



Regionförvaltningsverket

Arbetsbok för strategisk planering av anpassad motion

Som modell för planering
på strategisk nivå
i kommunerna

Regionförvaltningsverket
i Sydvästra Finland



Regionförvaltningsverket i Sydvästra Finland
Undervisnings- och kulturväsendet

Arbetsbok för strategisk planering av anpassad motion
Som modell för planering på strategisk nivå i kommunerna

15.5.2023

Text: Timo Ala-Vähälä, Liikuntatieteellinen Seura (LTS)

Aluehallintovirastojen julkaisuja 169/2023

ISSN 2343-3132

ISBN 978-952-5882-69-8

Åbo

2023

KUVAILEHTI

Julkaisusarjan nimi ja numero Aluehallintovirastojen julkaisuja 169/2023			
Tekijät		Julkaisuaika 15.5.2023	
Lounais-Suomen aluehallintovirasto ja Timo Ala-Vähälä, LTS Riikka Roitto, LTS		Toimeksiantaja(t) Lounais-Suomen aluehallintovirasto	
		Toimielimen asettamispäivä -	
Julkaisun nimi Soveltavan liikunnan strategisen suunnittelun työkirja			
Tiivistelmä			
<p>Soveltavan liikunnan strategisen suunnittelun työkirja on työkalu, jonka avulla kunnan liikuntatoimi voi suunnitella soveltavan liikunnan palvelujen järjestämisen esimerkiksi kunnanvaltuustojen vaalikauden mittaisiksi jaksoiksi.</p> <p>Työkirjan perusajatuksena on, että soveltavan liikunnan palvelujen tarjona ei kuulu pelkästään liikuntatoimelle, vaan esimerkiksi koulutoimelle ja varhaiskasvatukselle, hyvinvointialueiden tuottamille vanhus- ja vammaispalveluille, kolmannen sektorin palveluille, kansalais- ja työväenopistoille sekä mahdollisesti yksityisen sektorin palvelujen tarjoajille.</p> <p>Suunnittelun keskeisiä osa-alueita ovat palvelujen potentiaalisen kysynnän ja tarjolla olevien palvelujen nykytilanteen kartoitus; vastuiden jako eri toimijoiden kesken; resurssitarpeiden arviointi; eri osapuolten sitouttaminen yhteistyöhön.</p> <p>Työkirjassa käydään lävitse suunnittelun yleiset periaatteet, kuten suunnitelman laatiminen, vastuutaho, dokumentointi ja seuranta (luku 2); soveltavan liikunnan palvelujen suunnittelu asiakasryhmittäin (luku 3); esitetään käytännön vinkkejä suunnitelman laatijoille (luku 4), sekä esitetään prosessikuvaus suunnitelman laatimisesta (luku 5).</p> <p>Dokumentin liitteenä on excel-kaavio, jonka täyttäminen tuottaa keskeiset sisällön soveltavan liikunnan strategiselle suunnitelmalle.</p> <p>Työkirjaa ei tarvitse toteuttaa sanatarkasti, vaan sen avulla kunta voi rakentaa omia tarpeitaan palvelevan suunnittelun järjestelmän. Jos kunnalla on toimiva suunnittelun järjestelmä, sitä ei kannata purkaa, vaan käsillä olevaa työkirjaa voi hyödyntää sen arvioimiseksi, sisältyykö nykykäytäntöön jotain korjattavaa tai lisättävää.</p>			
Asiasanat (YSA:n mukaan) Soveltava liikunta, Soveltavan liikunnan palvelut, Soveltavan liikunnan palvelujen suunnittelu			
ISSN (painettu) -	ISBN (painettu) -	ISSN (verkkojulkaisu) 2343-3132	ISBN (verkkojulkaisu) 978-952-5882-69-8
Kokonaissivumäärä 26		Kieli Suomi	Hinta -
Julkaisija Lounais-Suomen aluehallintovirasto		Paino -	

INFORMATIONSSIDA
Regionförvaltningsverkens publikationer 169/2023

Sammanställd av Regionförvaltningsverket i Sydvästra Finland och Timo Ala-Vähälä, LTS Riikka Roitto, LTS		Utgivningsdatum 15.5.2023	
		Uppdragsgivare Regionförvaltningsverket i Sydvästra Finland	
		Datum för tillsättandet av organet -	
Publikationens titel Arbetsbok för strategisk planering av anpassad motion			
Referat <p>Arbetsboken för strategisk planering av anpassad motion är ett verktyg med hjälp av vilket kommunens idrottsväsende kan planera hur anpassad motion ordnas till exempel för perioder som omfattar kommunfullmäktiges valperiod.</p> <p>Grundtanken i arbetsboken är att tjänster för anpassad motion inte endast ska tillhandahållas av idrottsväsendet, utan till exempel av tillhandahållare av tjänster inom skolväsendet och småbarnspedagogiken, tjänster för äldre och personer med funktionsnedsättning som välfärdsområdena producerar, tjänster inom tredje sektorn, medborgar- och arbetarinstitut samt eventuellt av tillhandahållare av tjänster inom den privata sektorn.</p> <p>Centrala delområden i planeringen är kartläggning av den potentiella efterfrågan på tjänster och nuläget för de tjänster som erbjuds; ansvarsfördelning mellan olika aktörer; bedömning av resursbehoven; olika parter engagemang i samarbetet.</p> <p>I arbetsboken går man igenom de allmänna principerna för planeringen, såsom utarbetande av en plan, ansvarig instans, dokumentering och uppföljning (kapitel 2); planering av anpassad motion enligt klientgrupp (kapitel 3); praktiska tips för dem som utarbetar planen (kapitel 4) samt en processbeskrivning för utarbetandet av planen (kapitel 5).</p> <p>Som bilaga till dokumentet finns ett Excel-diagram. Genom att fylla i diagrammet skapas det centrala innehållet i den strategiska planen för anpassad motion.</p> <p>Arbetsboken behöver inte genomföras ordagrant. Tanken är att kommunen med hjälp av den kan bygga upp ett planeringssystem som tjänar kommunens egna behov. Om kommunen har ett fungerande planeringssystem lönar det sig inte att avveckla det. Istället kan den aktuella arbetsboken utnyttjas för att bedöma om det finns något att korrigera eller lägga till i den nuvarande praxisen.</p>			
Ämnesord Anpassad motion, Tjänster för anpassad motion, Planering av tjänster för anpassad motion			
ISSN (tryckt) -	ISBN (tryckt) -	ISSN (webbpublikation) 2343-3132	ISBN (webbpublikation) 978-952-5882-69-8
Sidantal 26		Språk	Pris -
Utgivare Regionförvaltningsverket i Sydvästra Finland		Tryckeri -	

Innehåll

1. Inledning	8
2. Organisering av anpassad motion på kommunnivå	8
2.1 Principer för planering av tjänster	8
2.2 Tjänsternas tillgänglighet.....	9
2.3 Resurser för anpassad motion	9
2.4 Samarbetsnätverk för anpassad motion	10
2.5 Befolkningens deltagande och välfärd.....	10
3. Planering av anpassad motion enligt kundgrupp	11
3.1 Mål för anpassad motion inom skolgymnastik, motion inom familjen och småbarnspedagogiken samt genomförandesätt....	11
3.2 Tjänster för anpassad motion för personer i arbetsför ålder som huvudsakligen klarar sig på egen hand, men som har någon kronisk sjukdom, skada eller annan begränsning som begränsar rörligheten	12
3.3 Tjänster för anpassad motion för personer med funktionsnedsättning och långtidssjuka som behöver ett mer omfattande stödnätverk	13
3.4 Äldre motionärer som klarar sig utan ett omfattande stödnätverk	13
4. Tips och anvisningar för de som utarbetar den strategiska planen för anpassad motion	15
5. Processbeskrivning av utarbetandet av en strategisk plan för anpassad motion	16
5.1 Utarbetande av en utvecklingsplan för anpassad motion som en gemensam process för olika aktörer - beskrivning av processen...	16
Bilagor	
1: Tabell, organisation, kommunnivå	23
2: Tabell, mål för tjänsterna och målgrupp	24
3: Tabell, organisation och verksamhet, RFV	25

Följebrev,

Regionförvaltningsverket i Sydvästra Finland genomförde under åren 2021–2022 ett projekt för att utveckla tjänsterna för anpassad motion i kommunerna i Sydvästra Finland som en del av Regionförvaltningsverket i Sydvästra Finlands idrottsväsendes strategi för 2021–2024. Projektfaserna presenteras på bild 1. Utvecklingsåtgärden hörde till delområdet Likabehandling och jämställdhet inom idrotten i Regionförvaltningsverket i Sydvästra Finlands strategi för idrottsväsendet. Syftet i strategin är att främja icke-diskriminering och jämställdhet mellan könen inom idrottskulturen. Målet är att stärka en jämlik tillgång till idrottstjänster och ett jämlikt bemötande av medborgarna inom idrottstjänsterna. Utvecklingsprojektet grundade sig på en utredning av nuläget för idrottstjänsterna i kommunerna i Sydvästra Finland och på utvecklingsförslag som härletts från nuläget. Ett centralt utvecklingsobjekt utifrån utredningarna av nuläget var att öka den strategiska och långsiktiga planeringen av anpassad motion i kommunerna. Analysen av nuläget baserade sig på riksomfattande Anpassad motion i kommunerna 2019 och Liikuttaako? Forskare Timo Ala-Vähälä (Liikuntatieteellinen Seura ry, LTS) gjorde en noggrannare analys av materialet i rapporterna Liikkujakysely och Seurakysely för personer med funktionsnedsättning som gällde Sydvästra Finlands område.

Bild 1. Faserna i det utvecklingsprojekt som Regionförvaltningsverket i Sydvästra Finland genomfört i kommunerna i Sydvästra Finlands område för att utveckla tjänsterna för anpassad motion.

Bakgrund



Timo Ala-Vähälä utarbetade som en del av Regionförvaltningsverket i Sydvästra Finlands utvecklingsprojekt en arbetsboksmodell för Regionförvaltningsverket i Sydvästra Finland som kommunerna kan använda som verktyg för strategisk planering av anpassad motion. Arbetsboken pilottestades av Åbo stad och Pesar stad år 2022.

Arbetsboken består av ett Excel-dokument där man kan fylla i de uppgifter som samlas i arbetsboken samt anvisningar som presenteras i detta dokument.

Den aktuella arbetsboken är riktgivande. Kommunen kan avvika från arbetsboken enligt sina behov och vidareutveckla den. Kommunerna kan också ha egen god praxis för strategisk planering som det lönar sig att bevara och eventuellt vidareutveckla. Kommunen kan också själv bestämma i vilken visuell form den vill bygga upp sin strategiska plan för idrott och motion. I arbetsboken presenteras vilka delområden och vilket innehåll det är bra att beakta i den strategiska planen.

Målet med den strategiska planeringen av anpassad motion i kommunen är att utarbeta en plan för utveckling av anpassad motion för kommunen. Planen grundar sig på en motiverad uppskattning av den potentiella efterfrågan på motionstjänster, tillgängliga resurser och fungerande samarbetsmodeller. Resultatet av planeringsprojektet är en strategisk utvecklingsplan för anpassad motion som alla centrala instanser som deltar i genomförandet har förbundit sig till.

I den strategiska planeringen av anpassad motion är den grundläggande idén att göra en bedömning av nuläget, utvecklingsbehoven och de tillgängliga resurserna och utifrån dessa fastställa mål för verksamheten under de kommande 4–5 åren. I målen ingår såväl kvantitativa och kvalitativa mål för tjänsterna som verksamhetsmodeller för samarbetet. Den strategiska planen blir mer bindande om den fastställs på någon beslutsmässig nivå (nämnd, fullmäktige eller motsvarande) och olika samarbetspartner bekräftar sitt deltagande i sina egna beslutsorganisationer.

För utvärderingen av genomförandet av den strategiska planen ska ett uppföljningssystem fastställas och för att trygga kontinuiteten är det bra att i planen också anteckna när planen uppdateras.

Mer information:

Marie Rautio-Sipilä, överinspektör för idrottsväsendet,
Regionförvaltningsverket i Sydvästra Finland
Inspektör för idrottsväsendet Tiina Kaijanen, RFV i Sydvästra Finland
Forskare Timo Ala-Vähälä, LTS
Sakkunnig Riikka Roitto, LTS

1. Inledning

Kommunen antecknar i inledningen till den strategiska planen för anpassad motion strategins syfte och samband med kommunens övriga strategidokument, tidsmässiga och regionala avgränsningar, uppgörandeprocessen och upprättarna samt de instanser som ansvarar för genomförandet av strategin och uppföljningssätten.

Kommunen utarbetar självständigt en inledning som passar deras situation. I inledningen definieras till exempel de centrala begreppen för anpassad motion, den rättsliga grunden för anpassad motion och kommunens egna specialbehov. I slutet av planen görs ett sammandrag där det skrivs in planens giltighetstid, uppföljningssystem och hur uppdateringen av planen sker innan giltighetstiden går ut.

2. Organisering av anpassad motion på kommunnivå

I det här kapitlet går vi igenom de grundläggande frågorna gällande utarbetandet av en plan (2.1), tjänsternas tillgänglighet (2.2), beslut om resurser (2.2), samarbetspartner inom anpassad motion (2.4) samt påminner om att idrotts-tjänsternas mål är att främja välbefinnandet hos kunder inom anpassad motion (2.5).

2.1 Principer för planering av tjänster

Verksamhetsform

Kommunen gör upp en plan för anpassad motion. Innehållet i planen för anpassad motion specificeras enligt målgrupp i kapitel 3.

Planen kan vara självständig eller utgöra en del av den allmänna motionsplanen. I planen fastställs tjänsterna enligt verksamhetsform och målgrupp.

Ansvarig instans

Planen utarbetas till exempel av idrottsväsendet och godkänns av kommunstyrelsen, fullmäktige eller nämnden. För verkställandet av planen ansvarar (t.ex.) idrottsväsendet tillsammans med sina samarbetspartner.

Mål

Kommunen använder en plan som definierar målnivån för tjänsterna enligt målgrupp, principerna för genomförandet och uppföljningssystemet.

När målnivån för tjänsterna fastställs utnyttjas uppgifter från olika källor om den potentiella efterfrågan på tjänsterna.

Dokumentation

Som dokument för planen fungerar en plan som godkänts av kommun-

styrelsen, fullmäktige eller en nämnd och för vilken en giltighetstid och ett uppföljningssystem har fastställts.

Uppföljning, ansvarig instans

I planen fastställs hur genomförandet av planen ska följas upp och utvärderas.

2.2 Tjänsternas tillgänglighet

Verksamhetsform

Kartläggningar av tillgängligheten: information om tillgänglighetssituationen och utvecklingsbehovet, utvecklingsplaner och genomförandet av dem.

Ansvarig instans

Man fastställer vilka instanser som ansvarar för att bedöma, korrigera och förbättra tillgänglighetssituationen (dessa aktörer kan till exempel vara idrottsväsendet och tekniska sektorn, handikapprådet).

Mål

Kommunen har antingen en plan som anknyter till planen för anpassad motion eller en separat plan där målnivån och sätten att genomföra tillgängligheten fastställs.

Uppföljning, ansvarig instans

Idrottsväsendet eller motsvarande instans följer utvecklingen av tillgängligheten och ansvarar för att användarna av motionstjänsterna informeras om tillgängligheten.

2.3 Resurser för anpassad motion

Verksamhetsform

Som en del av motionsplanen eller planen för anpassad motion utarbetas en plan för finansiering av och resurser för anpassad motion (finansiering, personalresurser, lokaler, redskap).

Ansvarig instans

Den ansvariga instansen är det organ som beslutar om finansieringen, dvs. i praktiken fullmäktige. Den som genomför anpassad motion, såsom idrottsväsendet, ansvarar för ärendets beredning.

Mål

Kommunen fastställer målnivån för personalresurserna, lokalerna, redskapen och finansieringen av verksamheten.

Dokumentation

Plan för anpassad motion, kommunens budget, kommunens ekonomiplaner på medellång nivå.

Uppföljning, ansvarig instans

Uppföljning till exempel som en del av uppföljningen av anpassad motion.

2.4 Samarbetsnätverk för anpassad motion

Verksamhetsform

Samarbetsnätverk för anpassad motion samlas och beslut om ansvarsfördelningen fattas.

Ansvarig instans

Idrottsväsendet eller motsvarande instans ansvarar för koordineringen av samarbetsnätverken.

Mål

Målet är ett fungerande samarbete mellan olika förvaltningsområden, organisationer och den privata sektorn. Sammanfogning med rehabilitering. När samarbetsnätverket fastställs bör man komma ihåg att olika användargrupper behöver olika typer av samarbetsnätverk för sina tjänster (se kapitel 3).

Dokumentation

Dokumenteras separat eller som en del av planen för anpassad motion. De åtaganden som samarbetsnätverken gör sinsemellan dokumenteras.

Uppföljning

Man följer med hur samarbetet fungerar som en del av uppföljningen av anpassad motion.

2.5 Befolkningens deltagande och välfärd

Verksamhetsform

Potentiella kunder inom anpassad motion använder idrottstjänster och motionerar dessutom självständigt. I den här delen av strategidokumentet begrundar man kortfattat hur man kan följa upp hur tjänsterna används och hur idrottshobbyn påverkar välbefinnandet hos personer som hör till målgruppen för anpassad motion.

Ansvarig instans

Att idrotta och motionera ligger i sista hand på motionärernas eget an-

svar. Kommunens uppgift är att skapa grundläggande strukturer som möjliggör motion och idrott, stöda föreningar och ordna lämplig service.

Mål

Målet är att potentiella kunder inom anpassad motion ska motionera enligt de nationella motionsrekommendationerna. Människors självbestämmanderätt måste samtidigt respekteras, även i fråga om motion.

Uppföljning

Aktiviteten i fråga om motion kan följas upp med hjälp av kommunens egna system (användning av rabattkort, deltagande i tjänster) samt med regionala och riksomfattande enkäter

3. Planering av anpassad motion enligt kundgrupp

Här definieras per målgrupp hur den potentiella efterfrågan på anpassad motion utreds, hurdana målnivåer som fastställs för tjänsterna, vem som ansvarar för organiseringen av tjänsterna, vilka aktörer som deltar i tillhandahållandet av tjänsterna, behovet av resurser (personresurser, lokaler, redskap, ekonomiska resurser).

3.1 Mål för anpassad motion inom skolgymnastik, motion inom familjen och småbarnspedagogiken samt genomförandesätt

Bedömning av den potentiella efterfrågan, informationskällor

Utredning av den potentiella efterfrågan på anpassad motion (t.ex. vipunen.fi, enkäten Hälsa i skolan, kommunens egna uppgifter).

Tjänsternas karaktär och målnivå

Bedömning av nuläget, fastställande av målnivån. Hurdana tjänster erbjuds, i vilken omfattning.

Tjänsteleverantörer/samarbetsnätverk

Tjänsteleverantörer kan till exempel vara idrottsväsendet, skolväsendet, småbarnspedagogiken, idrottsorganisationer.

Nödvändiga personalresurser

Uppskattning av antalet handledare och assistenter.

Nödvändiga lokaler och redskap, tillgänglighet och lämplighet

Här kommer en bedömning av om kommunen har tillgång till ett tillräckligt antal lämpliga lokaler och motionsredskap; fastställande av målnivån och (som en del av en mer omfattande plan) en plan för att uppnå målnivån.

Ekonomiska resurser, genom vilka finansieringen sköts

Man fastställer vilken instans som ansvarar för finansieringen (idrottsväsendet, skolväsendet, annat).

3.2 Tjänster för anpassad motion för personer i arbetsför ålder som huvudsakligen klarar sig på egen hand, men som har någon kronisk sjukdom, skada eller annan begränsning som begränsar rörligheten

Bedömning av den potentiella efterfrågan, informationskällor

Källor som berättar om den potentiella efterfrågan: antalet personer som har rätt till specialersättningsgill läkemedelsbehandling, uppgifter om användare av idrottstjänsterna (rabattkort o.d.), gratis eller rabatterade besök i simhallen/ idrottshallen.

Tjänsternas karaktär och målnivå

Bedömning av nuläget, fastställande av målnivån. Målnivån fastställs för i vilken mån denna grupp kan betjänas genom att stöda självständig motion och erbjuda motionsrådgivning; i vilken mån handled motion ska erbjudas.

Tjänsteleverantörer/samarbetsnätverk

Utöver idrottsväsendet kan också medborgar- och arbetarinstitut, idrottsorganisationer och privata tjänsteleverantörer agera som tjänsteleverantörer.

Antalet handledare och assistenter

Man fastställer hur mycket resurser som behövs för handledning, motionsrådgivning; i vilken mån motion kan ordnas genom att stöda kamrathandledare.

Nödvändiga lokaler och redskap, tillgänglighet, lämplighet

Man kartlägger i vilken mån det nu finns tillgång till idrottssalar, gym, simhallar, utomhusmotionsplatser, motionsredskap som lämpar sig för denna grupp. Målnivån fastställs liksom även tidtabellen enligt vilken man går vidare mot målnivån.

Ekonomiska resurser, genom vilka finansieringen sköts

Verksamheten kanaliseras troligtvis via idrottsväsendet, medborgar- och arbetarinstitut och organisationer. I denna del definieras hur olika ansvariga instansers verksamhet finansieras eller stöds på andra sätt.

3.3 Tjänster för anpassad motion för personer med funktionsnedsättning och långtidssjuka som behöver ett mer omfattande stödnätverk

Bedömning av den potentiella efterfrågan, informationskällor

Fastställandet av servicenivån för anpassad motion enligt målgrupp förutsätter att man gör sig förtrogen med THL:s databaser, eventuellt också med de uppgifter som välfärdsområdet har till sitt förfogande. Kommunen kan också ha egna informationskällor. I den här delen av dokumentet definieras vilka källor som används för att uppskatta efterfrågan.

Tjänsternas karaktär och målnivå

Bedömning av nuläget, fastställande av målnivån. Hur motionstjänster med stort stöd ska genomföras: handledning, färdtjänster, assistenttjänster. Målnivån för tjänsterna fastställs.

Tjänsteleverantörer/samarbetspartner

Det är troligtvis idrottsväsendet och välfärdsområdet (boendeenheter och serviceverksamhet) som ansvarar för tjänsterna.

Nödvändiga personalresurser

Antalet handledare, assistenter, färdtjänster.

Nödvändiga lokaler och redskap, tillgänglighet, lämplighet

Man kartlägger i vilken mån det nu finns tillgång till idrottssalar, gym, simhallar, utomhusmotionsplatser och motionsredskap som lämpar sig för denna grupp. Målnivån fastställs liksom även tidtabellen enligt vilken man går vidare mot målnivån.

Ekonomiska resurser, genom vilka finansieringen sköts

En del av finansieringen kanaliseras troligtvis via idrottsväsendet, en del via välfärdsområdet.

3.4 Äldre motionärer som klarar sig utan ett omfattande stödnätverk

Utredning av den potentiella efterfrågan

Källor för bedömning av den potentiella efterfrågan kan till exempel vara antalet personer som har rätt till specialersättningsgill läkemedelsbehandling, antalet äldre överhuvudtaget, uppgifter om användarna av idrottstjänsten (rabattkort osv.)

Fastställande av tjänsternas karaktär och servicenivån

Bedömning av nuläget, fastställande av målnivån. Vid fastställandet av tjänsternas karaktär utreds i vilken mån personer som hör till målgruppen kan mo-

tionera självständigt, under ledning av kamrathandledare. Samtidigt utreds i vilken mån motion kan främjas genom att bevilja salturer, låna idrottsredskap och andra stödtjänster. Utöver dessa kommer handledda motionsgrupper och motionsrådgivning. Målnivån för tjänsterna fastställs separat för varje servicetyp.

Tjänsteleverantörer

Idrottsväsendet, medborgar- och arbetarinstitut, idrottsorganisationer, pensionsorganisationer och privata idrottstjänster kan agera som tjänsteleverantörer.

Nödvändiga personalresurser

Hur många avlönade handledare behövs, i vilken mån kamrathandledare och hur mycket motionsrådgivning behövs.

Nödvändiga utrymmen, redskap, tillgänglighet, lämplighet

Denna grupp betjänas sannolikt av idrottssalar, gym, simhallar, utomhusmotionsplatser och idrottsredskap som finns tillgängliga i dessa. I anslutning till detta måste behovet av pensionärskort utredas. Målnivån för lokaler och idrottsredskap fastställs.

Finansiering

Hur bekostas verksamheten? Förmodligen som idrottsväsendets tjänster, medborgar- och arbetarinstitutens tjänster, med organisationsunderstöd.

4. Tips och anvisningar för de som utarbetar den strategiska planen för anpassad motion

- Fatta ett beslut om att göra upp en utvecklingsplan för anpassad motion. Beslutet ska vara tillräckligt officiellt, så att man tväradministrativt förbinder sig till att genomföra planen och för att det ska vara möjligt för de deltagande att använda sin arbetstid till planeringsarbetet.
- Skapa först en tväradministrativ och multiprofessionell arbetsgrupp, hitta nyckelaktörer och -personer för att utarbeta den strategiska planen. Kom genast till en början överens om gruppens syfte, mål, en plan för hur utvecklingsarbetet ska framskrida samt övrig praxis, såsom tidtabellen för gruppens möten. Alternativt kan strategiarbetet för anpassad motion kombineras med någon redan befintlig grupp som är lämplig för ändamålet. Vid behov kan man tillsätta en underarbetsgrupp för att utföra planeringsarbetet i en redan befintlig grupp. Om strategiarbetet kombineras med en redan befintlig grupp är det viktigt att säkerställa att alla väsentliga instanser är representerade i gruppen och att gruppens medlemmar är engagerade i strategiarbetet. Den arbetsgrupp som inleder strategiarbetet kan också vara tidsbunden och utvärderingen och uppföljningen av åtgärderna i utvecklingsplanen kan inkluderas i någon annan arbetsgrupps arbete.
- Det är bra att rikta huvudansvaret för utarbetandet av utvecklingsplanen för anpassad motion till kommunens motions- och välfärdscoordinator eller motsvarande aktör som fördelar ansvaret i gruppen.
- Det är bra att i stor utsträckning informera olika sektorer och samarbetspartner om hur planeringsarbetet pågår i olika skeden av arbetet. Det är bra att ge olika instanser möjlighet att kommentera hur arbetet framskrider.
- Fastställ i arbetsgruppen de centrala termer som behövs i strategiarbetet, såsom anpassad motion, målgrupper för anpassad motion och tillgänglighet. Det är viktigt att alla som deltar i arbetet uppfattar saken på samma sätt.
- Skaffa vid behov mer information om behoven, erfarenheterna och önskemålen hos målgrupperna för anpassad motion. Gör till exempel handikapprådet delaktigt i planeringsarbetet. Det är särskilt viktigt att nå de personer som ännu inte motionerar tillräckligt med tanke på sin hälsa eller som inte känner till kommunens motionstjänster.

- Definiera noggrant omfattningen av de olika målgrupperna i er kommun. Definiera dessutom nuläget för tjänsterna inom anpassad motion i er kommun. Identifiera utvecklingsbehoven.
- Ställ upp mål i den strategiska planen som är realistiska och lämpliga för er kommun. Välj till exempel 1–3 spetsteman bland utvecklingsteman. Definiera tydligt olika aktörers roller och ansvar.
- Det lönar sig att i stor utsträckning presentera den plan som är under beredning och som redan har färdigställts för kommunens olika sektorer och intressentgrupper. Det är viktigt att nyckelaktörerna förbinder sig till att genomföra planen.
- Sträva samtidigt efter att vidta konkreta åtgärder så snart som möjligt redan under strategiarbetet. Det engagerar och belönar aktörerna.

5. Processbeskrivning av utarbetandet av en strategisk plan för anpassad motion

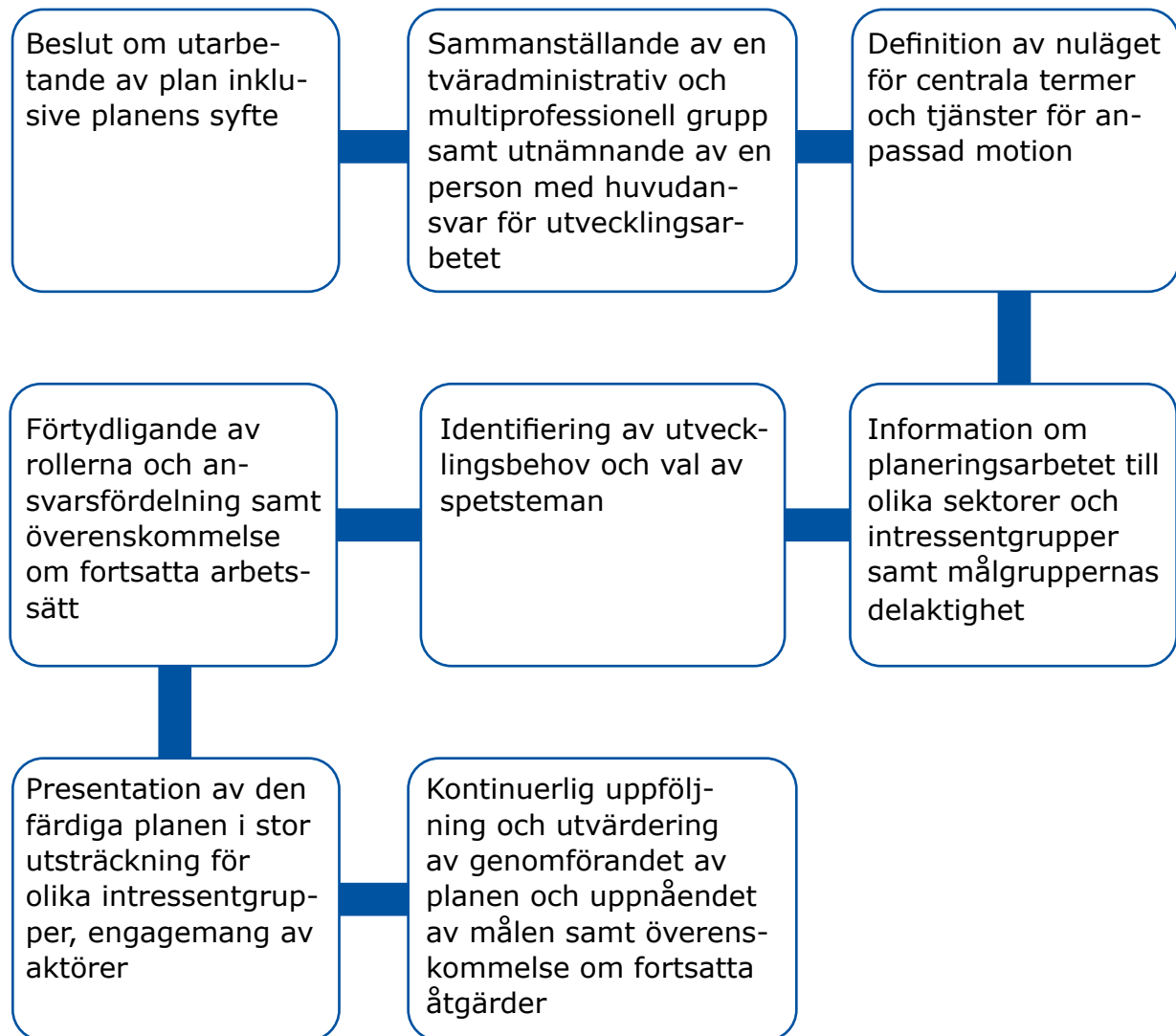
5.1 Utarbetande av en utvecklingsplan för anpassad motion som en gemensam process för olika aktörer - beskrivning av processen

5.1.1 Inledning

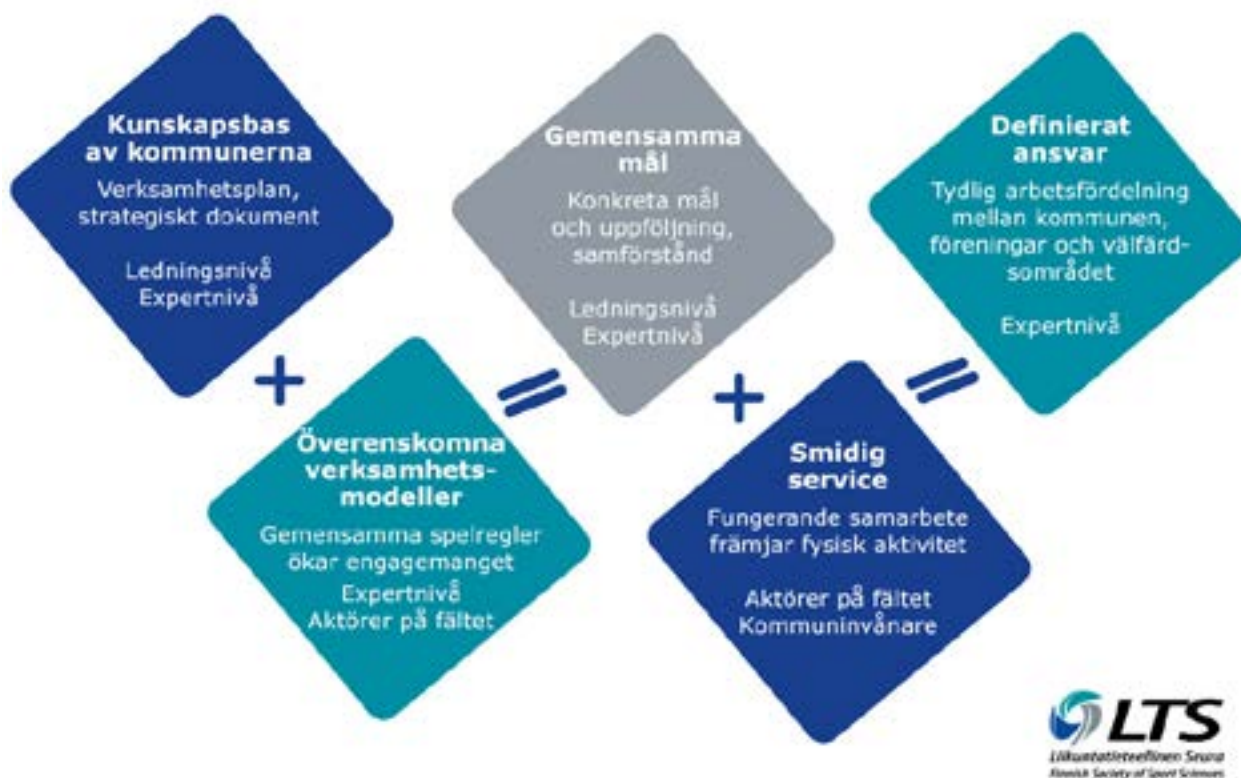
Målet med planeringsprojektet är att utarbeta en plan för utveckling av anpassad motion för kommunen. Planen grundar sig på en motiverad bedömning av den potentiella efterfrågan på motionstjänster, tillgängliga resurser och fungerande samarbetsmodeller. Resultatet av planeringsprojektet är en utvecklingsplan för anpassad motion som alla centrala genomförare har förbundit sig till.

Planeringsprocessen framskrider på ett allmänt plan och beskriver att man beslutar att starta ett projekt; samlar in centrala aktörer; samlar in nödvändig bakgrundsinformation och fastställer utvecklingsbehoven; avtalar om ansvarsfördelningen; fattar bindande beslut om planen och verkställandet av den samt följer upp hur målen uppnås. (Figur 1.)

Figur 1. Processen för planering av anpassad motion



Planeringen grundar sig på en realistisk uppfattning om behoven av (efterfrågan) och de tillgängliga resurserna (nuläget och utvecklingsmöjligheterna) för anpassad motion. Utifrån dem bygger man upp konkreta mål och fastställer ansvarsfördelningen mellan de olika aktörerna. I samband med ansvarsfördelningen kommer man också överens om praktiska verksamhetsmodeller, i synnerhet i fråga om de tjänster som kräver stark sektorsövergripande service (t.ex. färd- och assistenttjänster). Som ett resultat av processen kan kommunen tillsammans med andra aktörer producera tjänster för kunder inom anpassad motion på ett smidigare och effektivare sätt. (Figur 2.)

Figur 2. Skapande av en plan och servicestruktur för anpassad motion

Syftet med processbeskrivningen som presenteras nedan är att stödja kommunens idrottsväsende eller motsvarande instans som ansvarar för ordnandet av anpassad motion när planen utarbetas. Anvisningarna kan tillämpas fritt enligt vad de tillgängliga resurserna och kommunens särdrag kräver. Om planen görs upp för första gången eller om de som gör upp planen annars inte har erfarenhet av att göra upp motsvarande planer, lönar det sig att reservera tid för att studera de grundläggande idéerna och fundera på hur planen verkligen kunde vara till nytta för arbetet. Om det systematiska samarbetet med något förvaltningsområde eller någon annan aktör är nytt lönar det sig också att reservera tid för att gå igenom grundbegreppen och de gemensamma målen samt fördelarna med samarbetet och eventuella problem.

Grundidén med planeringen är att göra en bedömning av nuläget, utvecklingsbehoven och de tillgängliga resurserna och utifrån dessa fastställa målen för verksamheten under de kommande 4–5 åren. I målen ingår såväl kvantitativa och kvalitativa mål för tjänsterna som verksamhetsmodeller för samarbetet. Planens bindande verkan ökar om den bekräftas på någon beslutsmässig nivå (nämnd, fullmäktige eller motsvarande) och olika samarbetspartner bekräftar sitt deltagande i sina egna beslutsorganisationer.

För utvärderingen av planens genomförande ska ett uppföljningssystem fastställas och för att trygga kontinuiteten är det bra att i planen också anteckna när planen uppdateras.

5.1.2 Planeringsprocessens faser

1. Beslut om att inleda processen; att samla och preliminärt engagera samarbetspartner.
2. Utarbetande av planen i samarbete mellan olika aktörer (mer detaljerad information nedan)
3. Verkställande och uppföljning av planen (budgetbeslut, praktiskt arbete)
4. Uppdatering av planen (inleds cirka ett år före planeringsperiodens slut)

Till näst går vi kort igenom den första punkten, dvs. inledandet av planeringsprocessen, och den andra punkten, dvs. det egentliga genomförandet av processen.

5.1.3 Inledande av planeringsprocessen

Innan den egentliga planeringsprocessen inleds ska man kontakta alla aktörer som tillhandahåller tjänster inom anpassad motion samt aktörer som skapar förutsättningar för att tillhandahålla tjänster inom anpassad motion. Utöver kommunens idrottsväsende kan även medborgar- och arbetarinstitut, skolor och småbarnspedagogiken, social- och hälsovårdsväsendet (i framtiden välfärdsområde), idrottsföreningar, folkhälsoorganisationer, pensionärsorganisationer samt privata aktörer höra till den föregående gruppen. Till den senare gruppen hör till exempel tekniska sektorn som tillhandahållare av lokaler och social- och hälsovårdsväsendet (nedan välfärdsområdet) som tillhandahållare av färdtjänster, hjälpmedel för rörlighet och assistenttjänster.

Innan den egentliga planeringsprocessen inleds ska man utreda vilka aktörer som deltar i produktionen av tjänster för anpassad motion antingen direkt eller genom att producera stödtjänster, samt vilka som är de bästa möjliga personerna att delta i planeringen. I största delen av organisationerna räcker det troligtvis med att ta kontakt direkt med den person som ansvarar för verksamhet i anslutning till anpassad motion. I vissa fall kan det vara nödvändigt att hos en beslutsfattare på högre nivå reda ut om en person som arbetar vid hans eller hennes enhet har tillstånd att använda sin arbetstid för gemensam planering av anpassad motion.

5.1.4 Genomförande av planeringsprocessen

Nedan har den egentliga planeringsprocessen delats in i sex möten. Vid det första mötet fastställs processens mål, man avtalar om tidtabellen och grundprinciperna för verksamheten samt kommer överens om självständiga utredningsuppgifter eller "hemuppgifter" som ska skötas mellan mötena tills följande möte. Vid senare möten går man igenom hemuppgifternas resultat och beslutar hur resultaten av hemuppgifterna kan omformas till en del av planen för anpassad motion och hur deltagarnas följande hemuppgifter ska fördelas.

Med hemuppgift avses den informationsinsamling som utarbetandet av planen förutsätter. Det lönar sig sannolikt att sköta hemuppgifterna som samarbete mellan projektledaren och varje samarbetsinstans. Hemuppgiften kan till exempel omfatta uppskattning av efterfrågan på tjänster, bedömning av styrkor och svagheter i nuläget samt fastställande av en preliminär målnivå. I och med hemuppgifterna presenterar varje deltagare uppgifterna om sin egen bakgrundsorganisation så att alla kan få del av dem.

Om man under planeringen upptäcker problem som lätt kan åtgärdas eller samarbetsmöjligheter, eller hittar på andra idéer som underlättar verksamheten lönar det sig att genast börja genomföra dem och inte vänta på att planen blir klar.

Även om planen är indelad i sex möten kan projektets tidtabell ändras enligt egna behov. Dessutom kan mötena vid behov delas upp så att ett tema (t.ex. tillgänglighet) behandlas separat till exempel med kommunens förvaltningsområden, välfärdsområdet och organisationerna.

Första mötet:

De aktörer som deltar samlas till ett gemensamt möte och presenterar kort hur de kan delta i genomförandet av tjänsterna för anpassad motion samt hurdana tjänster som är öppna för alla de redan erbjuder. Som inledning, vad avses med anpassad motion och tjänster för anpassad motion; vem omfattas av tjänsterna för anpassad motion.

Man går igenom arbetsboken för planeringen av anpassad motion och hur den kan utnyttjas i beredningen av planen.

Man kommer överens om huvuddragen i genomförandet av projektet: antalet möten och en ungefärlig tidtabell samt i vilken mån deltagarna ansvarar för informationsinsamlingen och de övriga hemuppgifterna, vad projektledaren ansvarar för. Man kommer också överens om gemensamma arbetssätt för webbaserat arbete. Man ser till att alla deltagare har tillgång till gemensamt material.

Den första hemuppgiften delas ut och den är en uppskattning av den potentiella efterfrågan på anpassad motion. Uppgifternas källor och anvisningarna för hur de antecknas framgår i kapitel 3 och i bilaga 2. Uppgifterna samlas in enligt målgrupp (se bilaga 2) i samarbete med de aktörer som erbjuder tjänster för anpassad motion för målgrupperna i fråga. Till exempel när det gäller motion för barn och unga samlas uppgifterna in i samarbete med skolväsendet, småbarnspedagogiken och ungdomstjänsterna.

Andra mötet:

En sammanfattning av den potentiella efterfrågan på anpassad motion görs utifrån bakgrundsmaterial som samlats in på förhand från olika aktörer. En gemensam diskussion om efterfrågan förs.

Som hemuppgift ges en bedömning av nuläget och en jämförelse med vad man vet om den potentiella efterfrågan. I fråga om nuläget bedöms alla möjliga tjänster, såsom motionsgruppers verksamhet, utlåning av idrottsredskap, tillhandahållande av lokaler för självständiga grupper, rabattkort och annat stöd för självständig motion. Bedömningen av nuläget görs för alla kommunens verksamhetsområden, t.ex. bibliotek, medborgarinstitut, ungdomstjänster, tekniska sektorn.

Tredje mötet:

Vid det tredje mötet går man igenom de uppgifter som samlats in på förhand om nuläget för anpassad motion och jämför den med den tidigare bedömningen av den potentiella efterfrågan på anpassad motion.

Som hemuppgift ges att göra en bedömning av vilka tjänster varje samarbetspartner i framtiden kan producera för anpassad motion. I bedömningen inkluderas målnivåer för antalet grupper, motionsrådgivningen, stödet för självständig motion, situationen för tillgängliga motions- och friluftsleder, utbudet av lokaler. Med andra ord bedömer man (realistiskt) målnivåerna för alla delområden av tjänsterna för anpassad motion.

Fjärde mötet:

Utifrån hemuppgifterna görs en gemensam bedömning av tjänsternas målnivå enligt målgrupp, förvaltningsområde och med beaktande av andra aktörer.

Som hemuppgift ges att göra en uppskattning av vad det skulle kosta att uppnå målnivån, dvs. vad det skulle kosta att öka arbetsmängden, öka användningen av lokaler och redskap samt öka färd- och assistenttjänsterna. De ekonomiska konsekvenserna bedöms i samarbete med de ekonomiansvariga inom olika förvaltningsområden och samarbetspartner.

Femte mötet:

Man sammanfattar uppgifterna om nuläget, utvecklingsbehoven, efterfrågan, de fastställda målnivåerna samt de ekonomiska ramvillkoren och på basis av detta kommer man överens om planens grundläggande innehåll.

Projektledaren renskriver utvecklingsplanen utifrån det som avtalats vid det femte mötet.

Sjätte mötet:

Man går igenom planen som projektledaren skrivit, kommer överens om eventuella korrigeringar och preciseringar. Man kommer överens om hur och inom vilken tidtabell varje part bekräftar sitt åtagande att verkställa planen. En plan för uppföljning och utvärdering av åtgärderna utarbetas.

5.1.5 Genomförande, uppföljning och uppdatering av planen

Verkställandet av planen inleds så att varje part bekräftar sitt åtagande att följa planen på någon beslutande nivå. Därefter beaktas planen (i kommunen) i samband med budgetberedningen, vid utarbetandet av investeringsplaner och naturligtvis vid beslut om den praktiska verksamheten.

För genomförandet av planen fastställs ett uppföljningssystem: antingen enhetligt eller per delområde. Om det finns flera uppföljningssystem ska uppföljningsuppgifterna sammanfattas i mitten av planeringsperioden och när planen uppdateras. I uppföl-

jningen bedöms huruvida de kvantitativa och kvalitativa målen har uppnåtts och hur samarbetet mellan olika aktörer fungerar.

Planen är tidsbunden, till exempel fyra år. Utarbetandet av en ny plan inleds senast cirka ett år innan den gällande planen löper ut.

I planen antecknas såväl principerna för uppföljningen som tidtabell för uppdatering och ansvarig instans.

Bilaga 1: Tabell, organisation, kommunnivå

Kommunen kan göra en motsvarande Excel-tabell där de definierar de grundläggande principerna för verksamheten och de ansvariga enheterna.

	Verksamhetsform	Ansvarig instans	Mål	Dokumentation	Uppföljning, ansvarig instans
Planering av tjänster	Beredning av planen för anpassad motion (planeringsperiod, uppföljning)	Idrottsväsendet (och den tväradministrativa arbetsgruppen inom kommunen), verkställandet tillsammans med samarbetspartner	Målnivån för tjänsterna fastställs per målgrupp (se arbetsboken "mål för tjänsterna och målgrupper")	Plan som fastställts av kommunstyrelsen eller -fullmäktige	Uppföljning från de ansvariga instansernas sida, uppföljning av genomförandet på årsnivå
Tillgänglighet	Kartläggning av idrottsplatsernas tillgänglighet och information om detta. Reparationer, grundläggande reparationer	Idrottsväsendet, tekniska sektorn	Målnivå för tillgänglighet och information, mål för kommunikationen	Plan för kartläggning av tillgänglighet och kommunikation, databaser och informationssidor om tillgänglighet	Sektorernas kommunikation sammantaget, bedömning
Resurser	En motionsplan bereds där finansiering, personal, motionsutrymmen och övriga resurser fastställs (en del av den allmänna planen för anpassad motion)	Fullmäktige, idrottsväsendet, samarbetspartner	Finansiering, arbetstimmar, tillgängliga lokaler, redskap - målnivå.	Kommunens budget, ekonomiplan	Fullmäktige, kommunstyrelsen eller nämnd
Samarbetsnätverk	Skapande av ett samarbetsnätverk och samordnande av verksamheten, varje målgrupp kräver ett samarbetsnätverk som passar den	Idrottsväsendet	Fungerande samarbete mellan olika förvaltningsområden, organisationer och den privata sektorn. Naturlig koppling mellan rehabilitering och anpassad motion	Plan för anpassad motion, dokumentering av möten och annan kontakt	Bedömning av hur samarbetet fungerar: i samband med uppföljningen av anpassad motion
Befolkningens deltagande och välbefinnande	Potentiella kunder inom anpassad motion använder motionstjänster och motionerar självständigt	Motionärernas egen aktivitet, stödnätets aktivitet	Varje kund inom anpassad motion motionerar enligt de nationella motionsrekommendationerna - samtidigt ska man komma ihåg att respektera självbestämmanderätten		Kommunernas uppföljningssystem, regionala eller riksomfattande enkäter

Bilaga 2: Tabell, mål för tjänsterna och målgrupp

Kommunen kan göra en motsvarande Excel-tabell där de definierar hur tjänsterna inom anpassad motion genomförs per målgrupp.

	Uppskattning av den potentiella efterfrågan, informationskällor	Tjänsternas karaktär och målnivå	Tjänsteleverantörer/samarbetsnätverk	Nödvändiga personalresurser	Nödvändiga lokaler och redskap, tillgänglighet, lämplighet	Ekonomiska resurser, genom vilka finansieringen sköts
Skolelever, familjeidrott och småbarnspedagogik	Vipunen.fi: elever som omfattas av särskilt stöd och enkäten Hälsa i skolan, barn och unga som har rätt till specialersättningsgilla läkemedel, välfärdsområdets uppgifter	Skolgymnastik, Finlands modell för hobbyverksamhet riktar sig till alla barn och unga, handledd hobbyverksamhet i idrottsföreningar, idrottstjänster riktade till familjer. Målnivån för tjänsterna fastställs.	Idrottsväsendet, skolväsendet, småbarnspedagogiken, idrottsorganisationer	Antalet handledare och assistenter	Skolornas utrymmen och utrustning, daghemmens utrymmen. Målnivå (mängd, kvalitet)	Idrottsväsendets eller skolväsendets budget? Projekt (modell för hobbyverksamhet -> finansiering UKM)
Personer i arbetsför ålder, personer som huvudsakligen klarar sig självständigt och som har en kronisk sjukdom, skada eller annan begränsning	Antalet personer som har rätt till specialersättningsgill läkemedelsbehandling, uppgifter om idrottstjänsternas användare (rabattkort o.d.), gratis eller besök till rabatterat pris i simhallen/ idrottshallen	Självständig motion, motionsgrupper, motionsrådgivning, salturer (individer, spelgrupper), utlåning av idrottsredskap. Målnivån för tjänsterna fastställs	Idrottsväsendet, medborgar- och arbetarinstitut, idrottsorganisationer, privata idrottstjänster	Antalet handledare, motionsrådgivningens behov, kamrathandledare	En vardagsmiljö som uppmuntrar till motion, dessutom idrottssalar, gym, simhallar, utomhusmotionsplatser, redskap. Målnivå (mängd, kvalitet)	Idrottsväsendet, medborgar- och arbetarinstitut, organisationsunderstöd
Personer med funktionshinder och långtidssjuka som behöver ett bredare stöd-nätverk	THL:s olika databaser, välfärdsområdets databaser	Motionstjänster med stort stöd: handledning, färdtjänster, assistenttjänster. Målnivån för tjänsterna fastställs	Idrottsväsendet, välfärdsområdet, boendeheterna och serviceverksamheten	Antalet handledare, assistenter, färdtjänster	En vardagsmiljö som uppmuntrar till motion, dessutom idrottssalar, gym, simhallar, utomhusmotionsplatser, redskap. Målnivå (mängd, kvalitet)	Idrottsväsendet, välfärdsområdet
Äldre motionärer som klarar sig utan ett omfattande stödnätverk	Antalet personer som har rätt till specialersättningsgill läkemedelsbehandling, antalet äldre personer, uppgifter om idrottstjänsternas användare (rabattkort osv.)	Självständig motion, motionsgrupper, motionsrådgivning, salturer (individer, spelgrupper), utlåning av idrottsredskap. Målnivån för tjänsterna fastställs	Idrottsväsendet, medborgar- och arbetarinstitut, idrottsorganisationer, pensionärsorganisationer, privata idrottstjänster	Handledare, kamrathandledare, motionsrådgivning	Idrottssalar, gym, simhallar, utomhusmotionsplatser, redskap. Målnivå (mängd, kvalitet)	Idrottsväsendet, medborgar- och arbetarinstitut, organisationsunderstöd

Bilaga 3: Tabell, organisation och verksamhet, RFV

Tabellen är avsedd att användas av regionförvaltningsverket för uppföljning av kommunernas verksamhet.

	Verksamhetsform	Mål	Uppföljning, RFV och det regionala idrottsrådet är ansvariga instanser
Planering av tjänster	Stöd och utbildning för kommunernas planeringsarbete	Plan för anpassad motion i varje kommun	Sammanfattande rapporter om situationen gällande planeringen och uppföljningen
Tillgänglighet	Stöd för kommunernas tillgänglighetsarbete, styrning av byggande och grundlig reparation genom att stöda tillgänglighetsmålet	Varje motionär har möjlighet att motionera i ett tillgängligt utrymme	Utnyttjande av den riksomfattande tillgänglighetsdatabasen och deltagande i utvecklingen av den
Resurser och tjänster	En plan bereds där finansiering, personal, utrymmen och lokaler för motion och övriga resurser fastställs (en del av den allmänna planen för anpassad motion)	Finansiering, arbetstimmar, tillgängliga lokaler, redskap - målnivå.	Sammanfattande rapporter om mängden resurser och tjänster i förhållande till målnivån
Samarbetsnätverk	Skapande och upprätthållande av samarbetsnätverket samt koordinering av verksamheten	Fungerande samarbete mellan olika förvaltningsområden, organisationer och den privata sektorn	Bedömning av hur samarbetet fungerar: i samband med uppföljningen av anpassad motion eller som en del av den egna planeringen och uppföljningen
Befolkningens deltagande och välbefinnande	Potentiella kunder inom anpassad motion använder motionstjänster och motionerar självständigt	De som potentiellt motionerar inom anpassad motion gör det enligt de allmänna motionsrekommendationerna	Sammanfattande rapporter om utövande av motion och idrott; regionala eller lokala enkäter



**Regionförvaltningsverket
i Sydvästra Finland**

**Åbo
2023**