mitä sattuu olemaan mielessä. Se on niin monenlaisia, ihmiset puhuu semmosta ja semmosta.”

”Se ihan niinkun, mieltäkin virkistää. Että siitä päivä sitten lähtee luistamaan”

Läheisetkin kertoivat sosiaalisista vaikutuksista. Lisäksi toiminnalla on kerrannaisvaikutuksia:

”On paremmalla mielellä kun liikkuminen on parantunut ”

”Ainakin se on että, mieliala on nyt sitten niinku nousnut.”

Elämänlaatua vaikea arvioida, mutta mieliala ehdottomasti kohentunut. Kohtaaminen on se juttu!

Taloudelliset vaikutukset

Fysioterapeuttien mukaan toiminta on nopeuttanut vuodeosastolta siirtymistä kotiin, vähentänyt fysioterapeuttien tekemien kotikäyntien tarvetta ja parantanut ainakin osan asiakkaista toimintakykyä niin, että asiakkaat pärjäävät itsenäisesti.

”Vanhuksia on saatu nopeammin vuodeosastolta kotiin, koska kuntoutusta on pystytty jatkamaan kotioloissa [NuPS:n työntekijän] ohjauksessa. ”

”Kunnat ei palkkaa liikunnanohjaajia, vaan aina pitää olla fyssari, joka on kunnalle paljon kalliimpi. Tämän vuoksi NuPS:n toiminta edistyksestä, äärettömän tärkeää ja hyvä esimerkki kunnalle.”

”Ehdottomasti tukee, koska fysioterapeutti saa osan asiakkaista siirrettyä suoraan Otolle. Lisäresurssi. Kotikäyntejä ei enää itse tarvitse tehdä.”

”Voi riittää, että [NuPS:n työntekijä] käy 3-4 viikkoa asiakkaan luona ja toimintakyky kohenee niin, että asiakas pärjää kotona itsenäisesti.”

Voidaan todeta, että haastatellun otoksen osalta kunta on säästänyt, koska vanhukset ovat pystyneet asumaan kotona, eikä ole tarvinnut hankkia palveluasumispaikkoja. Toiminnassa on kyse kohtaamisesta, jossa tuetaan omatoimisuutta ja sitä kautta lääkäri/hoitomaksut ovat pienempiä. Toiminnan perustuminen oppisopimusmalliin mahdollistaa kustannustehokkaan toteuttamisen.

Fysioterapeutit ovat kokeneet toiminnan hyväksi jatkoksi omalle työlleen. Heidän mukaansa toiminta on vastuukysymyksiltään selkeää:

”Parempi, ettei ole useampaa useita toimijoita (turvallisuus ja selkeys)”

	Tulos on saavutettu	Tulosta ei ole saavutettu
Interventio on toteutettu oikein	1. Ohjelmateoria vahvistuu	2. Teoriavirhe
Interventiota ei ole toteutettu oikein	3. Muut syyt kuin interventio selittävät tuloksen. Ei muutosta uskossa ohjelmateoriaan.	4. Toteutusvirhe ja mahdollinen teoriavirhe.

Ikäntyneiden kotiliikunta: Tulokset saavutettu, muutosteoria toteutunut. Huomioita:

Muutosteorian toteutumiseen liittyvät motivaatiotekijät ikääntyneillä ja toiminnassa mukana olevilla fysioterapeuteilla

Osa ikääntyneistä tekee harjoitteita myös itsenäisesti NuPS:n työntekijän käyntien lisäksi, osa ei. Toisaalta työntekijän mukaan on vaikea arvioida tekevätkö ikääntyneet harjoitteita vaikka niin väittäisivätkin. Itse käynteihin ikääntyneet suhtautuivat positiivisesti ja odottivat niitä:

”Mä odotan kun otto tulee. Oton käynnit saa tekemään liikkeitä, saa tiedon.”

Maksuttomuus on yksi tekijä joka motivoi ikääntyneitä: *”tuonne jonnekin kuntoutukseen maksaa maltaita”*.

Kotikäynneillä ikääntyneet olivat motivoituneita ja heidän omaisensa suhtautuivat kannustavasti toimintaan ja siihen osallistumiseen.

Fysioterapeutti totesi motivaatiosta: *”Toiminta ainutlaatuista. Innovatiivisuus motivoi. Monitorimisuus samoin, tuo mahdollisuuksia.”*

Muutosteorian toteutumiseen liittyvät mahdolliset haasteet ikääntyneiden ja fysioterapeuttien kyvykkyyksissä

Ikääntyneet kokivat, että toimintaan osallistuminen ei vaadi paljoa:

”Ikäihmisten pitäisi yrittää, jos on mahdollisuus niin pitäisi yrittää. Pitäis keskustella vaan, että mitä on. Tuosta sitten kävelemään ulos ja sit sisälle, tulee vähän lenkkiä”

Fysioterapeutti:

”Ei vaadi muuta kuin hiukan aikaa. Kaikki tottuneet ohjaamaan opiskelijoitakin. Aikataulutus suurin ongelma. [fysioterapeutilla] ei kliinistä työtä, joten [fysioterapeutin] helpompi lähteä käynneille. Ohjaaminen [NuPS:n työntekijän] perustyötä.”

Ikääntyneiden, työntekijän ja omaisten näkemyksiä mahdollisuuksista osallistua toimintaan suunnitellulla tavalla

Toimintaan mukaan valikoituneet henkilöt ovat hyvin päässeet osallistumaan toimintaan.

”Rouvan kanssa tehhään, päivisin tehhään”

”En pysty menemään tuonne muualle.”

Kysyttäessä toimintaan osallistumisen vaatimuksista ikääntyneet ja heidän omaisensa kokivat kynnyksen olevan matala:

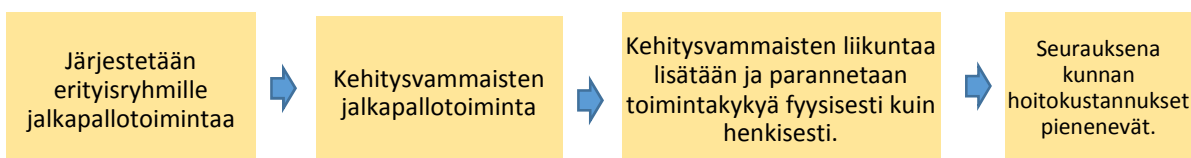
”Kyllä voi olla kuka tahansa [NuPS:n työntekijän] asiakkaana”

NuPS:n työntekijä:

”pienikin motivaatio, ihan vuodepotilas ei käy, että vähän pystyy liikkumaan, jos pystyy asumaan kotona niin pystyn ottamaan”

6.2 Kehitysvammaisten jalkapallotoiminta

Toiminnan muutosteoria:



Käytännön toteutuminen:

Erityisryhmä NuPS Brazil kokoontuu kerran viikossa harjoituksiin ja osallistuu SM-sarjaan. Pelaajia joukkueeseen tulee koko ajan lisää. Arvioitsijat seurasivat yhdet harjoitukset ja toteuttivat niiden yhteydessä ryhmähaastattelun Brazil-joukkueen pelaajille harjoitusten päätteeksi. Paikalla oli 12 pelaajaa iältään 14-44 vuotiaita. Lisäksi haastateltiin kaksi haastateltavaksi suostunutta pelaajien vanhempaa ja paikalla olleet kaksi ohjaajaa/valmentajaa sekä joukkueenjohtaja. Osa pelaajista oli ollut mukana toiminnassa sen alusta saakka (vuodesta 2007), osa 1-4 vuotta.

Fyysiset vaikutukset

Kaikki pelaajat kokivat harjoittelun tarjoavan riittävästi haasteita. Pienimmille on tarjolla monipuolisesti motorisia taitoja kehittävää liikuntaa. Vanhemmat ja/tai kykenevämmät pelaajat keskittyvät enemmän pallopeleihin, kuten sählyyn ja jalkapalloon.

Muutaman pelaajan mielestä Brazil-joukkueessa pelaaminen on parantanut toimintakykyä siten, että liikunnan harrastaminen on muutenkin helpompaa.

"Mä oon kehittynyt tässä, musta on tullut tosi hyvä jalkapallossa. Mä kotonakin treenaan sitä...potkin kaukaa maaliin."

"On helpompi liikkua muutenkin. Eilenkin kävin hiihtolenkillä tossa."

Vanhempi: *"Neurologinen kehityshäiriö... vaikeeta se liikkuminen. Se jalkapallo auttaa kuitenkin sit siinä liikkumisessa."*

Myös ohjaajat korostivat pelaajien olevan motivoituneita, mikä johtanut hyviin tuloksiin fyysisen kehittymisen kannalta.

Ohjaajat arvioivat joukkueen mukana harjoittelun vaikuttaneen liikunnallisen elämäntavan omaksumiseen. Haastatellut kaksi vanhempaa sen sijaan kokivat, ettei toimintaan osallistuminen ole juurikaan vaikuttanut liikunnan harrastamiseen muutoin. Kaikille harjoittelu ei vanhempien mukaan myöskään tarjoa riittävästi fyysisiä haasteita. Pääsääntöisesti tähän vaikutti se, että ohjaajien aikaa menee paljon enemmän tukea tarvitsevien ohjaamiseen.

Sosiaaliset vaikutukset

Pelaajat pitivät toiminnasta erityisesti "hyvä meiningin" ja hyvän yhteishengen vuoksi. Kavereiden tapaaminen mainittiin yhdeksi hyväksi puoleksi. Kaverit ja hauskanpito olivatkin osallistumisen pääasiallinen syy ja ryhmähaastattelussa pelaajat kertoivat sen innostavan pelaajia tulemaan aina uudestaan. Ohjaajien mukaan poissaoloja ei juuri ole.

Toiminnalla on ollut sosiaalisia taitoja kehittäviä vaikutuksia; pelaajat kokivat, että myös muiden ihmisten kohtaaminen on helpottunut toiminnan myötä. Osa pelaajista käy muissakin harrastuksissa joukkueesta saatujen kavereiden kanssa. Pelaamisen uskottiin siis vaikuttaneet sosiaalisiin suhteisiin myös harjoitusten ulkopuolella.

"Kyl mä koen että tää on aika semmosta että lisää niitä taitoja ja saa uusia ystäviä ja pakotetaan vähän niinku kommunikoimaan, et olkaa te nyt pari ja lisätään niinku sitä."

Vanhemmat korostivat erityisryhmän merkitystä lapsen itsetunnon vahvistamisen kannalta. Harjoituksissa käyminen tuo myös viikkorytmiä. Ryhmään kuulumista ja sosiaalista kohtaamista pidettiin tärkeinä.

"Tää on nimenomaan sosiaalinen juttu, kun on noi kaverit tuolla --- Melkein ressaat sitä, et jossei hän pääsis tänne"

"Tärkeetä, että kuuluu ryhmään. Teki ne sitten tuolla tunnilla sit mitä tahansa. Mut se on niin ku oma juttunsa."

NuPS:n toiminnassa mukana olemisen uskottiin hälventävän yleisesti erityisryhmiin liittyviä ennakkoluuloja. Lisäksi toiminnan koettiin opettavan sääntöjen noudattamista.

"Hienoa, et on erityislapsillekin näit omia ryhmiä. Iso juttu. Ei kaikissa kunnissa tällästä oo. Ja NuPS on kuitenkin pieni seura."

"Jos he menis tavalliseen ryhmään, niin huomais itsekkin sen eron... Se veis sitten sitä itsetuntoa."

Taloudelliset vaikutukset

NuPS mainostaa toimintaa jonkin verran ja sitä kautta tulee pelaajia lisää. Esimerkiksi molemmat haastatelluista vanhemmista muistelivat lukeneensa Brazil-joukkueen toiminnasta paikallislehdessä ja sitä kautta saaneet tietoa toiminnasta. Erityisryhmiin panostaminen on kunnalle myös imagokysymys.

Yhden haastatellun valmentajan mukaan pelaajia otetaan enemmän, kuin pystytään valmentamaan. Resurssien niukkuus näkyy valmentamisessa.

"Neljällä pärjäis hyvin, mutta yksinkin menee kun pakko."

Valmentajat arvioivat yhteiskunnallista vaikuttavuutta:

"...jotenkin että kehitysvammaisetkin pääsee mukaan tämmöiseen. Ja fyysisen aktiivisuuden ylläpitäminen. Vähemmän ehkä sitten rasite yhteiskunnalle, aste asteelta. Kun itsenäistyy ja oppii niitä taitoja: kun me harjoitellaan paljon muutakin kuin potkimista."

Taloudellista hyötyä valmentajat ja joukkueenjohto eivät lähteneet arvioimaan:

"Ollaan mainos, Vihdin kunnalle. ja tää on iso isojoukkue. parhaimmillaan 52."

"Kunnalle jos ei muuta niin positiivinen kuva. PR. Lehdissä ja muualla välillä ollu tästä toiminnasta."

	Tulos on saavutettu	Tulosta ei ole saavutetu
Interventio on toteutettu oikein	1. Ohjelmateoria vahvistuu	2. Teoriavirhe
Interventiota ei ole toteutettu oikein	3. Muut syyt kuin interventio selittävät tuloksen. Ei muutosta uskossa ohjelmateoriaan.	4. Toteutusvirhe ja mahdollinen teoriavirhe.

Kehitysvammaisten jalkapallotoiminta: Tulokset saavutettu, muutosteoria toteutunut. Huomioita:

Muutosteoriaan liittyvät *motivaatiotekijät* pelaajilla pelaajien oman arvion ja valmentajien mukaan

Pelaajat pitävät jalkapallon harrastamisesta sekä siitä, että siellä tapaa kavereita. Pelaajille tärkeää on ennen kaikkea se, että pelaaminen on sosiaalinen tapahtuma ja he kokevat ryhmään kuulumisen tunnetta.

"Esim yks [...], hän on ilmaissut vanhemmilleen että pitää [toiminnasta]. Petaa sänkyensä päästäkseen tänne."

Vanhempien mukaan Vihdissä arvostetaan tällaista toimintaa. Muualla ei ole vastaavaa, perusliikuntaa tarjoavaa toimintaa tarjolla. Valmentajien mukaan toiminta on suosittua, kyselyitä tulee paljon. Myös harjoitusaktiivisuus on korkealla ja joukkueet menestyneet turnauksissa. Valmentajat kertoivat toiminnassa mukana olemisen vaikuttavan heidän mielialaansa positiivisesti. Vanhempien oma aktiivisuus ja motivaatio vaihtelee.

Muutosteoriaan toteutumisen liittyvät mahdolliset haasteet pelaajien ja valmentajien *kyvykkyyksissä* pelaajien oman arvion ja valmentajien mukaan

Toiminnassa mukana oleminen opettaa sosiaalisia taitoja ja mm. sääntöjen noudattamista. Valmentajan mukaan pelaajien kohdalla ymmärrys pelistä on kehittynyt huomattavasti alkuajoista. Harjoitukseen osallistumisella näyttää olevan myös positiivisia vaikutuksia pelaajien mielialaan.

Erytisryhmälle tarkoitettu toiminta tukee itsetunnon kehittymistä onnistumisen kokemusten kautta. Pelaajat on jaettu kahteen tasoryhmään ja harjoitukset ovat juuri sopivan haastavia, mutta valmentamiseen kaivataan jämäkkyyttä. Eryteisesti pienemmille kaivattiin enemmän auktoriteettia. Osalla pelaajista on sen verran paljon haasteita liikkumisessa, että valmentajilta menee suuri osa ajasta heidän ohjaamiseen. Parempikuntoiset eivät siten välttämättä saa vanhempien mielestä riittävästi haasteita.

Valmentajilla on mahdollisuus kouluttautua lisää omien toiveidensa mukaisesti. Tällä hetkellä siihen ei kuitenkaan nähty tarvetta:

"Mä oon opiskellut liikuntaneuvojaks ja joukkuepelitausta, ja Nups on tarjonnut."

"Meillä on...tämmönen suullinen sopimus, että kun löytyy koulutus mihin haluaa mennä niin aika pitkälti voi mennä."

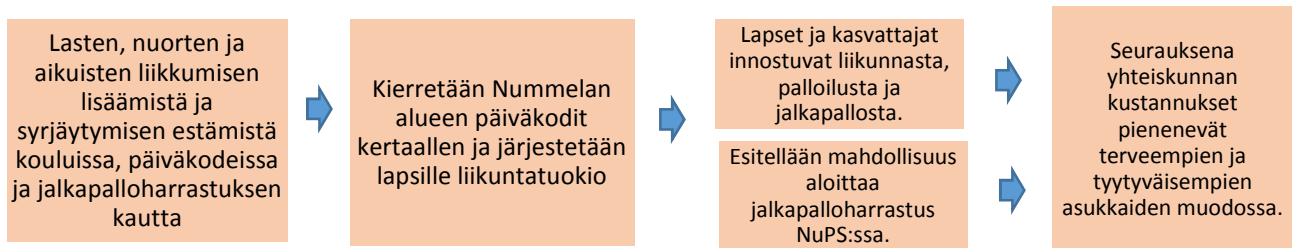
Pelaajien ja valmentajien kokemuksia *mahdollisuuksista* osallistua toimintaan suunnitellulla tavalla

Joillain pelaajilla toiminta on parantanut toimintakykyä siten, että liikunnan harrastaminen on muutenkin helpompaa. Harjoitukset järjestetään sunnuntaisin, mikä parantaa osallistumisprosenttia mutta tuo myös viikkorytmiä. Valmentajilla on omien sanojensa mukaan mahdollisuus osallistua joka kerta, ja kaksi tuuraajaa auttavat tarvittaessa. Harjoituksissa pyritään mahdollistamaan vapaa liikkuminen, eikä käytetä niinkään kieltoja ja rajoituksia.

Joka toinen keskiviikko alueella olisi seurakunnan järjestämänä kehitysvammaisten liikuntaa. Sunnuntaiset harjoitukset NuPS:n järjestämänä sopivat kuitenkin monelle paremmin, koska vanhempien on silloin helpompi toimia kuljettajina.

6.3 Päiväkotiliikunta

Toiminnan muutosteoria:



Käytännön toteutuminen:

NuPS:n päiväkodeissa järjestämät liikuntatuokiot ovat olleet tauolla, ja alkoivat vuonna 2017 uudelleen. Tässä arvioinnissa toteutetun tiedonkeruun aikana (pääasiassa helmikuu 2017) toiminta oli vasta aluillaan. Tästä huolimatta päiväkotilasten vanhemmille toteutettuun kyselyyn vastanneet arvioivat toiminnalla olevan positiivisia seurauksia.

Kyselyyn vastanneista vanhemmista yhtä lukuun ottamatta kaikki olivat tietoisia siitä, että NuPS käy liikuttamassa päiväkodissa, jossa lapsensa on. NuPSin eri toiminnoista ikääntyneiden kotiliikunta oli tuntemattomin, vain yksi oli kuullut sellaisesta. Neljä kymmenestä kyselyyn vastanneesta oli nähnyt juttua NuPS:n yhteiskunnallisesta toiminnasta, Vihdin uutisissa.

NuPS:n päätavoitetta eri-ikäisten kuntalaisten toimintakyvyn parantamisesta ja liikunnallisen elämäntavan omaksumisesta pidettiin tärkeänä, ja enimmäkseen realistisenakin.

Alustava näkemys vaikutuksista

Huomionarvoista on, että vaikka päiväkotilasten vanhemmat eivät oletettavasti tiedä tarkalleen sitä, millaista NuPS:n päiväkodeissa järjestämä liikunta on ollut ja miten heidän lapsensa on siihen osallistunut, tästä huolimatta 8 vastaajaa 9:stä oli samaa mieltä väitteen ”*Lapseni on innostunut liikunnasta aiempaa enemmän NuPS:n päiväkotiliikunnan vuoksi*” (2 täysin samaa mieltä, 6 jonkin verran samaa mieltä). Vaikka päiväkotiliikunta on toistaiseksi ollut kertaluontoista ja lyhytkestoista, tästä huolimatta kaikki vastanneet vanhemmat olivat jossain määrin samaa mieltä väittämän: ”*NuPS:n toiminnalla on myönteisiä vaikutuksia lasten ja nuorten liikkumiseen arjessa.*” (6 täysin samaa mieltä, 3 jonkin verran samaa mieltä).

Avovastauksissa vanhemmat korostivat lasten innostusta ja toiminnan tärkeyttä:

”Päiväkotitapahtuman jälkeen lapsemme oli innostunut asiasta, ja haluaisi toimintaan mukaan.”

”Lapsi tykkäsi kovasti tuokiosta. Toivoisi lisää”

”Todella hyvä, että järjestävät - pidän sitä tärkeänä!”

”Erittäin tärkeää!”

Kaikki vastaajat suhtautuivat myönteisesti NuPS:n ajatuksen suhteen kiertää kaikki Nummela-Vihti -alueen päiväkodit.

Päiväkotiliikuntaa toteuttavan NuPS:n työntekijällä kokemusta lapsien kanssa työskentelystä jo vuosien ajalta, ja hän kertookin osaavansa ”lukea paremmin” tilanteita nimenomaan lasten kanssa työskennellessä (sama työntekijä toteuttaa ikääntyneiden kotiliikuntaa). Toiminnan tavoitteesta puhuttaessa työntekijä suhtautuu vaikutuksiin realistisesti: ”*jos sais edes 1 kymmenestä innostumaan liikunnasta niin se olisi hyvä*”. Vaikutusten aikaansaamiseksi hän tarvitsisi oman kokemuksensa mukaan lähinnä enemmän aikaa ja toistoa.

Lasten kanssa työskennellessä tavoite liikunnallisen elämäntavan omaksumisesta on relevantti ja NuPS:n työntekijä näkeekin asian hyödyt myös pitkällä tähtäimellä: *”jos sieltä saa terveellisesti eläviä lapsia, tai urheilullisesti eläviä lapsia. Ettei oo diabetesta 25:sena.”* Ajan puutteen lisäksi työntekijä mainitsee erikseen kysyttäessä yhdeksi puutteeksi talvella osassa päiväkoteja vähän haastavat tilat. Osassa päiväkoteja ei ole saleja ollenkaan.

Haasteena työntekijä mainitsee sen, että toistaiseksi toimintaa on toteutettu kertaluontoisena projektina. Tavoite kaikkien alueen päiväkotien kiertämisestä on sinällään hyvä, mutta aiheuttaa sen, että toistoa ei saada tarpeeksi. Vanhempien kyselyvastauksista käy kuitenkin ilmi, että jo tällaisella pienimuotoisemmalla toiminnalla vaikuttaisi olevan NuPS:n päätavoitteen suuntaisia myönteisiä seuraamuksia. Täytyy tosin huomioida, että kyselyyn vastaajien joukko on pienehkö, ja voi olla että kriittisemmät vanhemmat eivät ole vastanneet kyselyyn lainkaan.

NuPS on kuitenkin vastannut edellä mainittuun toiston puutteeseen liittyvään haasteeseen kouluttamalla ohjaajia ja järjestämällä em. toiminnasta erillisen päiväkotifudispäivän.

	Tulos on saavutettu	Tulosta ei ole saavutettu
Interventio on toteutettu oikein	1. Ohjelmateoria vahvistuu	2. Teoriavirhe
Interventiota ei ole toteutettu oikein	3. Muut syyt kuin interventio selittävät tuloksen. Ei muutosta uskossa ohjelmateoriaan.	4. Toteutusvirhe ja mahdollinen teoriavirhe.

Päiväkotiliikunta: Interventio toteutettu oikein, joskin alkutekijöissään. Alustavia lupaavia tuloksiakin saavutettu.

Motivaatio / kyvykkyydet / mahdollisuudet –näkökulma päiväkotiliikunnan alustavaan tarkasteluun liittyen:

Toimintaa toteuttava NuPS:n työntekijä on hyvin motivoitunut, ja erikoistumassa nimenomaan lasten ja nuorten kanssa työskentelyyn sekä työskennellyt heidän kanssaan ennenkin. Päiväkotilasten vanhempien mukaan lapset ovat pitäneet toiminnasta. NuPS:n työntekijä on työskennellyt vuosia lasten kanssa. Lapset osallistuvat toimintaan kykyjensä mukaan, aivan kaikki eivät osallistu toimintaan. Joissain päiväkodeissa on haasteita tilojen suhteen. NuPS:n työntekijän mukaan toistoa tarvittaisiin enemmän, jotta toiminnalla olisi enemmän vaikutuksia.

Yhteistyökumppaneista

Tätä arviointia varten tavoittelimme viittä Nummelan palloseuran yhteistyökumppania. Tavoitimme kuitenkin vain yhden yksityisen sektorin toimijan. Yhteistyökumppani liikuttaa NuPS:n eri ryhmiä pääasiassa fysiikkavalmennukseen liittyen. Lisäksi yhteistyössä on mietitty eri ikäryhmille soveltuvia testejä sekä pidetty ravitsemusluentoja.

Yhteistyökumppani arvioi NuPS:n toimintaa kokonaisuudessaan:

”Mielekästä toimintaa. Tuo aidosti hyvää mieltä, mutta myös ekonominen puoli täytyy muistaa. Jos saisi omat pois, niin voisi olla enemmänkin mukana.”

Haastattelun mukaan NuPS liikuttaa vihtiläisiä monipuolisesti ja urheiluseuraksi heidän tavoittamansa massa on suuri. Haastateltu tunsu hyvin seuran järjestämän toiminnan.

“Itse monessa mukana olleena nostan hattua, että NuPS on onnistunut näin hyvin. Poikkeuksellisen hyvin. Henkilökohtaisesti vanhuksat ja erityisryhmät....kuntien pitäisi panostaa näihin. Se, että urheiluseura on ottanut tässä roolia, on upee juttu”

Ajatuksia uusista yhteistyökumppaneista Nummelan Palloseuralle löytyi. Esimerkkinä kotisiivoojia käyttävät eläkeläiset voisivat olla potentiaalinen kohderyhmä kotiliikuttamisen näkökulmasta. Kohderyhmä olisi mahdollista tavoittaa siivouspalveluja tarjoavien toimijoiden kautta.

Silloin, kun yhteistyökumppani on mukana toteuttamassa varsinaista toimintaa, olisi hyvä, että toimija olisi liikunnan ammattilainen. Erityisesti silloin, kun kohderyhmällä on liikkumiseen vaikuttavia rajoitteita. Lisäksi toiminnassa tulee olla mukana oikealla asenteella.

“Pitäisi omata ajatus arvolähtöisyydestä, koska voittoa tällaisesta toiminnasta ei saa.”

Haastattelun näkemyksen mukaan Nummelan Palloseuran yhteiskunnallista toimintaa koskevat menetelmät ja keinot ovat ajantasaisia ja urheiluseuraksi toiminta jopa poikkeuksellisen edistyskellistä. Seurassa on hyödynnetty monenlaisia väyliä, vaikka seura on pieni ja toiminta pyörii pääasiassa vapaaehtoisten voimin. Haastateltu omakohtainen toive on, että jatkossa seuratoiminnan painopiste olisi enemmän erityisryhmissä ja vanhuksissa.

7. Nummelan Palloseuran yhteiskunnallinen toiminta tällä hetkellä, jatkossa ja kehittämisehdotukset

Arvioinnin kohteena oli Nummelan Palloseuran yhteiskunnallinen toiminta. Arvioinnissa tarkasteltiin NuPS:n yhteiskunnallisen toiminnan mekanismeja, sekä yhteiskunnallista vaikuttavuutta. Seuraavassa käydään läpi toimintaa tällä hetkellä sekä NuPS:n toiveiden mukaisesti myös kehittämisuosituksia ikääntyneiden kotiliikunnan, kehitysvammaisten jalkapallotoiminnan sekä päiväkotiliikunnan osalta. Tämän jälkeen esitetään arvio ja kehittämisuositukset NuPS:n yhteiskunnallisen toiminnan ja siihen liittyvän seurannan osalta kokonaisuudessaan.

7.1 Ikääntyneiden kotiliikunta

Tällä hetkellä

Ikääntyneiden kotiliikuntaan osallistuu noin 30 henkilöä vuodessa, joista osa on mukana hetken aikaa ja osa pidempiaikaisesti. NuPS:n ohjaaja käy liikuttamassa mukana olevia noin kerran viikossa. Tällä hetkellä ohjaajia on yksi ja hän työskentelee oppisopimuksella noin 20 tuntia viikossa ikääntyneiden liikunnan parissa. Toiminnassa mukana olevien tarpeet vaihtelevat paljon, osalla korostuu yksinäisyys ja seuran kaipuu, osalla on tarvetta säännöllisen liikkumisen tuelle ja motivoinnille. Iäkkäät, heidän omaisensa ja kuntayhtymän fysioterapeutit kokevat kaikki toiminnan tarpeelliseksi ja ovat tyytyväisiä siihen, miten sitä tällä hetkellä toteutetaan. Toiminnan tavoite, ikääntyneiden toimintakyvyn vahvistaminen ja yksinäisyyden vähentäminen, on yhteiskunnallisesti merkittävä ja vastaa olemassa olevaan tutkimuksissakin osoitettuun tarpeeseen.

Toiminta lisää ikääntyneiden mukaan liikkumista arjessa, tuo piristystä ja iloa arkeen sekä kodin ulkopuolisen sosiaalisen kontaktin. Useampi ikääntyneistä ja heidän omaisistaan kertoi kunnan jopa parantuneen toiminnan myötä. Fysioterapeuttien mukaan toiminta myös vähentää yksinäisyyttä ja edistää fyysistä

toimintakykyä. Toiminnalla on lisäksi positiivisia vaikutuksia mielialaan.

Toiminnan vaikutuksia ovat lisäksi turvallisuuden tunne ja osallisuuden kokemus. Säännöllinen ja turvallinen sosiaalinen kontakti on aiempien tutkimusten mukaan vähentänyt koettua avuntarvetta. Samoin aktiivinen työ liikunnallisen arjen ylläpitämiseksi on ainakin käyntien ja osan kohdalla myös muun arjen osalta lisännyt liikkumista ja siten todennäköisesti vähintään ylläpitänyt toimintakykyä. Haastatellun fysioterapeutin mukaan kunta on säästänyt, koska vanhukset ovat pystyneet asumaan kotona, eikä palveluasumispaikkoja ole tarvinnut hankkia. Toinen haastatelluista fysioterapeuteista totesi, että NuPS:n toiminnan ansiosta vuodeosastoilta on voitu siirtyä nopeammin kotiin ja kotikäyntien tarve on vähentynyt.

Jatkossa

Tämän arvioinnin perusteella voidaan olettaa, että NuPS:n toiminnalla on positiivinen vaikutus ikääntyneiden toimintakykyyn ja se on vähentänyt yksinäisyyttä. Lisäksi NuPS:n toiminta on ainakin osin nopeuttanut kotiin pääsemistä, pidentänyt kotona asumista ja vähentänyt kotikäyntien tarvetta. Yksinäisyyden vähenemisen ja turvallisuuden tunteen vahvistumisella voidaan aiempien tutkimusten perusteella olettaa olevan epäsuora vaikutus kotona-asumisen pidentymiseen.

Toiminnan vahvuutena on tiivis ja innovatiivinen yhteistyö kuntayhtymän ja NuPS:n välillä, mikä mahdollistaa kohderyhmän löytymisen ja oikea-aikaisen avunsaannin. NuPS on tunnistanut olemassa olevan asiakastarpeen, huonokuntoiset kotona-asuvat iäkkäät, joilla voi olla myös yksinäisyyttä ja turvattomuutta, ja vastannut siihen. Huolimatta toiminnan yhteiskunnallisesti merkittävistä tuloksista, ei toiminnalle ole löytynyt pysyvää rahoituslähdettä.

Kehittämisehdotukset

Rahoitus

Haasteena toiminnalle on kuitenkin pienet resurssit, eikä rahoitus jatkossa ole turvattu. Oppisopimusmallin ja yhteistyön kuntayhtymän kanssa ansiosta toiminta on kuitenkin ollut kattavaa. Tuovi Siiri Hännisen säätiö on tukenut toimintaa vuosittain 30 000 €:lla ja kolmen vuoden aikana on otettu yhteyttä 83 asiakkaaseen. Kerralla mukana on 20 asiakasta. Haastatteluissa tuli esille, että toiminnassa turvallisuuden ja luottamuksen kannalta on tärkeää, ettei eri toimijoita ole montaa. Tämän vuoksi olisi tärkeää, että NuPS olisi jatkossakin toiminnan toteuttaja.

- Jatkorahoituksen saamiseksi NuPS:n toimijoiden tulisi kartoittaa eri rahoituslähteitä (KKI; STEA; kuntayhtymä) ja esitellä näille tahoille toimintaansa
- NuPS:n kotiliikuttamisesta on viestitty jonkin verran alueellisesti, mutta ei juuri valtakunnallisesti. Toiminnan tunnetuksi tekeminen voisi edesauttaa hyötyjen tunnistamista ja jatkorahoituksen saamista. NuPS:n kannattaisi tehdä aktiivista viestintätöitä, jossa he voisivat tuoda esille kotiliikuttamismallin erityisiä ja laatua vahvistavia tekijöitä: innovatiivista yhteistyömallia kunnan kanssa, mikä vahvistaa toimivan palveluohjauksen; oppisopimusmallin hyödyntämistä kustannusten hillitsemisessä, sekä NuPS:n muuta yhteiskunnallista tekemistä, minkä ansiosta NuPS on urheiluseuran lisäksi aktiivinen paikallistoimija kuntalaisten hyvinvoinnin edistäjänä.

Osaamisen tunnistaminen

Mikäli toimintaa voitaisiin kasvattaa, mikä olisi tämän arvioinnin pohjalta suotavaa, tulisi kiinnittää huomiota toiminnan henkilösidonaisuuteen. Tällä hetkellä toimintaa hoitaa NuPS:n puolelta yksi henkilö, mikä on jatkossa riski toiminnan jatkuvuudelle. Aiemmin samaa työtä on tehnyt yksi toinen henkilö, joka on läheinen nykyisen toteuttajan kanssa. Siksi olisi tärkeää tunnistaa oleelliset yhteistyökumppanit ja toiminnan kannalta

toteuttajaan liittyvät tärkeät ominaisuudet.

- Ikääntyneiden haastatteluissa kävi ilmi, että he arvostivat ohjaajassa tämän luotettavuutta. Asiakkaat odottivat ohjaajaa ja heille oli tärkeää, että ohjaaja ilmoittaa aina, mikäli käyntikerta peruuntuu tai hän myöhästyy. Lisäksi tuotiin esille ohjaajan sosiaaliset taidot, minkä ansiosta hänestä pidettiin selvästi. Ohjaaja itse nosti esiin empatian merkityksen ko. työtä tehtäessä.
- Fysioterapeuttien haastattelussa nousi esille, että oli tärkeää että ohjaaja ei ottanut asiakkaiden kanssa riskejä. Jos hän ei ollut varma, ei hän tehnyt rankkoja liikkeitä sairaiden asiakkaiden kanssa.
- Fysioterapeuttien arvioiden mukaan tämän tyyppisen toiminnan suunnittelu ja toteutus voi kärsiä maailmalla vallitsevasta liiallisesta professionaalista suhtautumisesta; liikuntaohjaajan tausta riitti työhön heidän mielestään mainiosti. Kotiliikuttamisohjelman tekemisessä fysioterapeutit olivat mukana.
- Asiakas- ja kumppanitietokannan tekeminen ja ylläpitäminen, perehdytysaineiston valmistelu ja ohjaajan tärkeimpien taitojen tunnistaminen ja kirjaaminen voisivat edesauttaa tiedonsiirtymistä sellaisissa tapauksissa, että ohjaajaa joudutaan vaihtamaan tai hän saa työkaverin.

Toiminnan levittäminen

Jatkossa tarve ikääntyneiden kotiliikunnalle todennäköisesti kasvaa. Fysioterapeuttien käytettävissä oleva aika on rajallinen ja toiminnan laajentuessa olisi syytä tunnistaa kriittiset yhteistyön paikat, jottei fysioterapeuttien työ kuormitu liikaa.

- Oppisopimusmalli mahdollistaa nuoren ja aiemmin vähän koulutetun henkilön palkkaamisen tehtävään. Tämä on suositeltava tapa, sillä malli on kustannustehokas ja sosiaaliset taidot ovat työn onnistumisen kannalta keskeisempiä kuin suoritettu tutkinto.
- Toiminta vaatii fysioterapeuteilta ajankäyttöä. Mikäli toimintaa haluttaisiin laajentaa, tulisi harkita vielä tarkemmin, missä kohdin fysioterapeutit ovat mukana ja missä kohdin NuPS:n edustajat voisivat pärjätä ilman heidän tukeaan. Esimerkiksi jos toiminnalle saataisiin kattava ja pitkäkestoinen rahoitus, voisi NuPS harkita yhden fysioterapeutin tai muun ammattilaisen palkkaamista oppisopimuksella työskentelevien tueksi erityisesti sellaisissa tapauksissa, joissa kotiohjelmaa pitäisi hieman muokata. Toisaalta kunnan fysioterapeuteilla voi olla enemmän tietopohjaa ikääntyneiden rajoituksista ja taustoista.
- Toimintatapa on innovatiivinen ja siitä tulisi viestiä laajemmin. Näin voitaisiin olettaa ja toivoa, että muissakin kunnissa syntyisi vastaavia toimintamalleja.
- Fysioterapeutit nostivat esille toiminnan kohdistamisen myös työikäisille. Lisäresursseja saataessa tämä voisi olla yksi tapa hyödyntää hyväksi todettua toimintamallia myös muiden kuin eläkeikäisten keskuudessa.

7.2 Kehitysvammaisten jalkapallotoiminta

Tällä hetkellä

Kehitysvammaisten jalkapallo ei ole kovin yleistä toimintaa, muttei aivan uniikkiakaan. Brazil-joukkueen pelaajat pelaavat valtakunnallisia sarjoja ja turnauksia. Erityisryhmälle tarkoitettussa toiminnassa tärkeimmäksi nousi sosiaalinen kohtaaminen. Toiminnan koettiin tukevan onnistumisen kokemusten kautta itsetunnon kehittymistä pelaajien saadessa harjoitella vertaistensa kanssa. Tilat koettiin talviharjoittelulle liian pieneksi. Näihin on NuPS:n kuitenkin vaikea vaikuttaa kunnan tarjonnan ollessa rajallista.

Kehitysvammaisten jalkapallotoimintaan osallistuneiden mukaan pelaaminen on parantanut osalla

toimintakykyä siten, että liikunnan harrastaminen on muutenkin helpompaa. Sosiaaliset vaikutukset ovat kuitenkin keskeisimpiä; sosiaalinen kohtaaminen, hyvä ryhmähenki ja ryhmään kuuluminen on tärkeää. Pelaajille itselleen toiminta on merkityksellistä ja motivaatiota riittää. Myös ohjaajat/valmentajat kokivat saavansa toiminnasta hyvää mieltä.

Jatkossa

Tarve tämän kaltaiselle toiminnalle jo pelkästään Vihti-Nummela -alueella on suuri. Pelaajia olisi tulossa toimintaan enemmän, kuin on ohjaajia tai valmentajia vetämään toimintaa. Toimintakyvyiltään parempikuntoisille pelaajille tulisi pystyä tarjoamaan riittävän haastavia harjoitteita. Valmentajien motivaation säilyttämiseksi on turvattava se, ettei kukaan joudu ohjaamaan yksin.

Vanhemmille sunnuntaiset kuljettamiset saattaa käydä raskaaksi, sillä odottavan aika on pitkä. Jatkossa olisi hyvä pohtia, millä turvataan pelaajien mahdollisuus osallistua toimintaan vanhempien jaksaminen huomioiden.

Ennakkoluulojen hälventämisen ja sosiaalisen vahvistamisen näkökulmasta olisi tärkeää, että toiminnasta kerrotaan säännöllisesti paikallislehdissä ym. tiedotusvälineissä korostamalla toiminnassa selvästi näkyvää "hyvää meininkiä" ja yhteishenkeä. Tällä voisi olla positiivisia vaikutuksia kunnan imagon näkökulmasta. Se taas voisi houkutella uusia yhteistyökumppaneita ja rahoittajia. Tuomalla toimintaa näkyvämmäksi, pystyttäisiin vaikuttamaan kuntapäittäjiin, jolla taas voisi olla vaikutusta harjoitusolosuhteiden paranemiseen.

Kehittämissuhteet

- Valmentajien motivaatio ja toiminnan tuoma hyvä mieli turvattava. Jotta nykyisilläänkin pelaajamäärillä pystytään tarjoamaan laadukasta toimintaa, tulee valmennukseen panostaa hyödyntämällä harjoituksissa esimerkiksi avustavia ohjaajia.
- Ohjaajien etsiminen yhteistyökumppaneiden kautta.
- Yhteiskuljetuksia organisoidusti/koordinoidusti. Tällä varmistettaisiin, ettei pelaajan osallistuminen jää kiinni vanhempien jaksamisesta. Moni vanhempi saattaisi mielellään maksaakin tästä.
- Säännöllinen kirjoittaminen ja tiedotus toiminnasta paikallislehdissä.

7.3 Päiväkotiliikunta

Tällä hetkellä

Toiminta on uudelleenkäynnistynyt hiljattain. Tästä huolimatta toiminta on kyselyyn vastanneiden vanhempien mukaan tunnettua vanhempien keskuudessa. Lähes kaikki kyselyyn vastanneista vanhemmista kertoivat toiminnalla olleen heidän mukaansa jo suoria vaikutuksia: lapset ovat innostuneet liikunnasta NuPS:n toiminnan seurauksena.

Arviointiaineiston mukaan tavoitteen rajausta (kierretään kaikki alueen päiväkodit) on onnistunut. Toimintaa pidettiin tärkeänä vanhempien keskuudessa.

Nummelan Palloseuran yhteiskunnallisen toiminnan tavoite liikunnallisen elämäntavan omaksumisesta on haasteellinen eri kohderyhmissä, mutta potentiaalisesti siihen pystytään eniten vaikuttamaan lasten kohdalla. Tavoitteen toteutumista edesauttaa se, että tällä hetkellä toimintaa toteuttava työntekijä on kiinnostunut ja erikoistunut työskentelemään nimenomaan lasten ja nuorten parissa.

Jatkossa

Toiminta jatkuu keväällä 2017 ja tavoitteena on kiertää alueen päiväkodit. Toiminnan toteuttajan mukaan tiloissa on haasteita joissain päiväkodeissa. Lisäksi toistoa kaivattaisiin, jotta toiminta olisi vaikuttavampaa. Lisäkäyntejä on toivottu myös vanhempien puolelta.

Kehittämissuhteet

- Tavoite kiertää kaikki alueen päiväkodit kertaalleen ei vaikuta arvioinnin tiedonkeruun perusteella olevan epärealistinen, edes saavutettujen mahdollisten vaikutusten näkökulmasta.
- Tulevaisuus ja -validointityöpajassa keskusteltiin päiväkotiliikunnan tavoitteen ja resurssien rajaamisesta, erityisesti suhteessa tavoitteena olleeseen uuden Ice Hearts -toiminnan käynnistämiseen. Kohderyhmä ja rahoituspohja niissä ovat kuitenkin erit, joten mikäli kokonaistoiminnan kannalta ei tule liikaa hajaantumista, mikään ei estä lähtemästä mukaan kumpaankin.
- Kunnan päiväkotien resurssit ovat niukat, joten ulkopuolisten toimijoiden, erityisesti liikunnalliseen elämäntapaan kannustava toimintamuoto on jo lähtökohtaisesti kannatettava. Alustavien arvioinnin tuloksien mukaan toiminta on todella poikennut päiväkodin muusta toiminnasta positiivisella tavalla ja pienen otoksen perusteella sekä lapset että vanhemmat toivovat sen jatkuvan.
- Mikäli mahdollista, olisi vaikutusten kasvattamiseksi suotavaa käydä samoissa päiväkodeissa uudelleenkin. Myös lasten kohdalla NuPS:n toiminnalla vaikuttaa olevan sekä fyysisiä että henkisiä positiivisia vaikutuksia.

7.4 Yhteiskunnallisen toiminnan seuranta ja mittarit

Tässä arvioinnissa on keskitytty vaikuttavuuden arviointiin muutosteorioita tutkimalla. Arviointi on osa Hyvän Mitta -hankekokonaisuutta, jossa hahmotellaan erilaisia hyvän mittaamisen tapoja. Nummelan Palloseuralla on ollut käytössään seuraavanlaisia yhteiskunnallista toimintaansa koskevia mittareita:

- jäsenmäärän muutos
- senioripelaajien osuus;
 - o kehitysvammaisten määrä;
 - o pienten lasten; osuus / määrä
- vanhusten toimintakykymittari
- mukana olevien päiväkotien ja koulujen osuus

NuPS:n jäsenmäärä on kasvanut viimeisten vuosien aikana kymmenillä pelaajilla vuosien 2011–2012 hieman vajaa 500 rekisteröidystä pelaajasta vuoden 2015 550:een rekisteröityen pelaajaan. Muutos on huomattava, mutta selvää syytä sille on vaikeaa arvioida. NuPS:n yhteiskunnallinen toiminta on täysimääräisesti käynnistetty viimeisten kolmen vuoden aikana ja on perusteltua olettaa, että tällä olisi positiivisia vaikutuksia jäsenmäärän kasvuun pelkästään jo siitä syystä, että seura on näkynyt kuntalaisille positiivisissa merkeissä muissakin yhteyksissä kuin jalkapallon merkeissä. Muitakin asiaan vaikuttavia muuttajia kuitenkin on, esimerkiksi vuonna 2014 järjestetyillä jalkapallon MM-kisoilla on epäilemättä ollut vaikutusta jäsenmäärän kasvuun.

Wirtaa vilhtiläisille vanhuksille -hanke toimi ikääntyneiden kotiliikunta -toiminnan edeltäjänä, ja siinä toteutettiin fyysisiä mittauksia osalle mukana olevia vanhuksia toiminnan alussa ja lopussa. Testinä käytettiin

Toimiva Testistön lyhyttä suorituskykytestiä⁹, joka koostuu viidestä eri mittauksesta. Toimintakyky oli mittausten mukaan parantunut mitatuilla ikääntyneillä ensimmäisellä mittaushetkellä 4,4% ja toisella 5,3%. Selkein positiivinen muutos oli ylösnousussa. Samaa tulosta oli havaittavissa myös tässä raportissa tehdyn moninäkökulmaisen haastatteluaineiston perusteella. Raportissa huomautetaan, että *”Vanhusten toimintakykyä mitattaessa on huomioitava ikään liittyvä luontainen raihnaistuminen ja toimintakyvyn aleneminen, joka johtuu yleiskunnon heikentymisestä. Onnistumiseksi voidaan lukea toimintakyvyn ylläpysyminen niin, että vanhus voi asua edelleen omassa kodissaan¹⁰.”* Sekä raportin testitulosten että tämän vaikuttavuuden arvioinnin monitahoarvioinnin tulosten mukaan toimintakyky olisi kuitenkin jopa parantunut joissain tapauksissa.

Raportissa myös todetaan: *”Fyysisen toimintakyvyn lisäksi käynnit ovat vaikuttaneet virkistävästi moniin ikäihmisiin”*. Kuten tässä vaikuttavuuden arvioinnissa todettiin, toiminnan muut kuin fyysiseen toimintakykyyn liittyvät vaikutukset ovat vähintään yhtä tärkeitä kohderyhmälle. Tällaisia ovat sosiaaliset vaikutukset, mielialaan liittyvät vaikutukset, turvallisuuden tunteeseen liittyvät vaikutukset, sekä kokonaisuudessaan elämänlaatuun liittyvät vaikutukset. Lisäksi tässä vaikuttavuuden arvioinnissa todettiin, että toiminnalla on kerrannaisvaikutuksia; toimintakyvyn kohentuminen vaikuttaa mielialaan ja elämänlaatuun, ja toisaalta myös se, että joku käy ohjaamassa liikuntaan säännöllisesti ja muistuttamassa liikuntaohjelmasta voi saada ikääntyneet liikkumaan aiempaa enemmän.

Fyysinen toimintakyvyn mittari on oikein käytettynä hyvä lisä toiminnan vaikutusten esiin nostamiseksi, mutta se ei yksistään kerro mikä mahdollisen muutoksen on saanut aikaan, eikä myöskään tuo esiin vaikutuksia muilla kuin fyysisen toimintakyvyn osa-alueella. *Jatkossa, ja toimintaa mahdollisesti laajennettaessa olisi hyvä pohtia käytetyt seurantamenetelmät ja mittarit kokonaisvaltaisesti.* Toimintakyvyn mittareita löytyy mm. THL:n ylläpitämästä Toimia-tietokannasta¹¹. Myös elämänlaatua ja sosiaalisia vaikutuksia koskevia mittareita ja niiden tiiviitä versioita voidaan käyttää, esimerkiksi EuroHIS-8-elämänlaatumittari¹², tai päivittäisten asioiden hoitamista mittaava IADL-mittari¹³. Standardoitujen, muualla koeteltujen mittareiden etuna on käytettävissä olevat viitearvot. Mittarit eivät kuitenkaan välttämättä ole herkkiä nimenomaisesti ikääntyneiden kotiliikunnassa tavoitelluille muutoksille. Joka tapauksessa mahdollisen fyysisen mittaamisen rinnalle suositellaan jonkinlaista arviota sosiaalisen toimintakyvyn ja elämänlaadun suhteen. Tämä voi olla esimerkiksi loppuhaastattelu, keskittyen tässä vaikuttavuuden arvioinnissa esiin nousseiden vaikutusten selvittämiseen. Nämä seurantamenetelmät tulisi jatkossa suhteuttaa tehtyihin toimenpiteisiin, ja mahdollisiin muutoksiin niissä. Tällöin ikääntyneiden kotiliikunnan vaikutusten seuranta ja esiin tuominen on kattavampaa ja kokonaisvaltaisempaa.

Nummelan Palloseura jakaa toimintasuunnitelmansa mukaisesti yhteiskunnallisen toimintansa peräti yhteentoista toimenpidekokonaisuuteen. Tällöin mikään yksittäinen yhteiskunnallisen toiminnan mittari toiminnan vaikuttavuuden arvioinnissa ei tule kyseeseen. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, etteikö yhteiskunnallista toimintaa ja sen vaikuttavuutta tulisi pyrkiä seuraamaan, hahmottamaan, ja mikäli mahdollista, myös mittaamaan. Seuraavassa luvussa on avattu tarkemmin sitä, mihin tällöin tulee keskittyä ja miten.

⁹ <https://www.thl.fi/fi/web/tapaturmat/iakkaat/kaatumisten-ehkaisy/liikkuminen-ja-toimintakyky/liikkumis-ja-toimintakyvyn-kyvyn-testaaminen>

¹⁰ Wirtaa vihtiläisille vanhuksille. Väliraportti 8.6.2016. NuPS.

¹¹ <https://www.thl.fi/fi/web/toimintakyky/etusivu/toimia-tietokanta>

¹² <http://www.thl.fi/toimia/tietokanta/mittariversio/135/>

¹³ <http://www.thl.fi/toimia/tietokanta/mittariversio/31/>

7.5 Yhteiskunnallinen vaikuttavuus ja sen itsearviointi & kehittäminen

Edellisessä luvussa esiin nostettujen mittareiden seuranta on tärkeä osa vaikutusten ja vaikuttavuuden arvioinnin kokonaisuutta. Jotta seurannasta olisi hyötyä toiminnan kehittämisen kannalta sekä toiminnan tulosten ja vaikutusten esiin tuomisen näkökulmasta, on syytä kiinnittää huomiota tapaan ja laajuuteen, jolla seuranta toteutetaan, sekä siihen, minkälaisin tavoin siitä tehdään johtopäätöksiä ja miten ne mahdollisesti johtavat toimenpiteisiin. Nummelan Palloseuran hallituksella on oma yhteiskunnalliseen toimintaan keskittyvä ryhmänsä. Tässä, sekä muussa hallitustoiminnassa olisi hyvä hyödyntää järjestelmällistä itsearviointia systemaattisesti toiminnan tukena.

Yhteiskunnallinen vaikuttavuus voi olla jonkin yhteisön, yksilön, organisaation toimintaa, asennoitumista, tietoisuutta, käyttäytymistä, tietynlaisen politiikan harjoittamista tai käytännön ylläpitämistä paikallisesti, alueellisesti, kansallisesti tai kansainvälisesti¹⁴. Yhteiskunnallinen vaikuttavuus syntyy ainakin kolmella eri tasolla⁵, ja parempaan vaikuttavuuteen pyrittäessä seuranta ja sen mukaista kehittämistyötä olisi tehtävä kaikilla näillä tasoilla. Lähtökohtana on toiminnalle määriteltyjen tavoitteiden saavuttaminen. Halutun muutoksen tai toiminnan *oletettujen vaikutusten tarkka määrittely ennakkoon* edesauttaa onnistumista tässä. Tällöin vaikutusten toteutumisen seuranta helpottuu. Tavoitteiden toteutumisen seuranta lienee normaalia työskentelyä seuran johtoportaan.

Yksittäisissä toiminnoissa ja tavoitteissa onnistuminen on askel kohti toiminnan taustalla määriteltyjä pidemmän aikavälin vaikuttavuustavoitteita. Niiden toteutuminen vaatii eri tahojen aitoa yhteistyötä ja välitavoitteiden uudelleenmäärittelyä ajan kuluessa. Yhteiskunnallista vaikuttavuutta tavoiteltaessa toimintaympäristön tai systeemin on jollain tapaa muututtava toiminnan seurauksena, jotta tavoitteisiin voidaan päästä. Tämä vaatii toiminnan toteuttajilta kykyä tunnistaa toimintaympäristön systeemit tekijöineen, kyvykkyyttä saada keskeiset toimijat mukaan rakentamaan vuoropuheluun, sekä kykyä siirtyä reaktiivisesta ajattelusta kohti enemmän yhteiskehittämisen mentaliteettia. Tässä NuPS onkin onnistunut tarkastelluissa toiminnoissa, olkoonkin että toiminnot ovat historialtaan ja laajuudeltaan eri vaiheissa ja eri laajuisia.

Ikääntyneiden kotiliikunnan osalta on tavoiteltu oikeat yhteistyökumppanit ja yhteiskehittämisen myötä rakennettu nykyinen toiminta. Fysioterapeutit toimivat hyvinä "portinvartijoina" siinä mielessä, että toimintaan ohjautuu mukaan tavoitellun mukaisia ihmisiä ja toisaalta he antavat tarpeenmukaisen tuen liikunnanohjaajille heidän työskentelynsä. Kuten aiemmin todettiin, toiminnalle on kuitenkin tarvetta nykyistä enemmän. Mikäli toimintaa lähdetään laajentamaan, on syytä tehdä skaalautuminen yhteiskehittämisen mukaisesti, pyrkien löytämään juuri ne strategisesti oikeat yhteistyökumppanit, jotka lähtevät mukaan aidosti proaktiiviseen muutostyöhön. Onhan toiminta kuitenkin luonteeltaan ainutlaatuisia ja sen laajentamispyrkimyksissä ei voida nojata joka kohdassa olemassa oleviin institutionalisoituneihin ratkaisuihin ja rakenteisiin - koska ollaan luomassa uutta.

Kolmanneksi, yhteiskunnallisen vaikuttavuuden lisäämiseksi on tärkeää että toimijat kykenevät itsensä johtamiseen ja arviointiin sekä toiminnan a) oikeellisuuden että b) taitojen ja metodien osalta. Yksittäisen toiminnan tai toiminnon osalta voidaan arvioida sille asetettuja tavoitteita vasten sitä, miten se on edistänyt muutosten syntymistä. Tässä erilaiset määrälliset ja laadulliset mittarit, joita NuPS:lla onkin käytössä, ovat tärkeässä asemassa. Yhteiskunnallisen vaikuttavuuden parantamiseksi tai kehittämiseksi tulisi vähintään arvioida edellä mainittujen seikkojen eli yksittäisten toimenpiteiden onnistumisen ja yhteistyökumppanien relevanttiuden lisäksi myös toiminnalle asetettuja tavoitteita, sekä käytettyjen menetelmien ja välineiden ajantasaisuutta. Ikääntyneiden kotiliikunnassa ja kehitysvammaisten jalkapallotoiminnassa ei oletettavasti tapahdu suuria muutoksia toimintojen päälinjausten suhteen, mutta erilaisten yhteistyötahojen tai

¹⁴ ks. esim <http://www.ref.ac.uk/pubs/2011-02/>, Annex C, p. 48.

vastaavanlaista toimintaa toteuttavien tahojen kautta voidaan saada oppia ja uudenlaista näkemystä esimerkiksi toiminnan toteutukseen. Edelleen, mikäli yhteiskunnallista vaikuttavuutta halutaan kauttaaltaan lisätä, tulee tarkastella omaa reflektiokykyään suhteessa ympäristöön: saadaanko ympäristöstä palautetta ja tietoa, jonka perusteella pystytään reagoimaan ja ennakoimaan toimintaympäristössä tapahtuviin muutoksiin?

7.6 Visiotyön tärkeys

Kokonaisuudessaan Nummelan Palloseuran yhteiskunnallista toimintaa luonnehtii selkeät tarpeet, sekä alustavan tarkastelun myötä myös tuloksellisuus, mutta haasteena voi olla operointi liian monilla toimenpiteillä eri kohderyhmien kanssa, vähäisillä resursseilla.

Tämän arvioinnin yhteydessä pidetyssä alustavien arviointitulosten validointi- ja tulevaisuustyöpajassa todettiin, eräänä kokonaistoimintaa ohjaavana linjauksena strategiatyön lisäksi voisi olla *vision laatiminen yhteiskunnalliselle toiminnalle*.

Osana Hyvän Mitta -työskentelyä Nummelan Palloseuran yhteiskunnallisen toiminnan visioksi hahmoteltiin tarkastellun kolmen toiminnon osalta seuraavanlaista visiota perustuen olemassa oleviin toimintoihin:

Vihtiläisten elämänlaadun kohentaminen ja yhteisöllisyyden lisääminen liikunnallisen elämäntavan omaksumisen kautta.

- *Ikääntyneet voivat kokonaisvaltaisesti paremmin ja asuvat kotonaan pidempään.*
- *Lasten liikunnalliset harrastukset lisääntyvät tulevaisuudessa ja sen seurauksena heidän fyysinen ja sosiaalinen toimintakykynsä paranevat*
- *Kehitysvammaisten ryhmä kasvaa, heidän hoitotarve vähenee ja sosiaaliset suhteet lisääntyvät ja paranevat.*

Yhteiskunnallista toimintaa linjaavaa visiotyötä suositellaan jatkettavan edellä mainitut yhteiskunnallista vaikuttavuutta koskevat seikat huomioiden.