

VAIKUTTAJAKLUBI // 17.8.2022

1. Riihimäen liikuntapalvelut / Mimmu Pietilä

Mimmu kertoi Riihimäen liikuntapalveluiden syksyn ohjelmasta; tarjolla nuorille muun muassa vesijumppaa tiistaisin, liikkuvuusharjoittelua, tanssillista keuhonhuoltoa, rentoutusharjoituksia ja tanssiliikuntaa keskiviikkoisin sekä höntsäpallolua työikäisille torstaisin. Avoimista liikuntaryhmistä löytyy syksyllä kiertoharjoittelua ja keuhonhuoltoa. Sovittiin, että jatkossa liikuntapalveluiden kalenteri linkitetään Ohjaamon kotisivuille, jonka kautta se on helppo löytää.

Mimmu muistutti, että kaupunki tarjoaa myös liikunta- ja hyvinvointineuvontaa, joka on asukkaille ilmaista. Palvelussa keskitytään erityisesti vähän liikkuvien kuntalaisten liikuntaneuvontaan. Palveluun kuuluu myös kevyt ravintoneuvonta, jos sellaista kokee tarvitsevänsä. Lisäksi Riihimäen pääkirjastolla on liikuntavälinelainaamo, josta saa lainattua erilaisia urheiluvälineitä kirjastokortilla.

Nuoret kertoivat, että liikuntapalveluissa isona houkuttimena palvelun tuottajan "status". Kansanopiston ryhmät koettiin helpommin lähestyttäväksi kuin kaupungin. Nuoret kertoivat myös, että tietoa liikuntapalveluista ei ole saanut helposti ja sitä haetaan harvemmin Riihimäen kaupungin sivuilta, koska sivut ovat epäselvät. Parhaimmaksi infokanavaksi todettiin Facebook ja Instagram.

Ryhtiin meneminen yksin koettiin haastavaksi ja sitä voisi helpottaa tapaamalla ryhmän ohjaajan etukäteen yksin tai kaverin kanssa. Lisäksi alkeisryhmät koettiin helpoimmiksi ryhmiksi mennä mukaan uutena, kun "porukoita" ei ole ehtinyt muodostumaan ja lajiin lähdetään yhdessä samalta viivalta. Monesti haasteena on myös ajan puute. Seurojen tarjoamat ryhmät ja joukkueet koettiin liian totisiksi.

Nuoret toivoivat joogaa, kuntosalia, lenkkeilyä, koripalloa (höntsä) ja kamppailulajeja. Näistä joogaa on järjestetty aikoinaan nuorten hyvinvointiryhmän yhteydessä. Konkreettisimpana ideana nousi avoin sauvakävelyryhmä, joka voisi startata matkaan aina samasta paikasta. Lajina sauvakävely olisi yksinkertainen ja lenkkeillessä olisi helpompi tutustua myös uusiin ihmisiin.

Liikuntapalvelut järjestävät cooperin testin Urheilupuistossa 20.9. klo 10-12 ja 17-18. Mahdollisuus tehdä myös cooperin sijaan UKK-kävelytesti. Perheen pienimmille on järjestetty aarteen etsintää.

2. Syksyn suunnitelmia

Ehdotetaan Hämeenlinnan Ohjaamolle vierailua Nuorten ääni-ryhmän kanssa Riihimäelle ke 19.10. Yritetään saada samalle kerralle vierailulle Tulevaisuuden sote-keskuksen mielenterveys- ja päihdetyön suunnittelijat

Marras- ja joulukuun tapaamisiin kysytään vierailijoiksi Kansanopistoa kertomaan kurssitarjonnastaan sekä Riihimäen kaupungin kulttuurituottajaa (tms.) kertomaan tapahtumista ja tapahtumatuotannosta nuorille.

3. Tulevia tapahtumia nuorille

Tiistaina 30.8. tulossa Asennetta työnhakuun-luento klo 12-13. Luento on verkossa ja sitä toivottiin nauhoituksena Ohjaamon sivuille siltä varalta, ettei ehdi itse paikalle. Koordinaattori Miika selvittää nauhoittamisen mahdollisuutta. Tätä kautta tuli myös toive, että kaikki Ohjaamon verkkotapahtumat voisi linkittää kotisivuille tallenteena.

Keskiviikkona 5.10. klo 13.30–14.30 Talous- ja velkaneuvonnan luento Monarilla Kahvila pOintin yhteydessä.

Molempiin luentoihin on toimitettu lista edellisissä kokouksissa nousseista aiheista, jotka nuoria kiinnostavat.

4. Muut asiat

Koitetaan syksyn ajan Vaikuttajaklubissa sähköistä asiakirjaa/sovellusta, jonne jokainen voi anonymisti jättää seuraavaan kokoukseen aiheita, joista haluaisi puhua. Joskus aihe voi olla arka ja sellainen, jonka voi kokea henkilöityvän, jos ottaa puheeksi. Tällä tavoin saadaan kynnystä kenties matalammaksi ja rikastettua keskustelua entisestään.

5. Seuraava Vaikuttajaklubi ke 21.9. klo 17–19

Liikuntateemasta inspiroituneena ohjelmassa poikkeuksellisesti sauvakävelylenkki, johon lähtö tapahtuu Monarilta. Mimmu Pietilä lupasi tuoda paikalle sauvat ja lähteä mukaan.

Koordinaattori Miika on näillä näkymin estynyt osallistumasta seuraavalle kerralle.

Seuraava "normaali" kokous keskiviikkona 19.10.