

# PARA VALTTI

## Vuonna 2025 Valtti-ohjelmaan osallistuneiden perheiden palaute

**Koonnut: Heidi Leppä**

### **Valtti-ohjelma**

Suomen Paralympiakomitean koordinoiman Valtti-ohjelman avulla pyritään löytämään erityistä tukea tarvitseville lapsille ja nuorille liikuntaharrastus. Ohjelmassa Valtti etsii lapselle tai nuorelle neljä harrastekokeilumahdollisuutta, jotka toteutetaan pääasiassa syksyllä. Valtti-ohjelmaan voivat hakea mukaan 6–23-vuotiaat erityistä tukea tarvitsevat lapset ja nuoret, jotka eivät vielä ole löytäneet sopivaa liikuntaharrastusta.

### **Perheiden liikuntaneuvonnan Valttiplus -hanke**

Perheiden liikuntaneuvonnan Valttiplus (2024–2027) on kolmivuotinen Suomen Paralympiakomitean, Jyväskylän ammattikorkeakoulun Likesin ja Kolmen kampuksen urheiluopiston ryhmähanke, jonka yhteisenä kehittämissympäristönä toimii Paralympiakomitean valtakunnallinen Valtti-ohjelma. Hanke on osin Euroopan sosiaalirahaston (ESR+) rahoittama. Lisätietoja hankkeesta löytyy osoitteesta Paralympia.fi.



# VALTTI<sup>+</sup>

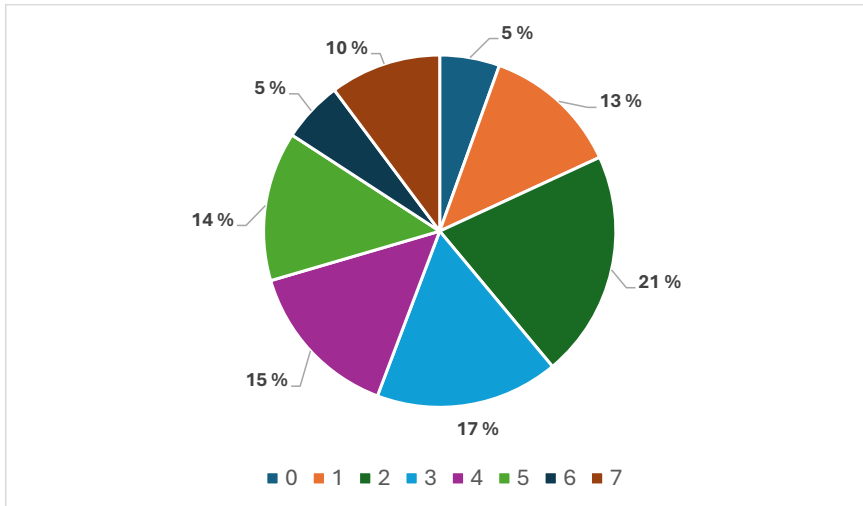
## 1 Valtti-ohjelmaan hakeneiden ja palautekyselyyn vastanneiden taustatiedot

Keväällä 2025 Valtti-ohjelmaan haki yhteensä 197 lasta ja nuorta ympäri Suomea. Suurin osa hakijoista (72 %) ilmoitti olevansa poikia ja heidän äidinkieltensä oli pääasiassa suomi (82 %). Hakijoista suurin osa (94 %) ei ollut hakenut Valtti-ohjelmaan edellisenä vuotena. Useimmiten hakijat raportoivat vaikeuksia muutoksien hyväksymisessä, ystävien saamisessa, keskittymisessä ja asioiden oppimisessa (Taulukko 1). Hakijoista 93 %:lla oli jokin lääkärin toteama pitkäaikaissairaus tai vamma.

**Taulukko 1.** Valtti-ohjelmaan hakeneiden toimintakyky. Järjestetty erittäin vaikeaa – raportoineiden mukaan (n = 197).

Toimintakyvyn osa-alue	Lievästi vaikeaa	Erittäin vaikeaa	Ei onnistu lainkaan
Hyväksyä muutoksia omiin rutiineihin	46 %	59 %	0 %
Saada ystäviä	41 %	34 %	5 %
Oppia asioita	50 %	26 %	1 %
Keskittyä, vaikka tehtävä olisi mieleinen	51 %	25 %	0,1 %
Kontrolloida omaa käyttäytymistä	48 %	23 %	1 %
Tulla ymmärretyksi, kun puhuu	38 %	17 %	5 %
Huolehtia itsestä, kuten syömisestä ja pukeutumisesta	48 %	14 %	3 %
Muistaa asioita	49 %	13 %	0 %
Nähdä, vaikka käyttää silmälasia	8 %	6 %	0,5 %
Kävellä 100 metriä, vaikka käyttäisi apuvälinettä	8 %	2 %	6 %
Kuulla puhetta, vaikka käyttää kuulolaitetta	7 %	0 %	0,5 %

Hakijoiden liikuntatottumukset vaihtelivat melko paljon. Suurin osa ilmoitti liikkuvansa vähintään tunnin päivässä kahtena tai kolmena päivänä viikossa (Kuvio 1). Hakijoilta kysyttiin myös, että montako tuntia hakija liikkuu yleensä tavallisen viikon aikana. Vastausten perusteella lapset ja nuoret liikkuvat yleisimmin 2–3 tuntia viikossa (41 %) tai 4–6 tuntia viikossa (32 %). Yleisimmin hakijoilla ei ollut mitään liikunnallista harrastusta kodin ulkopuolella (53 %).



**Kuvio 1.** Kuinka monena päivänä hakija on liikkunut vähintään tunnin päivässä (n = 197)



## 2 Valtti-ohjelmaan hakeneiden perheiden liikuntatottumukset ja toiveet Valtti-ohjelmalle

Valtti-ohjelman hakijoilta tiedusteltiin myös perheen yhteisiä liikuntatottumuksia ja harrastuksia. Yleisimmin Valtti-ohjelmaan hakeneilla perheillä oli yhteisiä liikuntatottumuksia tai harrastuksia. Perheiden yhteiset liikuntahetket ja harrastukset koostuvat yleisimmin arki- ja hyötyliikunnasta tai yhteisistä harrastuksista kuten uimisesta, pyöräilystä, ulkoilusta ja retkeilystä. Vain noin 17 prosentilla perheistä ei ole

yhteisiä liikuntatottumuksia tai harrastuksia tai ne ovat vähäisiä tai epäsäännöllisiä. Esimerkkejä perheiden yhteisestä liikkumisesta:

*"Perhe harrastaa yhdessä luontoliikuntaa ja matalankynnyksen hyötyliikuntaa osana arkea. Työmatkapyöräilyä vanhemmat ja osa perheen muista lapsista."*

*"Epäsäännöllisesti uimahalliikäyntejä, luonnonvesillä liikkumista esim. sup-laudat tai uinti."*

*"Olemme Ulkona aika paljon esim viikonloppuisin. Pyrimme käymään uimassa vähintään 2krt/kk."*

Valtti-ohjelmalta perheet toivoivat erityisesti apuja mieluisan ja sopivan liikuntaharrastuksen löytämisessä ja luomaan yhteyksiä liikuntatarjontaan ja ohjaajiin sekä sopimaan harrastuskokeiluista. Vain harva (11 %) perheistä toivoi Valtti-ohjaajilta apua innostamaan perhettä liikkumaan yhdessä. Perheet saivat perustella hakemuksessa vielä tarkemmin, että miksi heidät tulisi valita mukaan Valtti-ohjelmaan. Vastauksissa nousivat esiin tietyt teemat: lapsella ei ole omaa harrastusta tai harrastaminen on keskeytynyt, sopivan harrastuksen löytäminen on ollut vaikeaa, tarve lisätä liikuntaa, tarve ohjaukselle ja kannustukselle, yksinäisyys ja perheen rajalliset voimavarat. Yli puolella Valtti-ohjelmaan hakeneista lapsista ei ollut hakuhetkellä liikunnallista harrastusta, ja se mainittiin useimmiten perusteluina oman Valtin hakemiselle.

*"Lapsella ei ole säännöllistä liikuntaharrastusta. Tarvittaisiin apua koko perheenä sopivan liikuntaharrastuksen löytämisessä. Valtti olisi sopiva tarpeeseemme."*

*"Pitäisi löytyä joku mieleinen liikuntaharrastus, jonne lähtisi mielellään ja saisi purettua energiaa ettei ole vaan tabletin tuijottelua kotona."*

Monet perheet kertoivat, että lapselle ei ole vielä löytynyt sopivaa harrastusta, vaikka he olivat kokeilleet erilaisia vaihtoehtoja. Ryhmät ovat olleet joko liian vaativia tai muuten lapsen tarpeisiin sopimattomia. Perheet nostivat myös esille, että he eivät tunne harrastusmahdollisuuksia ja että sopivan ryhmän löytäminen koetaan haastavaksi.

*"Monia harrastuksia on kokeiltu, mutta kokeilut ovat loppuneet lyhyeen."*

*"Sopivan harrastuksen löytäminen on vaikeaa vaikean kehitysvamman ja autistisuuden vuoksi (ääniherkkyydet, sosiaaliset taidot heikot)."*

*"Lapsi on ns. väliinputoja... ei pärjää ainakaan vauhdikkaammissa ja voimaa vaativissa harrastuksissa ikäistensä ns. normi lasten mukana."*

Harrastuksen tarvetta perusteltiin muun muassa sillä, että lapsella tai nuorella on tarve lisätä liikuntaa arkeensa. Vastauksissa korostuivat, että lapsi tai nuori liikkuu tällä hetkellä liian vähän. Liikunnasta toivottiin apua esimerkiksi ylipainoon, lihasheikkouteen ja motorisiin haasteisiin.

*"Rasitusastma ja ylipaino vaikeuttavat liikkumista, olisi tärkeää löytää tähän yhtälöön sopivat harrasteet."*

*"Hakijalta loppuu kaikki terapiat ja terapeutit suosittelevat liikuntaharrastusta/-tuksia."*

Perheiden perusteluissa nousi esille myös, että lapsi tarvitsee ohjausta ja kannustusta, eikä monet lapset pysty tai uskalla vielä tässä vaiheessa osallistua harrastuksiin ilman aikuisen tukea. Perusteluissa korostui myös tarve saada kavereita ja harjoitella sosiaalisia taitoja harrastuksen avulla. Lapsilla ei välttämättä ole kavereita koulun ulkopuolella, he saattavat olla ujoja ja vaatia rohkaisua tutustua uusiin ihmisiin. Perheet näkevät harrastuksen myös keinona vahvistaa lapsen minäkuvaa ja antaa onnistumisen kokemuksia. Moni lapsi kokee olevansa erilainen, jäävänsä ulkopuolelle tai epäonnistuvansa. Harrastuksen kautta vanhemmat halusivat tarjota lapsilleen iloa, merkityksellisyyttä, rutiineja ja parempaa elämänlaatua.

*"Lapsi hyötyisi oman harrastuksen aloittamisesta, positiivisista kokemuksista ja erilaisiin lajeihin tutustumisesta. Hänen ei ole aina helppoa aloittaa uusia harrastuksia ja tarvitsee tähän tukea ja rohkaisua."*

*"Olisi mukava jos lapsella olisi harrastus ja tutustuisi sitä kautta myös muihin ihmisiin ja saisi mahdollisesti myös ystäviä."*

*"Lapsi saisi rohkeutta harrastuksen kautta. Ja iloa elämään harrastuksen muodossa."  
"Hänellä ei ole kavereita."*

*"Hän on kovin yksinäinen eikä vapaa-ajalla ole kavereita."*

Osassa vastauksista syyksi mainittiin myös perheen rajalliset voimavarat. Perheet kertoivat esimerkiksi, että arki itsessään vie kaiken energian eikä voimavaroja jää harrastuksen etsimiseen. Perheiden arkea saattavat kuormittaa esimerkiksi yksinhuoltajuus, perheen useat erityislapset, vanhempien terveysongelmat, uupumus, kielimuuri tai vähäiset taloudelliset resurssit.

*"Äiti on yrittänyt löytää sopivaa harrastusta... mutta omat voimavarat ovat vähäiset."*

*Työssäkäyvän yksinhuoltajavanhemman jaksaminen menee pitkälti jo työhönsä perusarjen pyörittämiseen, eikä voimavaroja ole oikein viime vuosina ole enää ollut alkaa järjestää uusia liikuntakokeiluja.*



### 3 Valtti-ohjelman toteutuminen

Hakijoista suurimmalle osalle (71 %, n = 140) löydettiin oma Valtti-ohjaaja syksyllä 2025. Ohjaajan saaneista 12 lasta ja nuorta ei kuitenkaan lähtenyt ohjelmaan mukaan, vaikka he saivat oman Valtin. Palautekyselyyn vastasi yhteensä 82 perhettä. Vastanneista 24 % oli tyttöjä ja suurimman osan äidinkieli oli suomi (93 %). Vastanneet lapset olivat iältään keskimäärin 10,9-vuotiaita (6–26 vuotta). Palautekyselyyn vastanneiden toimintakykyä ei pystytty yksilöimään, sillä hakulomakkeiden tietoja ei yhdistetty palautelomakkeiden tietoihin.

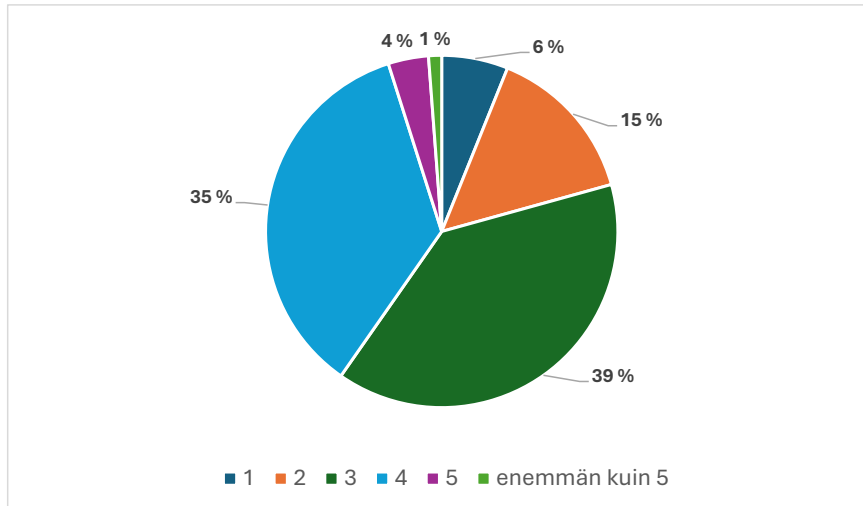
Palautekyselyyn vastanneista suurin osa (83 %) oli osallistunut Valtti-ohjelmaan syksyllä 2025 ja suorittanut sen loppuun. Ainoastaan kolme perhettä raportoi, että heillä kokeilut jatkuivat vielä palautekyselyn keruun hetkellä. Valtti-ohjaajista 94 % oli järjestänyt perheelle aloitustapaamisen, jossa keskusteltiin perheiden tavoitteista ja toiveista. Lisäksi 62 % Valtti-ohjaajista oli järjestänyt lopputapaamisen, jossa keskusteltiin lapsen tai nuoren tavoitteiden toteutumisesta ja jatkosuunnitelmista. Nämä luvut olivat hieman korkeampia kuin vuonna 2024, jolloin 91 % oli järjestänyt alkutapaamisen ja 58 % lopputapaamisen.

Vastanneista 13 % kertoi osallistuneensa Valtti-ohjelmaan syksyllä 2025, mutta kokeilut olivat jääneet kesken. Valtti-ohjelman keskeytymisen syyksi perheet raportoivat useimmiten, että kokeilukertojen yhteensovittaminen Valtti-ohjaajan aikataulujen kanssa ei onnistunut.

Kommentoimut [HL1]: Kaisa, voisitko täyttää nämä tiedot? 😊

### 3.1 Liikuntakokeilujen toteutuminen ja kulut

Kaikkiaan syksyllä 2025 oli järjestetty yhteensä 219 harrastekokeilua ympäri Suomea. Useimmiten lapsille ja nuorille oli järjestetty kolme (39 %) tai neljä (35 %) harrastekokeilua (Kuvio 2).



**Kuvio 2.** Valtti-ohjaajien järjestämien harrastekokeilujen määrä vuonna 2025.

Yleisimmin kokeiltuja lajeja olivat uinti, yleisurheilu, voimistelu, keilaus, koripallo, kiipeily, salibandy sekä erilaiset liikuntakerhot tai jumppat (Taulukko 2). Kaikkiaan Valtti-ohjelman aikana kokeiltiin yhteensä 48 erilaista lajia.

**Taulukko 2.** Valtti-ohjelman aikana kokeillut lajit vuonna 2025.

Harrastus	N
Uinti	18
Yleisurheilu	15
Voimistelu	14
Keilaus	13
Koripallo	13
Kiipeily	11
Salibandy	11
Liikuntakerho, jumppa	10
Parkour	10
Frisbeegolf	9
Jalkapallo	9
Sirkus	9

<b>Tanssi</b>	7
<b>Sulkapallo</b>	6
<b>Luistelu</b>	5
<b>Paini</b>	4
<b>Ratsastus</b>	4
<b>Telinevoimistelu</b>	4
<b>Suunnistus</b>	4
<b>Trampoliini-, seikkailu- tai liikuntapuisto</b>	4
<b>Kuntosali</b>	3
<b>Miekkailu</b>	3
<b>Golf</b>	2
<b>Karate</b>	2
<b>Padel</b>	2
<b>Partio</b>	2
<b>Pöytätennis</b>	2
<b>Minigolf</b>	2
<b>Lenkkeily tai retkeily</b>	2
<b>Biljardi</b>	1
<b>Crossfit</b>	1
<b>Curling</b>	1
<b>Geokätköily</b>	1
<b>Jousiammunta</b>	1
<b>Judo</b>	1
<b>Jääkiekko tai kelkkajääkiekko</b>	1
<b>Kalastus</b>	1
<b>Nyrkkeily</b>	1
<b>Tennis</b>	1
<b>Melonta</b>	1
<b>Hiihto</b>	1
<b>Pesäpallo</b>	1
<b>Pyörätuolikoripallo</b>	1
<b>Squash</b>	1
<b>Ilmapalloilu</b>	1
<b>Uimahyppy</b>	1
<b>Triathlon</b>	1
<b>Äänimaljarentoutus</b>	1

Hieman yli puolelle (56 %) perheistä oli koitunut kuluja harrastekokeiluihin liittyvistä kuljetuksista, keskimäärin 18 € perhettä kohden (Taulukko 3). Sisäänkäy- tai osallistumismaksuja raportoi 40 % vastaajista ja välineisiin liittyviä kuluja ainoastaan kolme perhettä. Sisäänkäy- tai osallistumismaksuihin perheillä oli mennyt keskimäärin 32 €.

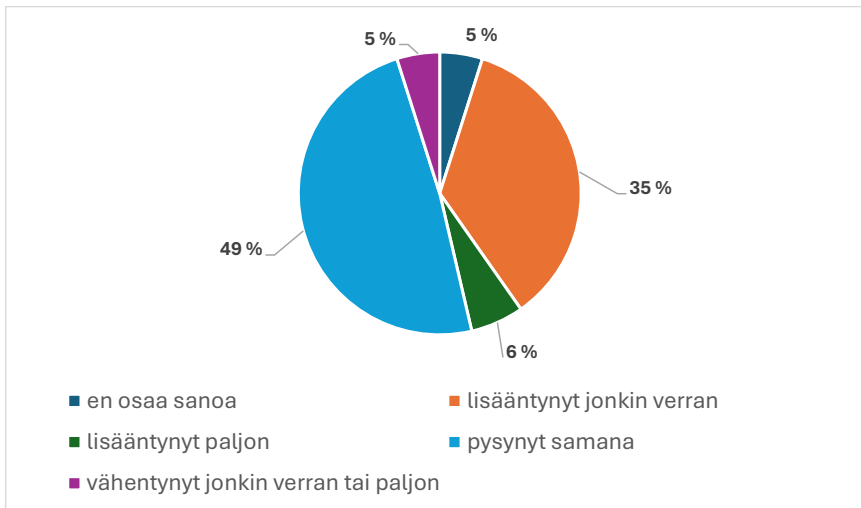
**Taulukko 3.** Valtti-ohjelman kulut kategorioittain vuonna 2024.

	<b>N</b>	<b>ka</b>	<b>Min-max</b>
<b>Sisäänpääsy – tai osallistumismaksut</b>	33	32 €	5–130 €
<b>Kuljetukset</b>	46	18 €	3–60 €
<b>Välineet</b>	3	11 €	1–25 €



### 3.2 Liikkumisen määrä ja harrastuksen löytyminen

Suurin osa vastaajista kertoi, että heidän liikkumisensa määrä on pysynyt samana (49 %) tai lisääntynyt jonkin verran (35 %) Valtti-ohjelman jälkeen verrattuna aikaan, jolloin he hakivat mukaan Valtti-ohjelmaan (Kuvio 3).



**Kuvio 3.** Jos vertaat viime kevättä, jolloin hait mukaan Valtti-ohjelmaan, ja tätä syksyä, onko liikkumisesi määrä (esim. koulumatkat, vapaa-ajan liikunta, koululiikuntaan osallistuminen) mielestäsi...? (n = 82).

Vuonna 2025 lapsista ja nuorista 44 % kertoi löytäneensä Valtti-ohjelman avulla harrastuksen, jota on jatkanut säännöllisesti. Kaikista vastaajista jopa 78 % kertoi saaneensa Valtti-ohjelman avulla ideoita tai löytäneensä mahdollisen harrastuksen, jonka aikoo aloittaa myöhemmin. Ne lapset, jotka eivät löytäneet liikuntaharrastusta Valtti-ohjelman aikana (n = 46), saivat kuitenkin useimmiten (74 %) ideoita tai mahdollisen harrastuksen, jonka voi aloittaa myöhemmin.

Suosituimpia harrastuksia olivat erilaiset liikuntakerhot, salibandy, koripallo, uinti, yleisurheilu, jalkapallo, keilaus, sirkus, tanssi ja judo (Taulukko 4). Useimmiten lapset ja nuoret kertoivat harrastavansa uutta harrastusta harvemmin kuin kerran viikossa. Harvemmin kuin kerran viikossa harrastettavista lajeista suosituimpia olivat uinti, yleisurheilu ja kiipeily. Muutaman kerran viikossa harrastettavista lajeista suosituimpia olivat erilaiset liikuntakerhot, salibandy ja koripallo.

**Taulukko 4.** Valtti-ohjelman aikana löydetty harrastukset ja harrastamisen useus.

Harrastus	1-2 kertaa viikossa	Harvemmin kuin kerran viikossa
Liikuntakerho	5	1
Salibandy	4	1
Koripallo	4	1
Uinti	3	5
Yleisurheilu	3	3
Jalkapallo	2	1
Keilaus	2	0
Sirkus	2	2
Tanssi	1	0
Judo	1	2
Kuntosali	1	1
Voimistelu	1	1
Frisbeegolf	1	2
Jääkiekko tai kelkkajääkiekko	1	1
Paini	1	1
Pyörätuolikoripallo	1	0
Kiipeily	0	3
Cheerleading	0	1
Sulkapallo	0	1
Ratsastus	0	1
Tennis	0	1
Jousiammunta, ammunta	0	1
Nyrkkeily	0	1
Golf	0	1
Lentopallo	0	1

Squash	0	1
Padel	0	1
Telinevoimistelu	0	2
Miekkailu	0	1
Melonta	0	1

### 3.3 Harrastuksen löytymistä edistäneet ja estäneet tekijät

Tärkeimpiä tekijöitä, jotka auttoivat harrastuksen löytymistä, olivat liikunnan harrastamisen hauskuus, hyvä ohjaaja, lasten ja nuorten mahdollisuus vaikuttaa harrastusvalintaan sekä se, että hänellä on aikaa liikunnan harrastamiselle (Taulukko 5).

**Taulukko 5.** Harrastuksen löytymistä edistäneet tekijät (n = 36).

	Täysin samaa mieltä tai jokseenkin samaa mieltä
Liikunnan harrastaminen on hauskaa.	98 %
Harrastuksessa on hyvä ohjaaja.	91 %
Sain vaikuttaa itse harrastusvalintaan.	91 %
Minulla on aikaa liikunnalle	91 %
Huomasin, että pärjään ja pystyn.	89 %
Liikuntaharrastus löytyi läheltä.	72 %
Pääsin mukavaan porukkaan harrastamaan.	70 %
Sain sopivat kuljetuspalvelut harrastuspaikalle.	61 %
Pystyn kulkemaan itsenäisesti harrastuspaikalle.	31 %
Löysin hyvän avustajan, joka jatkaa harrastusta kanssani.	31 %
Löysin kaverin, jonka kanssa voin käydä liikkumassa.	25 %
Löysin hyvän apuvälineen liikuntaharrastuksen tueksi.	20 %

Perheiden yleisimpiä esteitä harrastuksen löytymiselle olivat se, että lapset ja nuoret eivät päässeet kulkemaan itsenäisesti harrastuspaikalle tai että heille ei löytynyt sopivaa ryhmää (Taulukko 6). Myös avustajan tai kaverin puuttuminen nousivat yleisempien esteiden joukkoon.

**Taulukko 6.** Harrastuksen löytymistä estäneet tekijät (n = 46).

	Täysin samaa mieltä tai jokseenkin samaa mieltä
En pysty kulkemaan itsenäisesti harrastuspaikalle.	65 %
En löytänyt sopivaa ryhmää.	59 %
Minulla ei ole avustajaa, joka voisi jatkaa harrastusta kanssani.	57 %
Minulla ei ole kaveria, jonka kanssa käydä liikkumassa.	52 %
En tiedä, mitä voisin harrastaa.	43 %

Minulla ei ole kuljetuspalvelua harrastuspaikalle.	33 %
Liikuntaharrastus on liian kaukana kodistani.	28 %
Koen, että en pärjää tai pysty.	27 %
Koin epäonnistumisia Valtti-ohjelman aikana.	16 %
Kokeilemissani lajeissa ei ollut hyvää ohjaajaa.	13 %
En päässyt vaikuttamaan harrastuskokeiluihin.	9 %
En pidä liikunnasta	7 %
Minulla ei ole aikaa liikuntaan.	6 %
Haluamaani liikuntapaikkaan ei ole esteetöntä pääsyä.	4 %
En löytänyt soveltuvia apuvälineitä liikuntaharrastuksen tueksi.	2 %



#### 4 Perheiden arvio ja kokemukset Valtti-ohjelmasta

Edellisvuosien tapaan lähes kaikki suosittelevat Valtti-ohjelmaa muille (89 %) ja suurin osa hakisi uudelleen mukaan Valtti-ohjelmaan (77 %) (Taulukko 7). Perheet kokivat myös useimmiten, että Valtti-ohjelman ajankohta oli sopiva heidän perheilleen (84 %) ja pääsääntöisesti aikataulujen yhteensovittaminen Valtin kanssa sujui hyvin (80 %).

**Taulukko 7.** Valtti-ohjelman kokonaisarviointi vuonna 2025 (n = 82).

	Täysin samaa mieltä tai jokseenkin samaa mieltä
Suosittelen Valtti-ohjelmaa muille.	89 %
Harrastekokeilujen maksut olivat sopivia perheelleni.	86 %
Valtti-ohjelman ajankohta oli sopiva perheelleni.	84 %
Aikataulujen yhteensovittaminen Valtin kanssa sujui hyvin.	80 %

<b>Hakisin uudelleen mukaan Valtti-ohjelmaan.</b>	77 %
<b>Valtti toi lisäideoita nykyisen harrastustarjontani monipuolistamiseksi.</b>	73 %
<b>Valtti-ohjelman kokonaiskesto oli sopiva.</b>	69 %
<b>Valtti innosti koko perhettä yhteiseen liikkumiseen</b>	50 %

#### 4.1 Palautetta Valtti-ohjaajista ja heidän toiminnastaan

Aiempien vuosien tapaan perheiden kokemukset Valtti-ohjaajien toiminnasta vaihtelivat suuresti. Valtteja kuvattiin useilla positiivisilla adjektiiveilla, kuten mukava, hyvä, kiva, ystävällinen, ihana, kannustava, kärsivällinen, innokas ja positiivinen. Osa perheistä kiitteli esimerkiksi, että heidän Valttinsa osasivat ottaa lapsen erilaiset tarpeet hyvin huomioon, saivat hyvän kontaktin lapseen ja lapsi otettiin vastaan omana itsenään. Kiitosta saivat myös Valttien oma-aloitteisuus, lapsen innostaminen ja perheen toiveiden kuuntelu. Perheet olivat kiitollisia, jos yhteydenpito Valtin kanssa oli sujunut hyvin ja Valtti oli auttanut keksimään perheen aikatauluihin sopivia lajikokeiluvaihtoehtoja.

*Lapsen valtti oli todella kärsivällinen ja jutteli ja selitti lapselle asiat tosi hienosti. Muutenkin osasi ottaa lapsen hyvin huomioon ja lapselle tuli sellainen olo että tuli kuulluksi ja hyväksytyksi omana itsenään.*

*Suuri kiitos tästä mahdollisuudesta! Meidän Valtti oli aivan ihana ja lapsella oli hänen kanssaan todella hauskaa.*

*Valtti-ohjelman ohjaajat olivat erittäin hyviä ja ottivat hyvin huomioon lapsen erilaiset haasteet.*

*Valtti on hyvä ohjaaja. Innosti lasta kokeilemaan erilaisia juttuja. Valtti sai hyvän kontaktin lapseen. Valtti oli innostava ja huomioi lapsen vireystason. Valtti kuunteli perheen toiveita hyvin. Kiitos Valtille 🥰*

*Yhteydenpito Valtti-ohjaajien kanssa sujui hyvin ja keskustelu oli avointa ja ystävällistä. Lapsi otettiin hyvin vastaan omana itsenään.*

*Valtit olivat aivan mahtavia!! Mukava, että sai kerrankin miespuolisia valtteja, jotka vieläpä olivat niin rentoja ja mukaansatempaavia! Meitä kuunneltiin ja toteutukset onnistuivat hyvällä aikataululla.*



Valtteina toimivat yleisimmin opiskelijat, jotka vasta harjoittelevat työelämään liittyviä taitoja, sekä osalle Valttina toimiminen saattaa olla ensimmäinen kerta kohdata erityislapsia ja -nuoria ja perehtyä soveltavaan liikuntaan. Nämä asiat saattavat näkyä perheiden palautteissa, sillä kaikilla perheillä yhteistyö ei sujunut Valttien kanssa mutkattomasti. Perheiden mukaan yhteistyön haasteet liittyivät pääsääntöisesti perheen tai Valtin kiireisiin ja aikataulujen yhteensovittamiseen. Lisäksi osa perheistä olisi kaivannut Valtilta enemmän aloitekykyä, aktiivisuutta ja omatoimisuutta. Osa perheistä olisi toivonut Valtilta parempia taitoja kohdata heidän erityislapsensa.

*Risuja että kokeilut piti tehdä nopeaan aikatauluun ohjaajamme valmistumisen vuoksi. Lapsi olisi halunnut kokeilla karatea mutta ei ollut aikaa odottaa karatepaikan vastausta, enkä ole varma oliko Ohjaaja muuten kuin s.postilla yhteydessä. Ja lapsi olisi halunnut tanssia kokeilla mutta pv määrä ei käynyt ohjaajan oman harrastuksen vuoksi.*

*Olemme melko tyytymättömiä valttiohjaajaan. Olisimme kaivanneet vähän omatoimisempaa ohjaajaa. Ensimmäisellä kerralla lähdimme koko perheellä uimaan ilmaiselle uintivuorolle. Valttiohjaaja odotti meitä uimahallin ulko-ovella ja saattoi meidät pukutiloihin vievälle portille. Hän ei siis tullut ollenkaan uimaan. Meille tämä uimahalli oli tuttu, mutta joku toinen olisi voinut olla aivan eksyksissä. Eikö Valttiohjaajan tehtävänä ollut kuitenkin saattaa tukea tarvitseva nuori liikunnan pariin ja kannustaa liikkumaan, eli tässä tapauksessa olla mukana puku- ja saunatiloissa, sekä opastaa toimimaan allastiloissa ja uimaan kaverina. Toinen meistä vanhemmista oli toki varautunut toimimaan avustajana eli auttamaan peseytymisessä ja pukeutumisessa.*

*Telinevoimisteluun mennessämme Valttiohjaaja ei tiennyt mistä ovesta telinevoimistelusaliiin mennään sisään ja odotti väärällä ovella. Aikani odoteltuamme*

*soitin hänelle ja ohjasin hänet oikeaan paikkaan. Mobo-suunnistukseen olimme sopineet tapaamisen suunnistuskartan starttipaikalle. Jälleen Valttiohjaaja oli väärässä paikalla, saman koulun lähellä toki, mutta eri kentällä. Nuoren avustajana ollut isä soitti minulle, kun Valttiohjaajaa ei näkynyt missään, ja minä ohjasin hänet puhelimitse oikeaan paikkaan. Valttiohjaus tuntui vähän nurinkuriselta, kun me jouduimme ohjaamaan ja opastamaan Valttiohjaajaa käytännön asioissa. Olettaisin, että Valttiohjaaja tietäisi mihin pitää mennä, miten siellä toimitaan ja ohjaisi nuorta aktiivisemmin itse liikunnan parissa. Ei niin, että me vanhemmat ehdotamme Valttiohjaajalle, mitä esim. telinevoimistelualueella voisi tehdä nuoren kanssa. Ymmärrämme, että meidän nuori tarvitsee liikuntakokeiluihin avustajan mukaan, mutta mitähän näistä liikuntakokeiluista olisi tullut, jos ilman avustajaa pärjäävä erityisnuori olisi ollut Valttiohjaajan kanssa kahdestaan. Itse liikuntaharrastukset, joita nuoremme pääsi kokeilemaan, olivat kivoja, hän tykkäsi kovasti. Muuten Valtti-ohjelma kuormitti enemmän meitä vanhempia kuin toi iloa.*

*Lapsen ohjaaja vaikutti olevan todella kiireinen. Yhteisiä tapaamisia oli vaikea löytää hänen puolestaan. Häneltä ei saatu mitään ideoita, mitä voitaisiin kokeilla ja käytti lasta seinäkiipeilyssä ja uinnissa, mitkä jo esille toimme. Lopputapaamista tai keskustelua emme ole pitäneet emmekä myöskään kuulleet hänestä. Välillä laitoin viestiä, että olisiko hänellä ideoita kokeiluun/tapaamiseen, mutta vastausta ei tahtonut saada. Itselle jäi tunne, ettei hän oikein ottanut asiakseen pohtia tai kokeilla lajeja, jotka sopivat lapsen haasteisiin.*

*Toisella valteista tuntui olevan kiire saada homma pois alta ja kokeiluilla oli kiire. Hän ei myöskään osallistunut ensimmäiselle tutustumiskerralle/starttiin. Kokeilut tehtiin nopeassa tahdissa ja nuori olisi tarvinnut enemmän aikaa miettimiseen ja kokeilujen ennakkointiin. Hän ei kokeillut mitään uutta ja luisteluryhmä, jossa hän kävi oli vaikeammin vammaisille lapsille/nuorille ja tämä murrosikäinen nepsy ei kokenut olevansa oikeassa porukassa. Valtit arvioivat nuoren taitotason tosi alakanttiin, mikä latisti nuorekin intoa. Heillä oli ehkä käsitystä enemmänkin fyysisesti vammaisen nuoren liikunta-asioista.*

*Valttikokeilujen aikataulujen sopimisessa olisi hyvä huomioida erityislapsen tarpeet ja haasteet: Esim. koulupäivän jälkeen on hyvä olla tauko (välipala, läksyt ja pieni "hengähdystauko") ennen lajikokeilua. Lajikokeiluihin käytettävä aika oli melko lyhyt, aloitustilaisuudesta 10.9. - lokakuun loppuun saakka. Olisi hyvä, jos Valtti voisi varata kalenteristaan reilummin aikaa näille viikoille, jotta aikojen sopiminen olisi helpompaa. Seuraavan lajikokeilun lajin, paikan ja ajan sopiminen olisi voinut olla ehkä nopeammalla aikataululla. Ehkä odotimme hieman enemmän ideoita lapselle aivan uusista lajeista. Lapsi tykkäsi Valtti-ohjaajasta ja Valtti-kerroista. Ensimmäinen lajikokeilu Frisbeegolf oli lapsen mielestä mukavinta.*

*Lapsellemme sattuneet ohjaajat olivat jokseenkin epäaktiivisia ja tuntui, että meidän huoltajien olisi pitänyt miettiä kokeiluja heidän puolestaan. Alkutapaamisessa käytiin läpi kaikki mahdolliset, mitkä lapselle voisi sopia, mutta he silti kysyivät näitä aina uudestaan eivätkä vaikuttaneet kirjanneen mitään ylös. Lapsemme on taitava fyysisestä toimintakyvyltään ja haasteet ovat enemmän sosiaalisissa taidoissa ja keskittymisessä. Lajikokeilussa lasta moitittiin (tämä ei mielestäni ollut tarpeellista koska keskittymisen haasteet olivat kyllä ohjaajien tiedossa) ja toisessa toteutuneesta kokeilussa hänen puolestaan tehtiin asioita, joita lapsi sanoitti, että ei halua hänen puolestaan tehtävän vaan osaisi itse. Ohjaajat eivät siis olleet oikein painaneet mieleen lapsen todellisia tarpeita jotka eivät liittyneet fyysiseen toimintakykyyn... Ymmärrän, että esteitä voi tulla, mutta luulin että neljä lajikokeilua olisi edes jotenkin saatu toteutumaan, kun aikaa kuitenkin tässä välissä oli riittävästi. Pettymys ja harmitus siis jää päällimmäiseksi tunteeksi tästä, kun lajikokeiluja ei tullutkaan useampia. Onneksi lapsi löysi mahdollisen harrastuksen kuitenkin ja voimme harkita uudelleen Valtti-ohjelmaan hakemista aktiivisempien ohjaajien toivossa.*



#### **4.2 Valtti-ohjelman onnistumiset**

Perheiden palautteissa nousi esille jälleen useita onnistumisia. Perheet olivat tyytyväisiä, että heidän lapsensa oli päässyt kokeilemaan erilaisia lajeja, joita ei olisi muuten tullut kokeiltua. Eräs perhe kuvaili, että heidän Valtti-ohjelman aikana heidän lapsensa itsevarmuus kasvoi ja he huomasivat, että lapsi pärjää ja osaa olla ilman vanhempiakin.

*Tämä oli kiva ohjelma. Tuli käytyä kokeilemassa harrastuksia, jotka muuten olisi saattanut jäädä kokeilematta.*

*Ihan mahtava ohjelma! Tosi mukava valttikummi ja auttoi tosi hyvin keksimään lajikokeiluvaihtoehtoja ja löytämään meidän aika tiukkoihin aikatauluihin soveltuvia ryhmiä ja lajikokeiluja. Sekä lapsi että isä innostuivat liikunnasta ja uskaltautui kokeilemaan lajeja, jotka eivät ensimmäisenä olisi tulleet mieleen - ja innostui niistä! Ihan mahtavaa henkistäkin tukea liikkumiselle. Suurkiitos!*

*Lapsi sai kokeiluista itsevarmuutta ja alkoi harrastamaan parkkouria kokeilun jälkeen. Kuuli myös kaverilta liikuntakerhosta ja halusi mennä myös sinne parkkourin lisäksi. Kokeilua ennen olimme harrastaneet yhdessä lapsen kanssa, mutta toiminen itsenäisesti vahvisti kokemusta että pärjää ja osaa olla ilman vanhempiakin.*

*Valtti ohjelman ansiosta lapsi kokeili jonkun aikaa yleisurheiluharrastusta ja kun se oli vielä liian haastavaa kokeilimme liikuntakerhoa, jossa lapsi on vielä jatkanut. Ohjelman avulla sain rohkeutta mennä lapsen kanssa tutustumaan eri harrastuksiin ja etsimään sopivaa.*



#### **4.3 Perheiden kehitysehdotukset**

Edellisten vuosien tapaan Valtti-ohjelman kesto ja harrastekokeilujen aikataulutus herätti perheissä useita kehitysehdotuksia. Osa perheistä koki, että Valtti-ohjelma olisi voinut sisältää useampia kokeilukertoja ja ehdotti, että samaa harrastusta voisi käydä kokeilemassa useamminkin. Joidenkin perheiden mielestä Valtti-ohjelmaan varattu

kokeiluaika jäi liian lyhyeksi, ja kokeilujen ajoittaminen lyhyelle ajankohdalle oli haastavaa. Toisaalta eräs perhe nosti esille, että harrastekokeilut voisi toteuttaa lyhyemmälläkin aikajaksolla ja mielellään lähellä Valtti-ohjelmaan hakua, sillä silloin on motivaatio korkeimmillaan. Perheet antoivat palautetta myös urheiluseuroille. He harmittelivat, että urheiluseuroista puuttuu soveltavan liikunnan osaamista ja että osalla Valteista oli vastattu huonosti.

*Toteutus oli niissä puitteissa, mitä lapset antaa myöten ja mitä paikkakunnalla on mahdollista tehdä sujuva. Kehittämistä olisi vielä siinä, miten voisi ”pärvätä” erilaisen lapsen kanssa ilman vanhempaa ja siinä, miten saadaan hanke maaliin niin, että tulisi kokeilua laajemmin eri liikuntamahdollisuuksista, mutta tässäkin näkyy yleisesti se, että erilaiset lapset omien haasteiden kanssa jäävät urheiluseurojen ja harrastusmahdollisuuksien ulkopuolelle, kun puuttuu osaaminen ja kiinnostus erityislapsien liikuntamahdollisuuksien järjestämiseen ja se on ainakin pienten paikkakuntien ongelma. Vaatii vanhemmilta viitseliäisyyttä ja usein ne voimavarat on ennestään jo vähäiset. Meilläkin harrastetaan jo sellaisia lajeja, mihin itsellä riittää osaaminen ja mitä voi järjestää lapselle itsenäisesti. Näitä ovat uinti, ratsastus, kävely/retkeily/ulkoilu, kalastus, hiihto ja luistelu, koripallon heittäminen. Valtti-ohjelma ei sinänsä tuonut tähän pakettiin uutta, mikä oli vähän harmi kun odotukset olivat suuremmat, mutta kuten sanoin myös lapsen haasteet ovat suuret ja ohjelman vetäjät olivat aina uuden asian äärellä niin senkin puolesta vaatisi enemmän kokemusta, jos on vetäjät kokemattomia.*

*Meille olisi sopinut nopeampikin tempoinen tahti lajikoelussa. Tavoitteena oli löytää harrastus jonka olisimme voineet aloittaa heti vuoden alusta. Valttiohjaaja ei ehtinyt suorittaa meidän kanssa loppuun asti kokeiluja, harmillisesti jouduin hänelle useasti viestittämään ja kyselemään milloin mennään. Meille oli tärkeä löytää harrastus suht järkevän matkan päästä ja mieluiten arkipäivälle. Kävimme uimassa johon olisin toivonut pääsevän kokeilemaan harrastusryhmän mukaan tai näkemään ohjaajan. Nyt koimme että uinti oli samanlainen kuin meidän normaali uimahallikäynti. Myös kiipeilyssä olisi kiva kun olisi ollut ohjaaja ja päässyt enemmän esittämään kysymyksiä. Koripallo oli kiva kun oli ryhmän mukana ja oli ohjaaja. Poika on erittäin urheilullinen ja tykkää urheilla. Harmi että joudun tästä jatkamaan itsenäisesti.*

*Haku ohjelmaan oli keväällä ja aloitus vasta syksyllä. Puoli vuotta on liian pitkä aika, tuossa ajassa lapsen mielenkiinnon kohteet ja toiveet ehtivät muuttumaan. Keväällä ei ollut harrastuksia ja lapsi olisi halunnut ohjelmaan mukaan, mutta kesän aikana tilanne muuttui, kun sattumalta mieleinen harrastua löytyikin.*

*Ehkä luimme vähän huonosti infoja, mutta välillä oli epäselvää se, kuka ehdottaa harrastuskokeiluja, viestii aikatauluista jne. Valtti-ohjaaja oli mukava ja kiva, hänen kanssaan sujui hyvin.*

*Olisi pitänyt hoksata ensitapaamiseen valmistautua paremmin, kuten jutella lapsen kanssa mitkä lajit kiinnostaisi. Lisäksi ensitapaamiseen en hoksannut tuoda lasta mukaan, kun en tienyt ohjelman sisällöstä.*

*Ainoastaan ohjelma saisi kestää hiukan pitempään, niin ehtisi tehdä enemmänkin lajikokeiluja, tosin tähän vaikutti omat rajalliset aikavaihtoehdot.*

*Hyvä kokemus, mutta urheiluseurojen omiin treeneihin ei lapsemme pääsyt tutustumaan. Turvallista aloittaa Valtti-ohjaajien kanssa, mutta jatkossa ehkä voisi yrittää toteuttaa Valtti-kokeiluja myös paikallisten seurojen treeneissä. Tämä ehkä vaatii enemmän järjestelyjä ja on sidottu tiettyihin aikatauluihin.*

*Kesto liikuntakokeilulle olisi voinut olla hieman pidempi, koska muut syyt vaikuttivat kokeilujen toteutumiseen. Oli harmi, että Valtit saivat huonosti vastauksia liikuntaseuroista/harrasteryhmistä ja siksi kaikkea kiinnostavaa urheilulajia ei päästy kokeilemaan. Kivat ja kannustavat Valtit!*

*Olisi ollut kiva jos olisi jatkunut vähän pidempään, nyt lapsi käytti lajikokeilut samaan harrastukseen, koska se oli mieleinen ja hänelle selkeämpää kuin mennä joka kerta eri. Kuukauden jälkeen päädyimme lopettamaan yleisurheilun. Onneksi ohjaaja oli kerännyt listaan muita vaihtoehtoja.*



**SUOMEN  
PARALYMPIAKOMITEA**

