SAAVU LIIKKUVA SEURAKUNTA - MATERIAALI

Hela-huinat

-TAPAHTUMAN JÄRJESTÄMINEN

INVALIDILIITTO

RAY TUKEE HYVIÄ TEKOJA

Liikkuva SEURAKUNTA

SUOMEN EV. LUT. KIRKKO

saavu
KIRKON SAAVUTETTAVUUSOHJELMA

Hela-hulinat

SISÄLLYS

Johdanto	3
1. Helahulinat -konsepti	4
2. Toimintarata	6
2.1 Yleiset ohjeet	6
2.2 Rastit	7
3. Yhteenveto	11



Kuva Kirkon kuvapankki/Oulun seurakunnat/Sanna Krook

JOHDANTO

Kirkon saavuttavuusohjelmassa sisäänrakennettuna tavoitteena on vaikuttaa vammaisasenteisiin myönteisesti. Kirkossa puhuttaessa käytetään tässä yhteydessä saavutettavuusajatteluun vaikuttamista ja juurruttamista kokonaiskirkollisesti ja seurakuntatasolla. Siksi hankkeen näkökulmasta Saavu - sanaa ei voida korostaa liikaa. Kirkon saavutettavuusohjelma, saavu, sisällyttää itseensä Asennetta ja elämän hallintaa -projektin syvimmän tavoitteen: Vaikuttaa kirkossa vammaisasenteisiin myönteisesti.

Lapsuus ja nuoruus ovat perusta ja lähtökohta asennevaikuttamisessa. Kirkon lapsi- ja nuorisotyössä kohdataan vuositasolla kattavasti perheitä Suomessa. Lapsi ja perhetyöhön käytetään kirkossa rahaa 350 miljoonaa euroa vuodessa eli yksi kolmasosa kirkon kokonaisbudjetista. Seurakuntien päiväkerhoissa käy vuosittain lähes 45 000 lasta, 7-14-vuotiaille tarkoitettuihin kerhoihin osallistuu yli 50 000 lasta. Merkittävää yksinäisyyden ehkäisyä on myös pienille koululaisille suunnattu seurakuntien aamu- ja iltapäivätoiminta, johon osallistuu vuosittain noin 11 000 koululaista. Perhekerhot tavoittavat joka vuosi yli miljoona kävijää. Erilaisille retkille ja leireille osallistuu vuosittain n. 150 000 kävijää. Partio kokoaa yhteen 30 000 lasta ja nuorta.

Rippikoulun osallistumisprosentti on korkea, 15-vuotiaista noin 84 % käy riparin. Isoskoulutukseen osallistuvia on lähes 25 000. Nuorten illoissa ja erilaisissa nuorten ryhmissä on vuosittain mukana satoja tuhansia nuoria. Nuorten ulkopuolisuutta ennaltaehkäistään ja torjutaan myös erityisnuorisotyön keinoin. Myönteinen tapa tarkastella ihmisen moninaisuutta Jumalan luomana ja ihmisyyttä jo sinänsä arvona sisältyy kirkon sanomaan sisäänrakennetusti. Asennevaikuttamisen näkökulmasta kirkon lapsi- ja nuorisotyö on kanava, jossa on mahdollista tarkastella ihmisen moninaisuutta myönteisesti. Myös vaikuttaminen asennetasolla on mahdollisinta lapsuus- ja nuoruusiässä.

Vammaisuusasenteet ovat lähtökohtaisesti todettu useissa tutkimuksissa usein jokseenkin negatiivisiksi. Vammaisuuteen liittyy paljon myös tiedon puutetta. Vamman muistuttaessa elämän rajallisuudesta ja ihmisten tiedon sekä hoksaamiseen liittyvä puute vammaisuudesta, voi toimia esteenä aidolle kohtaamiselle ja hedelmälliselle vuorovaikutukselle. Myönteisesti muotoutuneissa puitteissa aidolle kohtaamiselle on tilaa ja yhteys voi syntyä. Esimerkiksi yhteinen toiminta, vaikkapa liikunnan muodossa voivat näyttäytyä sellaisena.

TAVOITE:
TUKEA LASTEN JA NUORTEN VAMMAISASENTEIDEN MUOTOUTUMISTA MYÖNTEISIKSI

1. HELAHULINAT -KONSEPTI

Jyväskylässä toteutettiin vuosina 2014 ja 2015 Helahulinat-niminen tapahtuma yhteistyössä Invalidiliiton, Kirkkohallituksen, paikallistason Invalidiyhdistyksen ja paikallisseurakunnan lapsi-, nuoriso- ja perhetyön sekä vammaisnuorisotyön toimesta. Tavoitteena oli tarjota perheille ikään katsomatta ylisukupolvista kohtaamista saavutettavuuden näkökulmasta. Kirkon saavutettavuusohjelman tavoitteena on mahdollistaa osallisuuden ja osallistumisen kaikille seurakuntalaisille kirkossa (ks. sakasti.evl.fi/saavu, 2012).

Tapahtumaa toteuttamaan koottiin työryhmä kirkkohallituksen ja paikallisseurakunnan toimesta. Työryhmä valmisteli tapahtumaan liittyvät raamit kuljettaen rinnalla jatkuvasti myös pohdintaa vammaisuuteen ja asenteisiin liittyvästä yhtälöstä. Joukkoon saatiin mukaan Kuortaneen urheiluopiston liikuntapappi ja tätä kautta tapahtuman toteutumisen syntyi lisäulottuvuutta.

Tapahtuman toteuttamisessa keskeisessä asemassa oli aktiivinen ja perusteellinen mainostaminen ja tiedottaminen paikallisseurakunnan toimesta. Tapahtumasta kerrottiin radiossa, nettisivuilla ja useaan kertaan seurakunnan omassa lehdessä niin lehtijutun muodossa kuin ilmoituksinakin. Hyvänä lähtökohtana oli myös ilmaisen yhteiskuljetuksen järjestäminen esteettömällä bussilla, ruokailun tarjoaminen sekä tapahtuman maksuttomuus.

Kaikki paikalle tulijat tervehdittiin henkilökohtaisesti. Tapahtumassa paikalla oli riittävän suuri joukko kirkon sekä paikallisen invalidiyhdistyksen ja Invalidiliiton työntekijöitä. Vammaiset henkilöt olivat tapahtumassa vetovastuussa, eivätkä millään muotoa toiminnan kohteina. Avustajina tapahtumassa toimivat mm. kirkon isostoimintaan osallistuneet nuoret. Yhteenkuuluvuuden ytimessä oli kohdata kaikki saapujat sekä osoittaa heidän olevan tervetulleita. Koko tapahtuman ideana oli paikallistason Invalidiyhdistyksen aktiivinen yhteistyö seurakunnan lapsi - ja perhetyön kanssa.

Vuoden 2014 ja 2015 tapahtumat koostuivat kahdesta pääosiosta, joita rytmittivät ruokailu ja kahvi. Ensimmäiseen osioon kuului liikunnallinen toimintarata sekä varttikirkkoja. Toi-

> KESKEISESSÄ ASEMASSA OLI AKTIIVINEN JA PERUSTEELLINEN MAINOSTAMINEN JA TIEDOTTAMINEN PAIKALLISSEURAKUNNAN TOIMESTA.

”

TOIMINTA TOTEUTUU SELLAISEN LIIKUNNAN MUODOSSA, JOTA KAIKKI VOIVAT TEHDÄ.



Kuva Kirkon kuvapankki/Oulun seurakunnat/Sanna Krook

mintaradan perustana oli Kirkon kymmenen teesiä liikunnasta ja urheilusta sekä Kirkon saavutettavuusohjelma. Toimintaradalla eri-ikäiset ja erilaiset seurakuntalaiset toimivat yhdessä, ikään, kulkutapaan tai siviilisäätyyn katsomatta. Toiminta toteutuu sellaisen liikunnan muodossa, jota kaikki voivat tehdä.

Toisessa osiossa ruokailun jälkeen oli päiväjuhla, jossa myös oli vahvasti mukana paikallinen ulottuvuus: ensimmäisenä vuonna paikallinen taikuri ja toisena vuonna musiikkiesityksiä. Toiseen osioon kuului myös tematiikkaa sivuavia puheita.

Asenteisiin vaikuttaminen toteutui yhteisessä toiminnassa vammaisuutta alleviivaamatta, yhteyttä ja yhteishenkeä luoden. Sanaton viesti oli äänettömänäkin erittäin kuuluva: kaikki saavat tulla ja olla. Saavutettavuus näyttäytyi näin tapahtumassa ihanteellisesti. Ihmisten kokemus palautteiden kautta oli: tallaista pitäisi olla aina kirkon toiminnan ja kovasti nykyistä enemmän. Kokemus vahvasta seurakuntayhteydestä syntyi moninaisuuden äärellä. Vetäjillä oli iso vastuu yhteishengen ja kaikkien osallistujien huomioijana.

2. TOIMINTARATA

Toimintaradan tausta-ajatuksena ovat Kirkon 10 teesiä liikunnasta ja urheilusta, joissa painotetaan liikunnan iloa, yhdessäoloa sekä jokaisen oikeutta liikuntaan. Saavu Liikkuva seurakunta -ajatuksen ytimessä on myös vahvasti Kirkon saavutettavuusohjelma sekä asenteisiin vaikuttaminen saavutettavuuden ydinkysymyksenä. Yhteinen toiminta, liikunta, voi olla kanava vaikuttaa asenteisiin. Yhteisen toiminnan myötä on mahdollista rakentaa yhteys.

2.1 YLEISET OHJEET

Tapahtuman toteutus:

1. Yhteinen aloitus
2. Liikkuva rukous (www.liikkuvaseurakunta.fi) ja rastien ohjeistus
3. Miksi me liikumme ja mitä yhdessä liikkuminen merkitsee ihmisen hyvinvoinnille?

Liikunnasta syntyy iloa ja yhdessä liikuttaessa lähtevät myös ajatuksemme ja tunteemme tuulettumaan. Ulkoilu ja liikunta, varsinkin yhdessä toisten kanssa, ovat merkittävä tekijä sekä kehon että mielen terveydelle.

Toimintarataa kierretään omaan tahtiin kokeilemassa rastilla toteutettavia liikunnallisia tehtäviä. Alussa rastivahdit ottavat mukaansa muutaman hengen porukan, niin ei tule alussa ruuhkaa rasteille. Jokaisella rastilla on myös ”henkiset tehtävät” liittyen asennekasvatukseen, esteettömyyteen ja tasavertaisuuteen. Henkistä tehtävää voidaan pohtia yhdessä rastivahdin kanssa.

Tärkeää on, että jokaisella osallistujalla on joku porukka, kenen kanssa kiertää rasteilla, jotta kukaan ei jäisi ulkopuolelle!

Kaikkia rasteja saa vapaasti muokata omien resurssien mukaisiksi. Liikunnan iloa!

”

JOKAISELLA OSALLISTUJALLA
TULISI OLLA PORUKKA,
KENEN KANSSA KIERTÄÄ RASTEILLA,
JOTTA KUKAAN EI JÄISI ULKOPUOLELLE!

1
RASTI



Kuva Suomen ev.lut. kirkko

10. Liikunta on jokaisen oikeus.

Puhallustikka ja mahdollisesti Liikkuva seurakunta -piste. Puhallustikka on sovellettavan liikunnan laji, jonka harrastamista toimintakyvyn rajoitteet eivät haittaa.

Tällä rastilla voi olla myös mahdollisuuksien mukaan vaikka pähkinöitä sekä erilaista materiaalia jaettavaksi. Liikkuva seurakunta -materiaalia (esimerkiksi 10 teesiä liikunnasta ja urheilusta) voi tiedustella Kirkkohallituksen Kasvatus- ja perheasioiden yksiköstä. Invalidiliitolta voi myös tiedustella jaettavaa materiaalia.

HENKINEN TEHTÄVÄ:

Millainen olisi maailma, jossa kaikki voisivat tehdä kaikkea, siten ettei esimerkiksi jokin vamma rajoittaisi toimintaa?

Mitä voisit omassa ympäristössäsi tehdä helpottaaksesi muiden elämää?

2 RASTI

4 vapaa-ehtoista





3. Tue lapsen ja nuoren kasvua henkisesti, hengellisesti, fyysisesti ja sosiaalisesti.

4. Olet mallina lapsille ja nuorille – kanna kasvatusvastuusi!

Labyrinttiharjoitus.
Miten löydän perille, kun en näe?
Tehdään pareittain tai pienissä ryhmissä harjoitus, joissa toiselta peitetään silmät ja toinen toimii oppaana. Annetaan selkeitä ohjeita, helpotetaan perille pääsemistä. Perillä on rastivahti, jolla on kangaskassissa kolme esinettä, jotka pitää tunnistaa. Tunnistamistehtävän jälkeen vaihtuu roolit. Rastivahteja on labyrintin molemmissa päissä ja heillä molemmilla on kangaskassissa eri esineet.

Labyrintti rakennetaan tarpeeksi leveäksi, että sen voi suorittaa helposti myös pyörätuolissa. Vapaaehtoisista liinojen solmijat hoitavat tehtävän selittämisen ja kaksi rastivahtia on labyrintin molemmissa päissä.

Vaihtoehtoisesti reitillä voi olla esteitä, kapeita käytäviä mitä pitkin kulkea. Olennaista on hetkeksi pysähtyä pohtimaan ihmisen erilaisia ominaisuuksia.

HENKINEN TEHTÄVÄ:

Miltä voi tuntua, kun on heikko näkö tai ei näe lainkaan? Millaista tukea ja apua toimiaksesi kaipaisit silloin? Haluaisitko, että sinulta kysyttäisiin, millaista apua kaipaat?

Miltä tuntuu, kun joku toinen toimii tai jopa päättää puolestasi?

3
RASTI

4
vapaa-
ehtoista



5. Tunnista
oikea ja väärä.



6. Hyväksy epäonnistuminen
– osoita arvostusta myös katsomossa.

Kuvat Suomen ev.lut. kirkko

Kävynheitto
Kävynheittopaikalla heitetään korissa olevia käpyjä ämpäriin mahdollisimman nopeasti ja tarkkaan. Tulokset otetaan ylös ja kolme nopeinta + tarkinta palkitaan. Ajanoton voi myös halutessaan jättää pois.

Koreissa on valmiina 30 käpyä, joita ämpäriin heitetään. Rastivahdit kellottavat heittoajan ja laskevat, kuinka monta käpyä meni ämpäriin.

Mölkynheitto
Mölkynheittopaikalla heitetään oikean mölkyn kaikkia palikoita. Maassa on kaksi hulahulavannetta, suurempi ja pienempi. Mölkkyjä tähdätään vanteiden sisään. Pienemmästä vanteesta saa sen pistemäärän, mikä luku mölkyssä on, suuremmasta vanteesta puolet. Heittäjä voi taktikoida tai pelata varman päälle: heittää pienilukuisia pienemmän vanteen sisään ja isompilukuisia isomman vanteen sisään tai ottaa riskin ja yrittää isolukuisia pieneen, jolloin piste ei puolitu.

HENKINEN TEHTÄVÄ:

Miten voisi edistää reilua henkeä urheilussa? Miten voisin olla edistämässä esteettömyyttä?

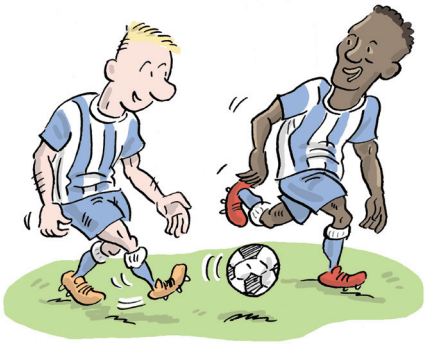
4
RASTI

4
vapaa-
ehtoista

Kuvat Suomen evlut. kirkko



7. Tavoittele voittoa – iloitse menestyksestä.



8. Opi toisen ihmisen kunnioittamista liikunnan ja urheilun kautta.

Rastilla on kaksi suorituspaikkaa. Ensimmäisessä paikassa pujotellaan pyörätuolilla rata, joka on tehty kartioista tai muista esineistä.

Toisessa paikassa heitetään koripalloa pyörätuolista koriin. Rastivahti hakee aina pallon ja palauttaa heittäjälle.

Pyörätuoleja voi tiedustella Invalidiliitosta tai paikallisesta terveyskeskuksesta/apuvälinekeskuksesta.

Oivallus:
Myös pyörätuolia käyttävät henkilöt harrastavat liikuntaa ja kilpailevat kilpaurheilussa. On tärkeää kokea hetki ja liikkuminen pyörätuolia käyttävän henkilön näkökulmasta. Kontrasti on siinä, että toiset eivät voi nousta tuolista pois, toiset voivat jatkaa kokeiltuaan jatkaa kulkuaan kävellen. Toisen ihmisen asemaan asettuminen on tärkeää.

HENKINEN TEHTÄVÄ:

Miksi pelkäämme epäonnistumista?

3. YHTEENVETO



Kuva Anna-Maija Vuorma.

Tapahtuman toteutusta voi muuttaa omaan seurakuntaan tai yhteisöön sopivaksi ja omien resurssien mukaiseksi. Olennaisinta on yhteistyö paikallisten vammaisia edustavien yhdistysten kanssa. Tapahtuma on saanut kahden toteutusvuoden aikana paljon hyvää palautetta paikalliselta Invalidiyhdistyksen osallistujilta. Monet olivat mukana molempina vuosina. Liikunta, yhteisöllisyys, puheet, musiikki, esitykset sekä varttikirkot luovat kokonaisvaltaisen myönteisen kokemuksen. Yhteinen toiminta ja kohtaaminen koettiin arvokkaana.

Asennevaikuttaminen on suuri haaste. Seurakunnan ja kirkon keskeisempänä lähtökohtana on olla tukemassa yhdenvertaisuutta ja osallisuutta yhteiskunnassa. Yhteinen toiminta ja liikunta yhdistävät. Yhdessä tekemisen kautta on mahdollisuus aidolle kohtaamiselle ja vuorovaikutukselle. Aidon kohtaamisen kautta on mahdollisuus rakentaa yhteys ja olla toteamassa ihmisten moninaisuus ja samanarvoisuus. Ja kuten sanottua, lopulta yksinkertaisimmat asiat ovat parhaimpia ja toimivampia.

”

YHDESSÄ TEKEMISEN KAUTTA ON MAHDOLLISUUS AIDOLLE KOHTAAMISELLE JA VUOROVAIKUTUKSELLE.





TOIMINTA TOTEUTUU
SELLAISEN LIIKUNNAN MUODOSSA,
JOKA ON KAIKILLE SAAVUTETTAVAA.

Hyvä lukija, kädessäsi oleva opas antaa sinulle tukea ja tietoa Helahulinat -tapahtuman järjestämiseen. Helahulinat on kaikenikäisten tapahtuma, jossa kohtaavat erityisesti lapsiperheet ja vammaiset ikäihmiset. Näillä ylisukupolvisilla kohtaamisilla pyritään vaikuttamaan myönteisesti lasten ja heidän vanhempiensa asenteisiin vammaisia ihmisiä kohtaan.

Opas antaa vinkkejä, miten toteutat Helahulinat yhteistyössä seurakunnan ja paikallisten vammaisyhdistysten kanssa. Oppaan sivuilta löydät myös kirkon 10 liikuntateesiin pohjautuvat ohjeet aidosti saavutettavan ja esteettömän tilaisuuden järjestämiseen.

Opas on toteutettu Kirkkohallituksen, Liikkuva seurakunta –hankkeen sekä Invalidiliiton Asennetta ja elämänhallintaa –projektin yhteistyönä.

Hela-hulinat



