

Selvitys vapaa-ajan osallisuudesta

ACCESS to Leisure -hanke



Tämä selvitys kertoo kehitysvamman tai muun synn vuoksi tukea tarvitsevien henkilöiden vapaa-ajasta.

Selvityksessä vastataan näihin kysymyksiin:



?

Miksi vapaa-aika on tärkeää

?

Miten vapaa-aikaa vietetään viidessä eri Euroopan maassa

?

Mitä vaikeuksia ja esteitä vapaa-aikaan liittyy



1. MISTÄ ON KYSE?

Tässä kappaleessa kerrotaan

- Mikä on selvitys
- Miksi selvitys tehtiin
- Kuka selvityksen teki
- Miten selvitys tehtiin



Mikä on selvitys?

Selvityksellä tarkoitetaan tiedon keräämistä jostain asiasta.

Tätä selvitystä varten tietoa on kerätty tukea tarvitsevien ihmisten vapaa-ajasta.

Miksi selvitys tehtiin?

Selvitys auttaa ymmärtämään miksi vapaa-aika on tärkeää.

Opimme myös millaisia vaikeuksia tukea tarvitsevilla ihmisillä on harrastusten ja vapaa-ajan tekemisen löytämisessä.

Silloin tiedämme millaisissa asioissa voimme tarjota tukea.



Kuka selvityksen teki?

Selvitys on tehty yhdessä viiden eurooppalaisen kehitysvamma-alan järjestön kanssa.

Osallistujia on seuraavista maista:



Belgia



Itävalta



Slovenia



Suomi



Unkari

Selvitys on osa kansainvälistä ACCESS to Leisure -hanketta.



ACCESS to Leisure -hankkeen tapaaminen Itävallan Grazissa huhtikuussa 2023

Miten selvitys tehtiin?

Kuvapäiväkirja

Jokaisesta maasta 3-5 tukea tarvitsevaa henkilöä osallistui kuvapäiväkirjan pitämiseen.

Osallistujat ottivat viikon ajan kuvia vapaa-ajan vietostaan.

Kuvapäiväkirjaa tekemällä voidaan kerätä tietoa myös sellaisilta ihmisiltä, jotka eivät osaa kirjoittaa.

Sen avulla voi nähdä miltä toisen ihmisen arki näyttää.



Haastattelut

Jokaisessa maassa haastateltiin 3-5 tukea tarvitsevaa ihmisiä.

Heiltä kysyttiin mitä he tekevät vapaa-ajallaan?

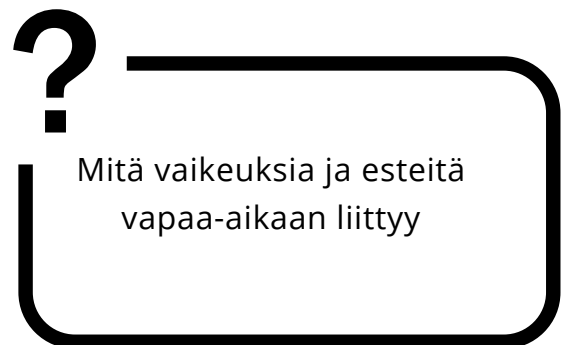
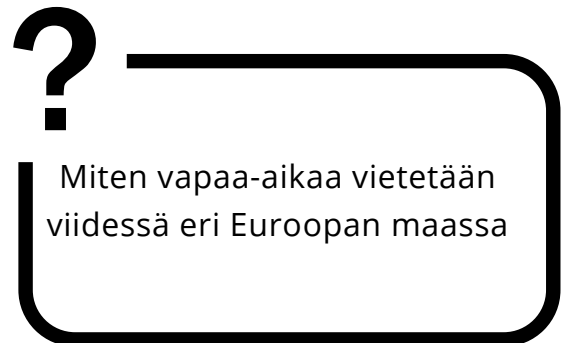
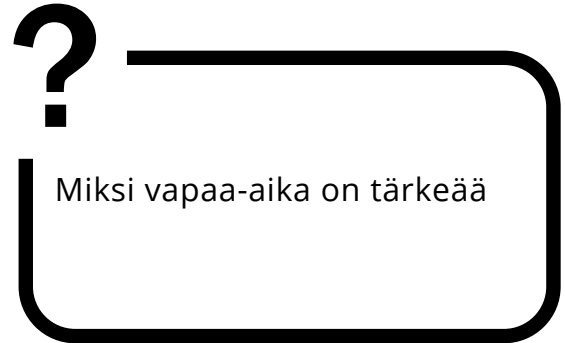
Miksi vapaa-aika on heille tärkeää?

Onko heillä ollut vaikeuksia löytää harrastuksia tai muuta vapaa-ajan tekemistä?



2. MITÄ LÖYDETTIIN?

Tässä kappaleessa kerrotaan:

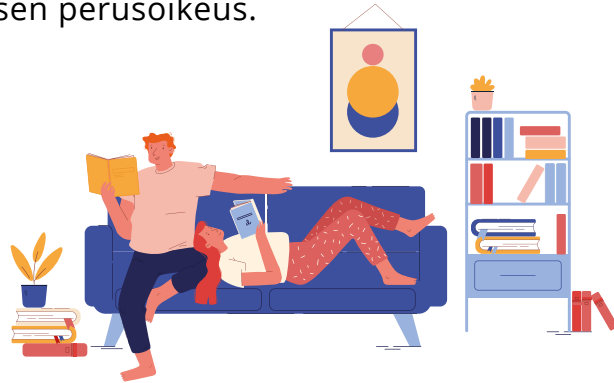


Miksi vapaa-aika on tärkeää?

Vapaa-ajalla tarkoitetaan aikaa, jota ei käytetä työhön, nukkumiseen, kotitöihin tai syömiseen.

Se on ihmisen omaa aikaa, jonka pystyy käyttämään niin kuin itse haluaa

Vapaa-aika on jokaisen ihmisen perusoikeus.



On tärkeää päästä tekemään itse omaa elämää koskevia päätöksiä ja valintoja.

Se, miten ihminen viettää vapaa-aikaansa on yksi näistä päätöksistä.



Joku saattaa esimerkiksi olla hyvä piirtämään, mutta ei voi piirtää työkseen.

Vapaa-ajalla hän voi toteuttaa omia mielenkiinnon kohteitaan ja esitellä taitojaan.

Mielekkäällä vapaa-ajalla on myös positiivisia vaikutuksia ihmisen itsetuntoon ja hyvinvointiin.

Siksi vapaa-aika on tärkeää.



Vapaa-aika on tärkeää siksi, että voi rentoutua ja tutustua ihmisiin.

Vapaa-ajalla voi myös pitää itsensä kiireisenä, että ei tule tylsää ja ole Facebookissa koko päivää. (H2)

Vapaa-aika on myös tärkeä osa ihmisen sosiaalista elämää.

Vapaa-ajalla voi nähdä kavereita ja olla tekemisissä muiden ihmisten kanssa.

Itselle mielenkiintoisen tekemisen parissa voi myös tutustua uusiin ihmisiin.

Tämän selvityksen mukaan ystävyys, kumppanuus ja yhteiset kokemukset lisäävät vapaa-ajan laatua.

Harrastan paljon urheilua vapaa-ajallani.

Pelaan koripalloa joukkueessa.

Meillä on hyvä joukkuehenki

Autamme toisiamme. (K2)



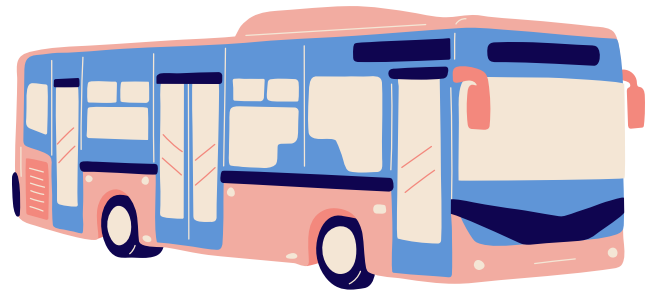
Liikkumisen esteet

Moni haastatteluun osallistunut kertoi, että ei halunnut osallistua vapaa-ajan tekemiseen, joka ei ollut kotia lähellä.

Tähän vaikutti se, että he eivät tieneet miten sinne pääsisi.

Kaikki eivät osaa liikkua yksin junalla tai bussilla.

Kaikilla ei ole taksipalveluita käytössä.



Ei tietoa vaihtoehtoista

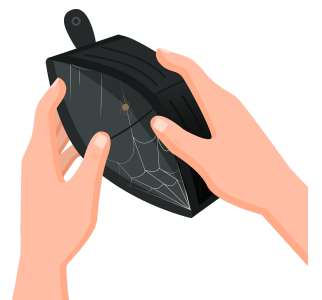
Moni ei tiedä, mitä vapaa-ajan vaihtoehtoja heidän paikkakunnallaan on tarjolla.



Ei tarpeeksi rahaa

Monet kertoivat, että heillä ei ollut tarpeeksi rahaa osallistua konsertteihin tai tapahtumiin.

Rahan puute vaikutti heidän valintoihinsa ja vapaa-ajan viettoonsa.



Taidot ja kyvyt

Jotkut haastatteluun osallistujat kertoivat vaikeuksista käyttää tietokonetta tai puhelinta vapaa-ajan vaihtoehtojen etsimiseen.

He tarvitsevat tähän toisen ihmisen apua.



Avun tarve

Monet osallistujat saivat apua henkilökohtaisilta avustajilta vapaa-ajan toiminnan järjestämisessä ja siihen osallistumisessa.

Avustajat ovat ratkaisevan tärkeitä näiden henkilöiden itsemäärämisen ja osallistumisen kannalta.



Huoli turvallisuudesta

Huoli omasta turvallisuudesta oli myös yksi merkittävä este.

Osallistujat kertoivat, että eivät mielellään osallistu myöhään illalla loppuviin tapahtumiin tai harrastuksiin.

Ennalta tuntemattomassa paikassa järjestetty tekeminen sai myös harkitsemaan osallistumista.

Miten vapaa-aikaa vietetään eri maissa?

Kuvapäiväkirjasta selvisi miten eri maiden tukea tarvitsevat ihmiset viettävät vapaa-aikaansa.

Tässä muutama esimerkki.



Serkan Belgiasta pelaa videopelejä



Anja Itävallasta käy kuntosalilla



Marcsi ja Gábor Unkarista käyvät uimassa.



Hanna Suomesta pelaa salibandya.



Majda Sloveniasta kahvittelee kumppaninsa Blažin kanssa.

3. YHTEENVETO

Opimme selvityksestä, että vapaa-aika on tärkeä osa ihmisen elämää.

Se lisää ihmisen onnellisuutta ja hyvinvointia.

Sillä on paljon merkitystä, että saa itse päättää miten vapaa-aikaansa viettää.

Selvityksen tekemiseen osallistuneet tukea tarvitsevat henkilöt kertoivat erilaisista tavoista, joilla he viettävät vapaa-aikaansa.

Moni kertoi vapaa-ajan tärkeäksi osaksi muiden ihmisten tapaamisen ja yhdessä vietetyn ajan.



Selvityksen mukaan monella tukea tarvitsevalla henkilöllä on kuitenkin vaikeuksia saada tietoa itselle sopivista vapaa-ajanvietto mahdollisuuksista.

Moni kertoi myös siitä, että ei saa tarpeeksi apua vapaa-ajan tekemiseen osallistumiseen.

Muita vaikeuksia ovat raha ja harrastuksiin kulkeminen.

Selvityksen keskeinen sanoma on tämä:

Tukea tarvitseville henkilöille pitää turvata pääsy mielekkääseen vapaa-aikaan.

Atempo, Itävalta

Atempo on 20-vuotta vanha järjestö Itävallan Grazissa.

He auttavat tukea tarvitsevia ihmisiä löytämään töitä ja asumaan itsenäisesti.

Heillä on myös paljon osaamista selkokielessä.



Center Val, Slovenia

Center Val auttaa parantamaan tukea tarvitsevien ihmisten terveyttä Slovenian Ljubljanassa.

Heillä on vain yksi vakituinen työntekijä, mutta he työskentelevät yhteistyössä 50 vapaaehtoisen sekä muiden järjestöjen kanssa.



Hand In Hand, Unkari

Hand In Hand -järjestö on 30-vuotta vanha.

He työskentelevät Budapestissä ja varmistavat, että tukea tarvitsevilla ihmisillä on asuntoja sekä työtä.

He auttavat myös tukea tarvitsevia saamaan apua kotiinsa.



Hubbie, Belgia

Hubbie auttaa tukea tarvitsevia ihmisiä heidän jokapäiväisessä elämässään.

Heillä on kolme asumisyksikköä.

He tarjoavat myös apua kotiin.



Kehitysvammaisten Palvelusäätiö, Suomi

Kehitysvammaisten Palvelusäätiö auttaa tukea tarvitsevia ja heidän perheitään elämään hyvää elämää.



Kehitysvammaisten palvelusäätiö on perustettu vuonna 1992.