

Hankekuvaukset ei-avustettavat hankkeet – Avustus iäkkäiden ihmisten liikkumisen edistämiseksi 2024

1. Aktiiviset seniorit ry

Puistoliiikunta Kalasataman puistoon keväällä ja syksyllä 2024

Hankkeessa järjestettäisiin puistoliiikuntaa yhdistyksen omille jäsenille sekä mahdollisesti muille Kalasatamassa asuville seniori-ikäisille henkilöille, jotka haluavat tulla mukaan liikkumaan. Järjestettävän liikuntatoiminnan tarkoitus on opastaa ikääntyneitä säännölliseen ja sopivan haasteelliseen liikuntaan.

Hankkeessa toteutuu avustushaun tavoitteista:

- lähiympäristön ja alueellisten liikkumismahdollisuuksien kehittäminen

2. Gymnastikföreningen i Helsingfors r.f.

Motion för äldre personer med begränsad rörlighet

Hankkeen puitteissa järjestetään ohjattua liikuntatoimintaa liikuntarajoitteisille ruotsinkielisille ikäihmisille. Ryhmän koko on ollut 12 henkilöä edellisellä hankekaudella.

HUOM! Hankkeen toiminnalle tarkoituksenmukaisempi tuen muoto kaupungin toimesta voisi olla soveltavan liikunnan yhdistysyhteistyötoiminta, jonka avulla pystytään tukemaan soveltavaa liikuntaa järjestäviä toimijoita esimerkiksi maksamalla tukea ohjaajapalkkioista sekä tarjoamalla kaupungin liikuntatiloja maksutta käyttöön. Yhdistysyhteistyötoiminta voisi olla tätä avustushakua tarkoituksenmukaisempaa hakijalle myös siksi, että yhdistysyhteistyöllä voidaan tukea vakiintuneempaakin toimintaa.

Hankkeessa toteutuu avustushaun tavoitteista:

- lähiympäristön ja alueellisten liikkumismahdollisuuksien kehittäminen

3. Helsingin seudun kesäyliopistosäätiö sr

Me kohtaamme Sörnäisissä

Hankkeen tavoitteena on luoda uusi ja toimiva konsepti ikäihmisten kohtaamiselle. Hankkeen toimintamuotona on muutaman kerran kauden aikana toteutettavat ikääntyneiden kohtaamiset, joiden sisältönä on keskustelua, yhteinen kahvihetki sekä liikuntaa.

Hankkeessa toteutuu avustushaun tavoitteista:

- lähiympäristön ja alueellisten liikkumismahdollisuuksien kehittäminen
- digitaalisten ja etänä toteutettavan liikkumiseen aktivoivan toiminnan kehittäminen

4. Hertsikanrannassa tapahtuu ry

Seniorit yhdessä liikkeelle

Hankkeen tarkoitus on saada kotona asuvat ikäihmiset liikkumaan ja liikkeelle ulos sosiaalistumaan ja kokemaan eri paikkoja liikunnan ja yhteisön tuella. Toimintamuotona hankkeessa järjestettäisiin yhteisiä retkiä, liikuntamahdollisuuksia sekä vierailuita alueen asukkaille. Hankkeen toiminta alkaisi helmikuussa 2025.

Hankkeessa toteutuu avustushaun tavoitteista:

- lähiympäristön ja alueellisten liikkumismahdollisuuksien kehittäminen

5. Ikäinstituutin säätiö sr

Lisää liikettä monikulttuurisiin ryhmiin

Hankkeen puitteissa kehitettäisiin toimintatapoja ja materiaaleja, joilla voidaan edistää kieli- ja kulttuuritaustaltaan moninaisten iäkkäiden liikkumista. Hankkeessa toteutettaisiin yhteiskehittämisen työpajoja, joissa muun muassa selvitetään liikuntamotivaatioon vaikuttavia tekijöitä, materiaalityyppejä ja hyviä toimintatapoja sekä kerätään palautetta tuotoksista.

Hankkeessa toteutuu avustushaun tavoitteista:

- Väillisiä vaikutuksia lähiympäristön liikkumismahdollisuuksien kehittämiseen sekä etänä toteutettavan liikkumista aktivoivan toiminnan kehittämiseen

6. Pääkaupunkiseudun Luustoyhdistys ry

Helsingiläisten murtumat kuriin (HelMuKu) -hanke

Hankkeen tarkoituksena on kehittää ja luoda toimintamalli iäkkäiden, vähän liikkuvien helsinkiläisten aktivoimiseksi koulutettujen vertaisohjaajien vetämiin liikuntaharjoituksiin, joilla ehkäistään kaatumisia ja lonkkamurtumia. Hankkeessa toteutetaan vertaisohjaajien koulutusta sekä järjestetään kaksi liikuntaryhmää syksyllä ja kaksi keväällä. Hanketta on avustettu 2022–2024.

Hankkeessa toteutuu avustushaun tavoitteista:

- lähiympäristön ja alueellisten liikkumismahdollisuuksien kehittäminen
- vapaaehtoistoiminnan ja vertaistuen kehittäminen

7. Siskot ja Simot ry

Luovasti Liikkeelle Yhdessä - Roihuvuori ja Vuosaari (= LLY)

Luovasti liikkeelle yhdessä -hankkeen tavoitteena on madaltaa ikääntyneiden kynnystä liikkeelle lähtemiseen omassa lähiympäristössä. Hankkeessa toteutetaan tapahtumia, joissa yhdistyy liikkuminen, yhteisöllisyys ja kiinnostavat teemat. Tapahtumat ovat kaikille avoimia, ja ne kehittävät naapurustojen vertaistukiverkostoa.

Hankkeessa toteutuu avustushaun tavoitteista:

- lähiympäristön ja alueellisten liikkumismahdollisuuksien kehittäminen

8. Smash ry

PADEL-mailapelillä virkistystä ikäihmisten arkeen

Hankkeen tarkoituksena on saada ikäihmiset tutustumaan ja innostumaan PADEL-mailapeliin. Tavoitteena on, että ikääntyneet löytäisivät uuden ja yhteisöllisen (PADEL on aina nelinpeli) liikuntaa ja siten terveyttä edistävän harrastuksen. Padel-tunteja järjestettäisiin kerran viikossa kahden tunnin ajan, jolloin mukaan mahtuisi 32 ikäihmistä eli 16 pelaaja / tunti.

Hankkeessa toteutuu avustushaun tavoitteista:

- lähiympäristön ja alueellisten liikkumismahdollisuuksien kehittäminen
- vapaaehtoistoiminnan ja vertaistuen kehittäminen

9. Suomen Kuurojen Urheiluliitto ry

Hyvinvointia liikunnasta kuulovammaisille senioreille

Hankkeen tavoitteina on edistää kuulovammaisten ikäihmisten hyvinvointia tarjoamalla tietoa, tukea, toimintaa erilainen kuulokynnys ja kielellinen moninaisuus huomioiden. Hankkeen toimintamuotoina on mainittu esimerkiksi hyvinvointi-illat, koulutukset kuulovammaisten kohtaamiseen, kuulovammaisten kohtaamisoppaan kääntäminen, kattojärjestöyhteistyön kehittäminen, etäliikunnan järjestäminen, liikuntavideoiden tuottaminen sekä liikunnalliset tapahtumat.

Hankkeessa toteutuu avustushaun tavoitteista:

- lähiympäristön ja alueellisten liikkumismahdollisuuksien kehittäminen
- digitaalisten ja etänä toteutettavan liikkumiseen aktivoivan toiminnan kehittäminen
- vapaaehtoistoiminnan ja vertaistuen kehittäminen