

Vuonna 2010 tuetut KKI-kehittämishankkeet

Helsingin kaupunki, liikuntavirasto; Kaisa Laine, hankekoordinaattori; Paavo Nurmenkuja 1 C, 00250 Helsinki; kaisa.mari.laine@hel.fi; **Stadin kundi kondikseen**; Hankkeen päämääränä on terve, hyvinvoiva sekä toiminta- ja työkykyinen kaupungin henkilöstö. Hankkeen tavoitteena on miesten liikunta-aktiivisuuden lisääminen ja tiedon kerääminen liikunnan ja terveysneuvonnan vaikuttavuudesta. Lisäksi halutaan kehittää ja lisätä seura- ja järjestöyhteistyötä. Hanketta koordinoi Helsingin kaupungin liikuntavirasto ja mukana ovat myös henkilöstökeskus ja työterveyshuolto. Hanke on kohdennettu kaupungin eri virastoihin ja toiminnot toteutetaan heille parhaiten sopivilla tavoilla. Miehiä pyritään aktivoimaan liikkumaan neljän eri päätoiminnan keinoin: miehille suunnatut ohjatut liikuntaryhmät ja -kurssit, SuomiMiehen kuntotestit, liikuntaneuvonta ja yhteisöllisyys. Hankkeen myötä yhteistyötä eri hallintokuntien/liikunta-alan toimijoiden kanssa pyritään lisäämään ja viestintään kiinnitetään huomiota. 15 000€

Kirkkonummen terveystoimi; Svetlana From, projektihoitaja; Kirkkonummen terveyskeskus/TTH, Leikkimäki 1 B, 02400 Kirkkonummi; 09-29683290; 050-3273735; svetlana.from@kirkkonummi.fi; **Mies 40 -hanke/Kuntokatsastus ja -huolto**; Hankkeen kohderyhmänä ovat 35-45-v miehet, joilla on kohonnut riski sairastua diabetekseen, sydän- ja verisuonitauteihin tai masennukseen. Tavoitteena on kehittää ennaltaehkäisevän puuttumisen malli ja siten pienentää keski-ikäisten miesten sairastumisriskiä. Miehille tarjotaan "Keski-ikäisten katsastus" kolmella tavalla: 1) Ensiavun, suunterveydenhuollon, fysioterapian, neuvolan tai lääkärivastaanoton kautta asiakkaille, jotka täyttävät Digium-kyselyn. 2) Avoimella nettilinkillä kunnan sivuilla. 3) Kirjeitse 40-v täyttävälle miehille. Digium-kysely antaa palautteen senhetkisestä terveydentilasta. Fysioterapeutin henkilökohtaisen ohjauksen sekä kuntokurssin tavoitteena on motivoida miehiä liikuntaan. Miesten kuntokurssi järjestetään keväällä ja syksyllä 2010. Kurssi sis. luentoja, ryhmäkeskusteluja, lajikokeiluja, liikkumispäiväkirjan sekä kävelytestit. 4 000 € (hanketukihaku 2/2010)

Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry (Varsinais-Suomi); Tino-Taneli Tanttu, harrasteliikunnan kehittäjä; Yliopistonkatu 31, 20100 Turku; tino-taneli.tanttu@liiku.fi; **Liikkujan Apteekki**; Liikkujan Apteekki -hankkeen päämääränä oli sisällyttää terveysliikunta osaksi apteekkien kansanterveysohjelmia sekä tuoda terveysliikuntaa apteekkien arkeen ja osaksi asiakasneuvontatilanteita. Hanke toteutettiin yhteistyössä KKI-ohjelman, Hengitysliiton, Suomen Apteekkariliiton sekä Suomen Liikunta ja Urheilu SLU ry:n aluejärjestöjen kanssa. Liikkujan Apteekki -hanke koostui kahdesta osiosta: 1) Alueellisilla pilottihankkeilla etsittiin toimivia tapoja viedä terveysliikuntaa apteekkien arkeen ja testattiin apteekkiyhteistyön mahdollisuuksia terveysliikunnan edistämässä. 2) Terveysliikuntaa sisällytettiin apteekin kansanterveysohjelmiin luomalla terveysliikuntamoduuli apteekin astmapalveluun. Alueellisiin pilottihankkeisiin valittiin mukaan yhteensä 15 apteekkiä Varsinais-Suomesta, Satakunnasta ja Pohjois-Pohjanmaalta. Pilottiapteekkien henkilökunnalle järjestettiin terveysliikunta-aiheisia koulutuspäiviä. 10 000€
Lisätietoja: [Liikkujan Apteekki terveysliikuntaa edistämässä -loppuraportti](#) (pdf)

Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry (Satakunta); Janne Hopeakangas; PL 34, Liisankatu 11, 28131 Pori;
(02) 529 6611; 050-599 3737; janne.hopeakangas@liiku.slu.fi; **Liikkujan Apteekki**; Liikkujan Apteekki -hankkeen päämääränä oli sisällyttää terveysliikunta osaksi apteekkien kansanterveysohjelmia sekä tuoda terveysliikuntaa apteekkien arkeen ja osaksi asiakasneuvontatilanteita. Hanke toteutettiin yhteistyössä KKI-ohjelman, Hengitysliiton, Suomen Apteekkariliiton sekä Suomen Liikunta ja Urheilu SLU ry:n aluejärjestöjen kanssa. Liikkujan Apteekki -hanke koostui kahdesta osiosta: 1) Alueellisilla pilottihankkeilla etsittiin toimivia tapoja viedä terveysliikuntaa apteekkien arkeen ja testattiin apteekkiyhteistyön mahdollisuuksia terveysliikunnan edistämässä. 2) Terveysliikuntaa sisällytettiin apteekin kansanterveysohjelmiin luomalla terveysliikuntamoduuli apteekin astmapalveluun.

Alueellisiin pilottihankkeisiin valittiin mukaan yhteensä 15 apteekkia Varsinais-Suomesta, Satakunnasta ja Pohjois-Pohjanmaalta. Pilottiapteekkien henkilökunnalle järjestettiin terveystoimintaa-aiheisia koulutuspäiviä. 10 000€

Lisätietoja: [Liikkujan Apteekki terveystoimintaa edistämässä -loppuraportti](#) (pdf)

Pohjois-Pohjanmaan Liikunta ry; Ilkka Kurttila, aikuisliikuntapäällikkö; Sammonkatu 6, 90570 Oulu; ilkka.kurttila@popli.fi; **Liikkujan Apteekki**; Liikkujan Apteekki -hankkeen päämääränä oli sisällyttää terveystoiminta osaksi apteekkien kansanterveysohjelmia sekä tuoda terveystoimintaa apteekkien arkeen ja osaksi asiakasneuvontatilanteita. Hanke toteutettiin yhteistyössä KKI-ohjelman, Hengitysliiton, Suomen Apteekkariliiton sekä Suomen Liikunta ja Urheilu SLU ry:n aluejärjestöjen kanssa. Liikkujan Apteekki -hanke koostui kahdesta osiosta: 1) Alueellisilla pilottihankkeilla etsittiin toimivia tapoja viedä terveystoimintaa apteekkien arkeen ja testattiin apteekkiyhteistyön mahdollisuuksia terveystoiminnan edistämiseksi. 2) Terveystoimintaa sisällytettiin apteekin kansanterveysohjelmiin luomalla terveystoimintamoduuli apteekin astmapalveluun. Alueellisiin pilottihankkeisiin valittiin mukaan yhteensä 15 apteekkia Varsinais-Suomesta, Satakunnasta ja Pohjois-Pohjanmaalta. Pilottiapteekkien henkilökunnalle järjestettiin terveystoimintaa-aiheisia koulutuspäiviä. 10 000€

Lisätietoja: [Liikkujan Apteekki terveystoimintaa edistämässä -loppuraportti](#) (pdf)

Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu; Mai-Brit Salo, aluekehittäjä, kunto- ja terveystoiminta; Urheilukeskus, 15110 Lahti, 03-8168754; maippi.salo@phlu.fi; **Metalli liikkuu-hanke** on v. 2008 alkanut, Päijät-Hämeessä toimiviin metallialan yrityksiin ja niiden henkilöstöön kohdistuva työpaikkaliikuntahanke. Hankkeen avulla Be Group Oy ab, Kemppe Oy, Sandvik Mining and Construction Oy, Stala Oy ja Peikko

Finland Oy yritysten henkilöstölle rakennetaan liikunnan palveluketju, jossa liian vähän liikkuvia työntekijöitä ohjataan systemaattisesti liikunnallisempaan ja terveempään elämäntapaan. Yritysten palveluksessa työskentelee henkilöstöä lähes 1800. Valtaosa työntekijöistä on miehiä. Liikunnan palveluketju rakennetaan yhteistyössä yritysjohdon, työterveyshuollon ja liikunnan palveluntuottajien kanssa. Hankkeen pääpaino on ennaltaehkäisevässä liikuntaneuvonnassa ja valistuksessa, kouluttamisessa sekä liikuntapalveluiden kehittämisessä. 20 000 € (hanketukihaku 2/2010)

Lisätietoja: [Metalli Liikkuu -hankkeen \(2008–2011\) loppuraportti](#) (pdf)

Tornion kaupunki; Marja Tilus, projektityöntekijä; Suensaarenkatu 4, 95400 Tornio; 0400-694757 (Tapio Miettunen, liikuntatoimenjohtaja); **Satsaa itseesi**; Hankkeen kohderyhmänä ovat liian vähän liikkuvat työikäiset torniolaiset. Tavoitteena on edistää terveyttä, lisätä liikuntaa ja kunnon kohentamisen myötä vähentää sairauspoissaoloja töistä. Hankkeessa käynnistetään monipuolista, aloittelijoille sopivaa liikuntaa. Tarjolla on mm. matalan kynnyksen palloilua, tanssia, jumppaa, vesiliikuntaa, kuntosaliharjoittelua, äijäjoogaa ja kuntonyrkkeilyä. Kohderyhmäläisten tavoittamisessa hyödynnetään kaupungin eri hallintokuntien välistä yhteistyötä. Liikuntaryhmien ohjaajat tulevat osaksi kaupungilta ja osaksi paikallisista urheiluseuroista. Ohjaajat osallistuvat Lapin Liikunta ry:n järjestämään ohjaajakoulutukseen elokuussa 2010. Hankkeen kesto on kaksi vuotta. Tiedotus: mm. kaupungin tiedotuslehdessä, paikallislehdissä, alueradiossa, mainoksilla ja verkkosivuilla. 15 000 € (hanketukihaku 2/2010)