

LIMINGAN VIRTAPIIRI SYKSY 2019



Kokous to 14.8.2019

Käsiteltävät asiat

- Osallistujat
- Aikataulu ja toiminta
- Vastuut
- Tiedottaminen



Tavoitteet

- Saada yhteisen tekemisen ja harrastusten pariin nuoria, joiden elämä vaikuttaa päämäärättömältä.
- Tuoda elämänhallintaa ja sisältöä nuorten arkeen.
 - Vahvistaa nuorten itsetuntoa..
 - Rakentaa siltaa nuorten ja heidän vanhempiansa välille

Ketä?

Limingan Virtapiiriin kutsutaan yläkouluikäisiä nuoria, joiden elämä ei ole hallinnassa. Virtapiiriläisillä on paljon poissaoloja, heikot akateemiset ja sosiaaliset taidot. Kavereita tai harrastuksia ei ole. Liikkumattomuus, ylipaino, aggressiivisuus ja kyynisyys kuuluvat kuvaan, samoin mahdollinen pikkurikollisuus.



Virtapiirin väki

- Luokanvalvojat
- Nuorisotyöntekijät
- Psykiatrinen sairaanhoitaja
- Kuraattorit, psykologit
- Sosiaalityöntekijät
- 3. sektori; urheiluseurat, MLL, 4H jne.
- Prässin valmentajat

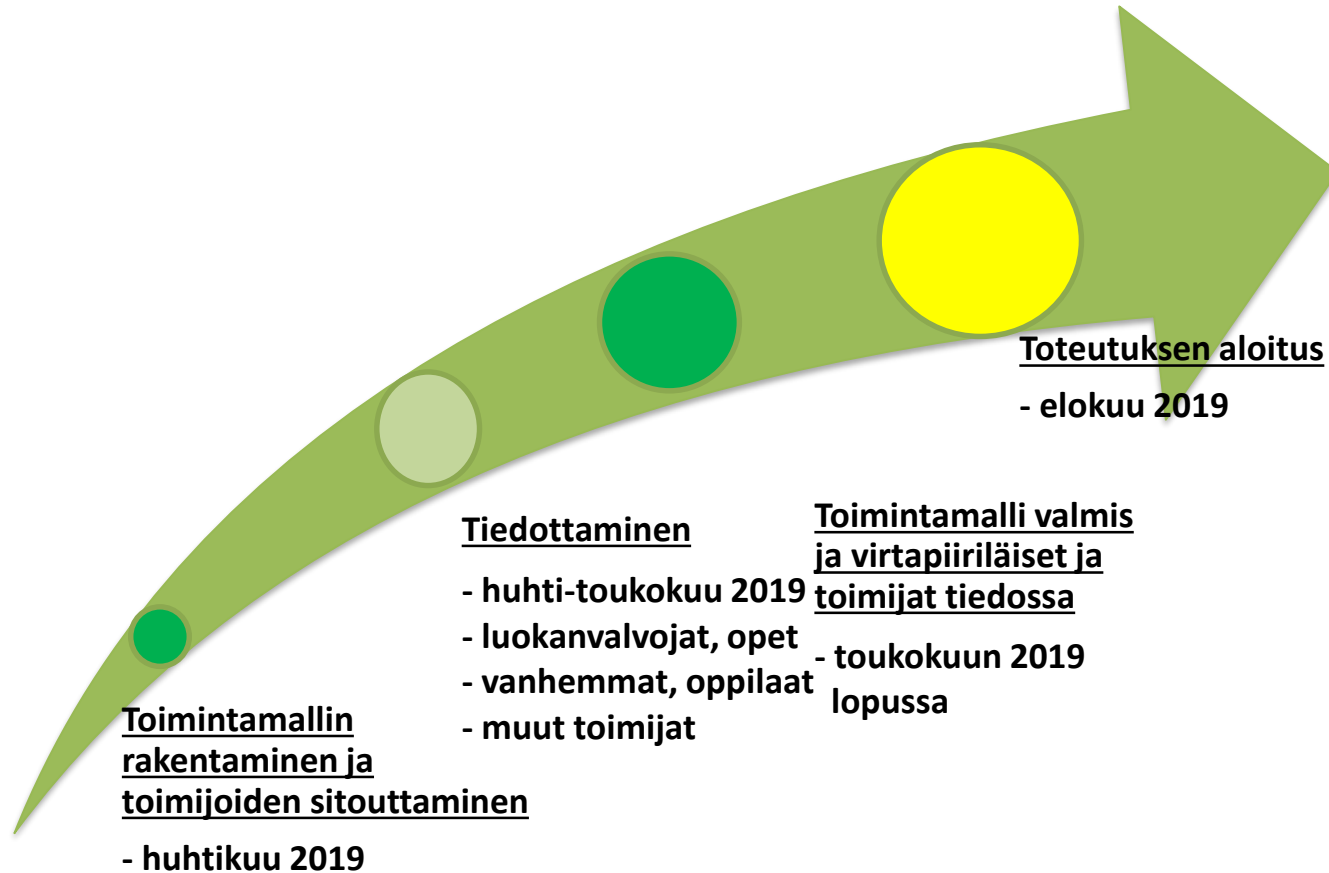


Miten virtapiiriläiset pyydystetään?

- Opettajat, kuraattorit, koulupsyykkari ja nuorisopalveluiden henkilökunta vinkkaa
- Kouluterveydenhoitajat
- Wilma-viesti vanhemmille

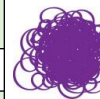
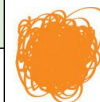


Prosessin eteneminen



Ohjelma

Viikko	pvämäärä	ohjelmasisältö / aamu	pvämäärä	ohjelmasisältö / iltapä
34	19.8.	kuntosali tutustuminen klo 8:15-9:15	22.8.	Kuntosali/ tutustuminen 14.30-15.30
35	26.8.	Kuntosi-kartoitus / tutustuminen 8:30-9:30	28.8.	katsaus omaan ravintoon (Janne) 14-15
36	4.9.	Rantakylä fatbike (Sami) klo 8:30 - 9:30	6.9.	arjen hallinta/päivärytitys (Karoliina) klo 13-14
37	9.9.	rentoutuminen / mindfulness (Sami) klo 9:30 - 10:30	13.9.	arjen hallinta / uni (Karoliina) klo 13 - 14
38	16.9.	kuntosali (Sami) klo 9:30 - 10:30	20.9.	arjen hallinta/omat voimavarat (Karoliina) klo 13-14
39	23.9.	Prässi-treeni (Sami) klo 13:30 - 14:30	26.9.	oma projekti (Antti ja Karoliina) klo 14 - 15
40	30.9.	pienpelit sisällä / ulkona (Sami)		oma projekti (Antti ja Karoliina)
41	7.10.	kuntosali (Sami)		arjen hallinta / kertausta (Karoliina)
42	14.10.	Kuntosi-kartoitus (Sami)		välitappi / miten jatkossa
43		SYYSLOMA		



Pohdintaa

- Ryhmän **koko**: 8 (4–5 27.5.2019)
- Ryhmän **vastuhenkilö**: nuoriso-ohjaaja
 - Tapaamispaikka: Nuorisotila/-talo, CafeLakeuden yläkerta
 - Viestintä ryhmälle: WA-ryhmä, Wilma, (perhetyö)
- Miten ryhmän toimintaa **arvioidaan**?
 - Jokaiselle henk.koht. tavoite
 - väli- ja loppuarviointi; itse- ja vertaisarviointi; Kuntosi-sovelluksessa
 - Kuntosi-sovellus > mitattavuus esim. kunnan parantumisessa, hyvinvointiteknologia,
 - liikunnan puolelta opinnäytetyöntekijä
- Aikataulut ja tapaamissykli: 1–2 krt/vk



Mitä?

- Ryhmytyminen liikunnan avulla; seikkailua, leikkiä >luottamuksen hakeminen
- Kaikenlaiseen liikuntaa ja eri lajeihin tutustuminen > oman lajin löytäminen; yksilöllisestä yhteisölliseen
- Harjoitukset, kuten tunnetaidot, rentoutuminen, mindfulness, jooga jne
- Liikuntateknologian hyödyntäminen; nopea palaute motivoi
- Mahdollisuuksien osoittaminen
- Terveelliset ruokailutottumukset ja yhdessä kokkaaminen
- Pelihetket; wlanit, lautapelit jne.
- Unen merkitys
- Prässitreenikonsepti
- Ilon kautta hyvän mielen asiat
- Itsestä huolehtiminen ja hygienia
- Henkilökohtainen ohjaus (ei liikunta) ja ryhmäohjaus
- Liikuntatapahtumat ja erilaisemmat lajit; rantakylän hyödyntäminen
- Pelaamisen ja kännykän käytön suhteuttaminen muuhun elämään; ruutuaika
- Vertaiskeskustelu; koulussa jaksaminen
- Koulutehtävien tekeminen; opiskelutekniikka
- Luonnon hyödyntäminen, green care, rentoutuminen, lumikenkäily, lenkkeily
- Seikkailukasvatus
- Päihteet, tupakka ja nuuska
- Vanhempien tapaaminen; perheen sitouttaminen
- Värkkäily, rassaus, valokuvaus, elokuvat jne.
- Carting, motocross
- Kysytään osallistujilta
- Elämykset
- Oman toiminnan arviointi; Qridi
- Tutustumista opintoihin ja asumiseen liittyen
- Nuoriso-ohjaaja nuoren tukena hölmöilyjen sattuessa
- Ammunta; nyrkkeily, miekkailu
- Exit room



Aikataulutusta ja vastuita

Mitä	Miten esitetään	Ketkä	Aikataulu
Alustavan sisältöohjelman suunnittelu alkaen viikosta 34, (ma 19.8.)	Excel-taulukkona luonnosaikataulu- ja ohjelmapohja, jossa sisältö- ja vastuutaho.	Janne Laamanen, Mika Nieminen ja Sami Alalauri	Seuraavassa kokouksessa
Virtapiirin markkinointi ja tiedottaminen huoltajille, oppilaille ja opettajille	Huoltajille ja oppilaille Wilma-viestiä, 7. luokan luokanvalvojille tiedotustilaisuus ja kaikille opettajille sen jälkeen.	Antti Junttola ja Satu Kemppainen	Tiedoksi vanhemmille 26.4.2019 mennessä: Vp. 17.5. mennessä
Virtapiiriläisten tavoittaminen	Konsultointi kouluterveydenhoitajan, 7. luokan luokanvalvojien ja sosiaalityöntekijöiden kanssa.	Anne Nurmi, Katriina Kontiokari ja Heli Karjalainen	26.5.2019 mennessä
Resurssin laskeminen	Kokouksessa aikataulu- ja ohjelmapohjassa viimeinen sarake, jossa eurot.	Päivi Mäki	Kokouksessa, kun ohjelma on lyöty lukkoon.

Jatkosuunnitelmia 27.5.2019

- Ajatuksena on, että jatketaan osallistujien värväämistä vielä viikolla 23.
- Heli Karjalainen on vastuuhenkilö perusturvan puolella
- Suoraa kontaktia perheisiin on ollut
- Jatketaan vielä perhepalveluiden kanssa osallistujien hakemista
- Tavoitteeksi saada elokuussa kasaan lopullinen ryhmä
- Nuorisopuolella tiedotetaan kesätoiminnassa nuorille
- Move!-testitulosten hyödyntäminen
- Ryhmä perustetaan 4–5 nuorella
- Yhteinen esite tarvitaan; Janne on pyytänyt Hilkkää työstämään esitteen; tekemistä koulun jälkeen, Prässi-kuntosalin käyttö ja liikunnanohjaus
- Ydinryhmän palaveri kesäkuun alussa, jossa mukana myös terveystiedon opettaja ja psykiatrinen sairaanhoitaja.





Kiitos!