



2011

MOPO - Kutsuntaikäisten liikuntaan aktivointi ja syrjäytymisen ennaltaehkäisy Väliraportti 1




OULUN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF OULU


OULUN DIAKONISSALAITOS



 OULU

 VIRPINIEMI

Vipuvoimaa
EU:lta



Opetus- ja
kulttuuriministeriö


Euroopan unioni
Euroopan sosiaalirahasto


Euroopan unioni
Euroopan aluekehityrahasto

 Eikeyno- ja
ympäristökeskus

SISÄLLYS

1. Hanketiedot.....	1
2. Projektin lähtökohta, kohderyhmä ja tavoitteet.....	2
3. Projektin toteutus ja tulokset seurantajaksolla	3
3.1 MOPO-tutkimus.....	3
3.2 Nuorten aktivointimenetelmän kehittäminen	3
3.3 Nuorten palveluohjaus.....	4
3.4 Koulutus	5
5. HANKKEEN INNOVATIIVISUUS JA TOIMINNAN JATKUVUUS	6

1. HANKETIEDOT

MOPO - kutsuntaikäisten liikuntaan aktivointi ja syrjäytymisen ennaltaehkäisy

Seurantajakso 03/09-12/11

MOPO-hankekokonaisuus toteutetaan monialaisessa yhteistyöverkostossa Oulun kaupungissa vuosina 2009–2015. Pää toteuttajat ovat Oulun Diakonissalaitoksen Liikuntalääketieteellinen klinikka ja Oulun yliopisto. Oulun yliopistosta hankkeessa ovat mukana lääketieteen tekniikka, terveystieteiden laitos, tietotekniikan osasto sekä informaatiotutkimuksen ja kulttuuriantropologian oppiaineet. Keskeisiä yhteistyökumppaneita ovat Oulun kaupungin liikuntatoimi, Virpiniemen liikuntaopisto ja Puolustusvoimat. Hankkeen yhteistyöyrityksiä ovat Ludocraft Oy, Oulun Diakonissalaitoksen Säätiö, Polar Electro Oy, ProWellness Oy ja Valkee Oy.

Osahankkeiden johtajat ja yhteyshenkilöt:

Timo Jämsä
Oulun yliopisto, biolääketieteen laitos / lääketieteen tekniikka
Nuorten hyvinvointivalmennus
timo.jamsa@oulu.fi

Raija Korpelainen
ODL Liikuntaklinikka
ViritäMOPO, MOPOTuning
raija.korpelainen@odl.fi

Juha Röning
Oulun yliopisto, tietotekniikan osasto
CallUp&Go
juha.roning@ee.oulu.fi

Hankkeen lääketieteelliset johtajat:

Matti Mäntysaari
Puolustusvoimat / Sotilaslääketieteen laitos
matti.mantysaari@mil.fi

Sirkka Keinänen-Kiukaanniemi
Oulun yliopisto / Terveystieteiden laitos
skk@cc.oulu.fi

Mopo-hankekokonaisuuden projektipäällikkö:

Riikka Ahola
Oulun yliopisto, lääketieteen tekniikka
puh. 08 537 6007
riikka.ahola@oulu.fi

Hankkeen www-sivut: www.tuunaamopo.fi

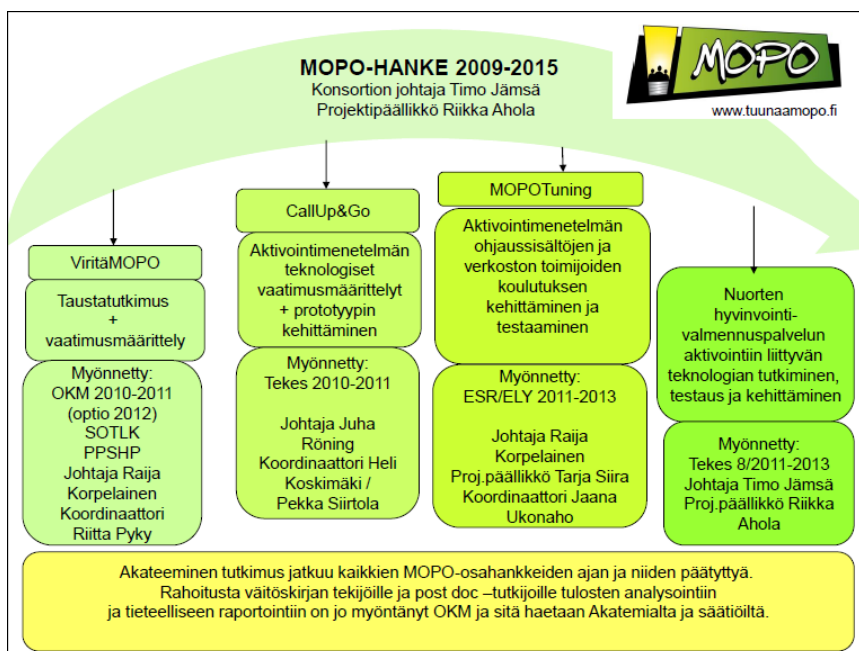
2. PROJEKTIN LÄHTÖKOHTA, KOHDERYHMÄ JA TAVOITTEET

MOPO-hankekokonaisuuden tarkoituksena on edistää pohjoissuomalaisen nuorten miesten hyvinvointia ja terveyttä. Hankkeen taustalla on huoli nuorten miesten syrjäytymisen lisääntymisestä. Tutkimusten mukaan epäterveet elintavat ja syrjäytyminen kasautuvat erityisesti nuorille miehille. Tämä näkyy myös Puolustusvoimien tilastoissa, joiden mukaan terveysystävällisistä varusmiespalveluksen lykkäystä tai vapautuksen saaneiden miesten määrä on lisääntynyt huolestuttavasti. Perinteinen terveysviestintä ei ole osoittautunut tehokkaaksi nuorten aktivointitavaksi. Aktivointiin tarvitaan uusia, nuorten osallistumista hyödyntäviä menetelmiä ja palveluita. Tämä on haaste, johon MOPO pyrkii vastaamaan.

MOPO hyödyntää liikunta- ja terveystieteiden, kulttuuriantropologian ja informaatiotutkimuksen sekä tekniikan osaamista ja teorioita. Hankkeessa tuotetaan uutta tietoa muun muassa nuorten miesten hyvinvoinnista, liikuntasuhteesta, elintavoista, informaatiokäyttäytymisestä ja kulttuureista. Tutkimustietoon sekä nuorten omaan osallistumiseen ja osaamiseen perustuen MOPO-hankkeessa kehitetään uusi, nuorille tuttuja teknologioita hyödyntävä palvelu, joka aktivoi nuoria fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti. Lisäksi hankkeessa tutkitaan kehitetyn aktivointipalvelun vaikuttavuutta.

Hankkeessa syntyneet tulokset ovat hyödynnettävissä väestötasolla kansallisesti ja kansainvälisesti. Palvelukonseptia voidaan hyödyntää nuorten miesten terveellisten elämäntapojen edistämiseksi, mutta ohjaukseen kehitettävät menetelmät ovat sovellettavissa myös muihin ikäryhmiin. Tutkimuksesta saatavaa tietoa voidaan hyödyntää nuorten aikuisten hyvinvoinnin edistämiseksi sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten koulutuksessa, tutkimuksessa ja päätöksenteossa. Hanke kouluttaa myös monialaisen toimijaverkoston nuorten syrjäytymisen ehkäisyyn Oulun kaupunkiin.

MOPO-hankekokonaisuus koostuu neljästä osa-hankkeesta, jotka on kuvattu kaaviossa 1.



Kaavio 1. MOPO-hanke 2009–2015

3. PROJEKTIN TOTEUTUS JA TULOKSET SEURANTAJAKSOLLA

3.1 MOPO-TUTKIMUS

Tutkimustietoa nuorten miesten hyvinvoinnista, liikuntasuhteesta, elintavoista, informaatiokäyttäytymisestä ja kulttuureista on kerätty Oulun kutsunnoissa vuodesta 2009 alkaen. Tutkimusaineistoa on kerätty kyselyillä, haastatteluilla, fyysisen kunnon mittauksilla sekä Puolustusvoimien keräämistä terveystiedoista. Tutkimukseen osallistuminen on ollut vapaaehtoista ja osallistumismäärät sekä -prosentit Oulun kutsuntoihin osallistuneista on kuvattu taulukossa 1. Aineistosta on julkaistu tutkimusartikkeleita ja tuloksia on esitelty kansallisissa ja kansainvälisissä kongresseissa. Julkaisuluettelo löytyy hankkeen internetsivuilta www.tuunaamopo.fi, jossa tutkimustuloksia esitellään myös yleistajuisessa muodossa. Kerättyä taustatietoa hyödynnetään myös nuorten hyvinvointivalmennuspalvelun sekä palveluohjausmenetelmien kehittämistyössä.



Taulukko 1. MOPO-tutkimukseen osallistuneiden määrät ja osallistumisprosentit.

	2009	2010	2011*
Kutsuntoihin osallistuneet kpl	1060	997	914
Palautetut kyselyt	770 (72,6 %)	622 (62,3 %)	561 (61,3 %)
Mittauksiin osallistuneet	622 (58,7 %)	610 (61,2 %)	601 (67 %)

*sisältää Oulun kaupungin kutsuntoihin osallistuneet

3.2 NUORTEN AKTIVOINTIMENETELMÄN KEHITTÄMINEN

Hankkeessa on kehitetty erilaisia teknologisia ratkaisuja nuorten miesten aktivoimiseksi ja näitä on testattu syksyllä 2011 järjestetyssä kolmen kuukauden mittaisessa pilotti-interventiossa. Hankkeessa syntyneeseen palvelualustan prototyyppiin on kytketty tuotettuja liikunnanohjauksen ja terveysviestinnän sisältöjä sekä aktiivisuuden mittaamista askelmittarin, kännykän kiihtyvyyssanturin, sykevyön sekä aktiivisuusmittarin avulla. Syksyn pilotti-interventioon osallistui 129 kutsuntaikäistä miestä, jotka testasivat palvelua ja erilaisia aktiivisuuden mittareita. Heille suoritettiin kyselyt ja mittaukset pilotti-intervention alussa ja lopussa sekä teemahaastatteluita ja -kyselyitä pilotin aikana. Pilotti-interventiosta saadut kokemukset ja tulokset raportoidaan ja hyödynnetään hankkeen jatkosuunnittelussa parhaan mahdollisen aktivointivointimenetelmän saavuttamiseksi.

3.3 NUORTEN PALVELUOHJAUS



Palveluohjauksen merkitys nuorten asiakkaiden asioissa on todettu erittäin tärkeäksi, mutta edelleen asiakasprosessit helposti pirstoutuvat ja katkeilevat. Nuorten osalta suurimmat riskit palveluohjauksen näkökulmasta ovat erilaiset siirtymävaiheet, kuten peruskoulusta jatko-opintoihin, opinnoista työelämään ja kuntoutumisesta opintoihin tai työelämään. Annettavien tukipalveluiden tulisi olla erilaisia siirtymävaiheissa ja erilaisissa elämäntilanteissa.

Tarvitaan enemmän ymmärrystä nuorten kokemuksista sekä yksilöllisten elämäntilanteiden hahmottamista ja tätä kautta erilaisiin elämäntilanteisiin joustavia moniammatillisia palvelurakenteita, jotka ovat myös helposti asiakkaan saatavilla. Oulussa tähän haasteeseen omalta osaltaan pyrkii vastaamaan toimintansa loppuvuodesta 2011 aloittanut 16 - 25-vuotiaille nuorille suunnattu Byströmin nuorten palvelut, missä nuori saa henkilökohtaista ohjausta, tukea ja neuvontaa erilaisissa elämäntilanteissa saman katon alta.

Haasteita nuorten palveluohjaukselle tuovat myös yhteiskunnalliset muutokset sekä tietotekniikan kehittyminen. Perinteinen palveluohjauksen menetelmä, face to face -työskentely, ei välttämättä vastaa nykyajan nuorten tarpeisiin, joissa sosiaalisia suhteita rakennetaan ja ylläpidetään usein virtuaalimaailmoissa ja sosiaalisessa mediassa. Haasteena nuorten palveluohjaukselle on kehittää uusia innovatiivisia, tietoteknisiä ja nuoria kiinnostavia tapoja työskennellä. Tämä tuo haasteita erityisesti työntekijöille, jotka ovat perinteisesti tottuneet tapaamaan asiakkaitaan vastaanotoilla tai ryhmätyöskentelyssä. Toimintakäytäntöjä ja -kulttuureja on muutettava ajan hengen mukaiseksi. Työntekijöiden tietotekninen osaaminen voi myös olla puutteellista.

Hankkeessa työskentelevä Oulun kaupungin työntekijä on laatinut Nuorten palveluohjaajan työprofiilin Facebookin sosiaaliseen mediaan ja sitä kautta tavoittanut useita nuoria. Joulukuussa 2011 Nuorten palveluohjaajan kaveriksi oli linkittynyt yli 700 nuorta. Alustavien kokemusten sekä nuorilta saatujen palautteiden perusteella sosiaalisessa mediassa työskentely on yksi uusi ja tehokas työmuoto nuorten tavoittamiseksi sekä asioista tiedottamiseksi. Sosiaaliseen mediaan luodun palveluohjaajan työprofiilin tarkoituksena on madaltaa nuorten kynnystä avun hakemiseen ja tiedon kysymiseen. Nuoret ovat kysyneet palveluohjaajalta mm. asumiseen, terveyteen, toimeentuloon, opiskeluun, varusmiespalvelukseen sekä työelämään liittyvistä asioista. Nuoria on tarpeen mukaan ohjattu eteenpäin ajankohtaisten palvelujen piiriin. Sosiaaliseen mediaan perustetulla Nuorten palveluohjaajan profiililla on tarkoitus selvittää ja kartoittaa nuorille suunnattavien kuntasektorin palvelujen kehittämiseksi, miten nuoret kokevat tämän tyyppisen palvelun ja sen käyttämisen.

Puolustusvoimien kutsunnat tarjoavat viimeisen mahdollisuuden tavoittaa vuosittain miesten koko ikäluokka. Hankkeen toiminta kutsunnoissa on sidottu vahvasti Oulussa menestyksekkäästi toimivaan Time Out – Aikalisä! -malliin. Time Out – Aikalisä! -mallissa kaikille kutsunanalaisille tarjotaan tilaisuus hakeutua tukipalveluun, jota toteuttavat tehtävään koulutetut ohjaajat. Tarjottavat tukipalvelut ovat kaupungin omia sosiaali- ja terveystalvveluja. Hanke tarjoaa nuorille miehille terveystalvvelut ja fyysisen kunnan mittaukset. Lisäksi nuorille tarjotaan mahdollisuutta ilmaiseen ravitsemus- ja liikuntaneuvontaan omalla paikkakunnallaan kutsuntojen jälkeen.

Hanke on tehnyt tiivistä yhteistyötä Oulun Seudun Nuorisoasuntosäätiön (OSNA) kanssa nuorten asunnottomuuden ehkäisemiseksi. Yhteistyön alla on erilaisia kokeiluja palveluohjaukseen liittyen. Syksyllä 2011 aloitettiin käytäntö, jossa Nuorten palveluohjaaja on yhden taloyhtiön kerhotiloissa nuorten tavoitettavissa kerran kuukaudessa. Yhteistyötä Oulun kaupungin muiden toimijoiden (työvoiman palvelukeskus, sosiaalitoimi, liikuntatoimi) kanssa on myös kehitetty ja projektin tiimoilta on tehty aloite liikuntaharrastuksen tukemiseksi kuntouttavassa työtoiminnassa oleville nuorille. Hanke on ollut myös mukana kunnallisten liikuntapalveluiden kehittämistyössä muun muassa järjestämällä kutsuntaikäisille nuorille miehille liikuntakokeiluja ja tapaamisia, jossa nuoret miehet ovat päässeet osallistumaan liikuntapalveluiden suunnitteluun. Myös kutsunnoissa kerättyä tausta-aineistoa on hyödynnetty liikuntapalveluiden kehittämisessä huomioimalla nuorten liikuntatarve, koetut liikkumisen esteet ja hyödyt sekä toivotut liikkumisen muodot.

3.4 KOULUTUS

MOPO-hanke kouluttaa monialaisen toimijaverkoston nuorten hyvinvoinnin edistämiseen ja syrjäytymisen ennaltaehkäisyyn Oulun kaupungissa sekä mahdollistaa verkostotoimijoiden yhteistyön syventymisen. Koulutuksen kohderyhmä koostuu Oulun kaupungin sosiaali- ja terveystoimen, liikuntatoimen, nuorisotoimen, opetustoimen sekä järjestösektorin toimijoista. Koulutusten tavoitteena on MOPO-hankkeessa syntyvän tutkimustiedon jakaminen käytännön toimijoille sekä pysyvien toimintamallien ja -prosessien kehittäminen sekä jalkauttaminen nuorten syrjäytymisen ennaltaehkäisyyn Oulun kaupungissa.

Raportointijaksolla toimijaverkostolle on järjestetty kaksi koulutusta, joihin on osallistunut 55 henkilöä. Koulutukset ovat käynnistäneet etä- ja kehittämistehtävien muodossa kehittämisprosesseja organisaatioiden sisällä esimerkiksi liikunnan liittämistä erilaisiin palveluohjausmalleihin. Näiden toimenpiteiden edistymistä tuetaan ja seurataan jatkossa MOPOTuning-osahankkeessa. Oulun kaupungin työryhmissä on myös aktiivisesti esitelty hanketta sekä keskusteltu nuorten palveluprosessien haasteista sekä kehittämistarpeista ja -mahdollisuuksista.

5. HANKKEEN INNOVATIIVISUUS JA TOIMINNAN JATKUVUUS

Vastaavaa hanketta ei ole koskaan aiemmin toteutettu. Projekti on poikkeuksellisen monialainen ja monitieteinen. Projektia edeltää usean vuoden mittainen tausta-aineiston keruu, jota hyödynnetään uuden palvelun kehittämisessä. Projekti osallistuu täysin uudenlaisen palvelun kehittämiseen, joka ottaa huomioon käyttäjiensä kulttuurin, elämäntyylin ja arjen. Hankkeessa syntyvät tulokset ovat hyödynnettävissä väestötasolla kansallisesti ja kansainvälisesti. Palvelukonseptia voidaan hyödyntää nuorten miesten terveellisten elämäntapojen edistämässä, mutta ohjaukseen kehitettävät menetelmät ovat sovellettavissa myös muihin ikäryhmiin. Tutkimuksesta saatavaa tietoa voidaan hyödyntää nuorten aikuisten hyvinvoinnin edistämiseksi sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten koulutuksessa, tutkimuksessa ja päätöksenteossa. Projektin päättymisen jälkeen on tarkoitus, että projektin aikana syntyneitä hyviä käytäntöjä nuorten palveluohjaukseen sekä liikuntaan aktivoimiseen liittyen on juurrutettu pysyviksi käytänteiksi kuntasektorin palveluissa.