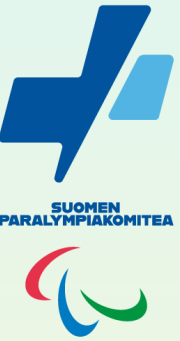


Suomen Paralympiakomitea

Avoin ja yhdenvertainen, urheileva ja liikkuva Suomi



Menestys
näyttää sinulta

Autamme muita
onnistumaan.

Olemme paraurheilun
ja soveltavan liikunnan
asiantuntija.

Me teemme tämän yhdessä.
Meidän äänemme kuuluu.

Avaamme ovia liikunnan
pariin. Rakennamme
polkuja kohti menestystä.


vastuullisuus

yhdenvertaisuus

esteettömyys

menestys

osallisuus

A person with dark hair, wearing a blue t-shirt, is shown from the chest up, looking towards the right. The background is dark and out of focus. The text 'OPISKELIJAT' is overlaid in the center of the image in a white, pixelated, monospace font.

OPISKELIJAT



Merkityksellistä työtä ja ainutlaatuisia kokemuksia Valtti-ohjelma - Opiskelijalle

www.youtube.com/watch?v=fpmHSz3sFdY&t=1s&ab_channel=finnishparalympic



Valtti-ohjaaja

On

- Yleensä opiskelija
- Kannustaja
- Tukija
- Harrastuksen pariin

Ei ole

- Avustaja
- Autonkuljettaja



- 1. Harrastekokeilu-
suunnitelma
- 2. Harrastekokeillut
- 3. Lopputapaaminen

Valtti & perhe haku

Maalis-
huhtikuu

Sähköinen päiväkirja
Matkalaskut
Palaute

Loka-
joulukuu

Valtti-
ohjelma

Touko-
kesäkuu

Valttiparit
muodostetaan

Elo-
syyskuu

Yhteydenotto,
alkuhaastattelu &
Kick-off



Löytyikö harrastus, lisääntyikö liike?

Vuosi	2016 n=155	2017 n=151	2018 n=126	2019 n=102	2020 n=64	2021 n=107
Löysi harrastuksen	54 % (83)	35 % (55)	46 % (58)	43 % (44)	47% (30) 69% Sai ideoita/mahd. harrastuksen	40 % (43) 69% Sai ideoita/mahd. harrastuksen
Itseraportoitu liikunnan määrä lisääntyi (kyllä, vähän tai paljon)	58 % (92)	43 % (65)	44 % (56)	44 % (45)	42% (27)	40% (42)
Suosittelisi ohjelmaa muille	81 % (125)	78 % (118)	82 % (103)	78 % (80)	81% (52)	67%

Valtit 2016-2021

- 1617 opiskelijaa ja vapaaehtoista on toiminut Valttina
- 85% suosittelee Valtiksi ryhtymistä



Ensimmäiset stepit



- Hae Valtiksi www.paralympia.fi/liikunta/lapset-ja-nuoret/valtti/opiskelijoille
- Selvitä opintopisteiden saanti omasta oppilaitoksesta ja mihin kurssiin Valttina toimiminen sisältyy ja kuka on vastaava opettaja oppilaitoksessasi
- Saat ohjattavan/perheen yhteystiedot paikkakunnan Valttikoordinaattorilta ennen Kick off tilaisuutta
- Ota yhteys perheeseen/huoltajaan ennen Kick off tilaisuutta



Ensimmäinen tapaaminen

1. Sovi ja suunnittele ensimmäinen tapaaminen (tutustu lapsen/nuoren hakulomakkeeseen & mieti mitä haluat kysyä)

2. Ensimmäinen tapaaminen:

- Keskustelkaa ohjattavan kanssa **kiinnostuksenkohteista** ja mieltymyksistä
 - Keskustelkaa mahdollisista harrastekokeiluista **lapsen/nuoren kanssa.**
 - Perheen resurssit
- Ohjattavan terveydentilan kartoitus, vammat jne.
- Sopikaa tavoitteet liikuntakokeiluille ja kirjatkaa ne ylös
- Kirjaa ylös ohjattavan fiilikset ja napatkaa yhteisselfie



SUOMEN
PARALYMPIAKOMITEA



Diplomi

PARA
VALTTI

on osallistunut Valtti-ohjelmaan.

aika ja paikka

Valtin allekirjoitus ja nimenselvennys

HARRASTEKOKEILU- SUUNNITELMA

PARA
VALTTI

Nimi _____

Valtti _____

KOKEILUN AIHE	PAIKKA JA AIKA	VALMISTAUTUMINEN	LISÄTIETOJA

OHJEET HARRASTEKOKEILUSUUNNITELMAN KÄYTTÖÖN:

Kokeilun aiheisiin täytetään kokeiltava laji tai aineväline. Paikkaan ja aikaan tulee yhdessä Valtin ja perheen kanssa sopiva ajankohta. Valmistautuminen-kolonnaan täytetään esimerkiksi kokeilussa vaadittava vaatus, välineet jne. Lisätieto- ja -kolonnaan voi täydentää esimerkiksi seuran yhteystiedot, harrastusmaksut jne.

TAVOITTEET & ONNISTUMISET

PARA
VALTTI

Nimi _____ Valtti _____

Paikkakunta _____

Ensimmäinen tapaaminen

Päivämäärä _____ Paikka _____

Yhdessä sovitut tavoitteet

- 1.
- 2.
- 3.

Lisätietoja _____

Palautte:



Viimeinen tapaaminen

Päivämäärä _____ Paikka _____

Tavoitteiden saavuttaminen

- 1.
- 2.
- 3.

Lisätietoja _____

Palautte:



Harrastuskokeilujen toteutus

- ❑ Vähintään neljä kokeilua (lisäksi alku- ja lopputapaaminen).
- ❑ Anna tunnin ohjaajille vinkkejä, jos koet että niitä tarvitaan. Muutoin seuraa sivusta.
- ❑ Muista ottaa kuvia ja videoita sekä pyydä joka kerran jälkeen ohjattavan palaute sähköiseen harrastekokeilupäiväkirjaan.

PARA·
VALTTI



Viimeinen tapaaminen

- ❑ Sovi viimeinen palautekerta ohjattavan perheen kanssa
- ❑ Käykää läpi yhdessä mitä lajeja kokeiltiin ja millä fiiliksillä ohjattava on. Hyödynnä valokuvia muistelun tukena.
- ❑ Miettikää mitä harrastusta ohjattava voisi jatkaa
- ❑ Pohtikaa yhdessä, saavutettiinko alussa asetetut tavoitteet
- ❑ Omat vinkit/ideat liikunnan harrastamiseen
- ❑ Kiitä kokeilujaksosta ja selvitä lapselle / nuorelle ystävällisesti, että kokeilujakso on päättynyt ja anna diplomi Valtti -ohjelmaan osallistumisesta.

PARA
VALTTI





PARA-
VALTTI

Valtti- ohjelman raportointi

- Palauta opettajalle mahdollinen opintoihin liittyvä raportointi
- Vastaa Paralympiakomitean palautekyselyyn
- Hae mahdolliset matka- / kulukorvaukset viimeistään 30.11.
- Täytä sähköinen päiväkirja loppuun ja lähetä.



SUOMEN
PARALYMPIAKOMITEA





9/14/2022

- 1. Hae Valtiksi**
- 2. Haastattele**
- 3. Suunnittele**
- 4. Toteuta**
- 5. Päätä kokeilut**
- 6. Raportoi**

Suomen Paralympiakomitea





Et ole yksin



Koordinaattori

Paralympiakomitea



Valtti-videot



Eri kohderyhmille



SUOMEN
PARALYMPIAKOMITEA



”Tiesitkö tämän? – Liikuttava juttu! –video”

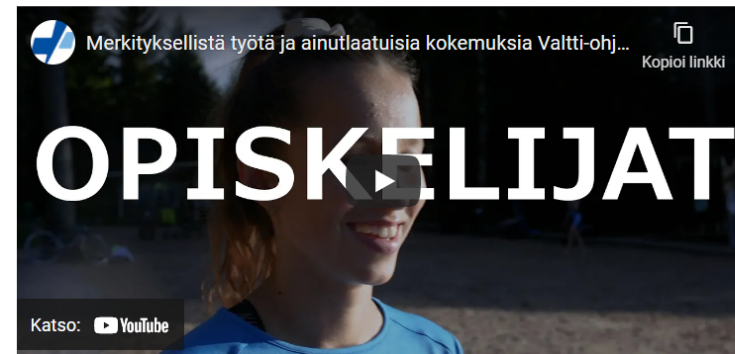


meillä kaikilla on yhdenvertainen oikeus liikkua ja osallistua,

Paralympia.fi

Olet tässä: Etusivu > Liikunta > Lapset ja nuoret > Valtti > Opiskelijoille

Opiskelijoille



Valtti on ikään kuin ”personal trainer”. Valtti toimii ohjattavansa liikuntakaverina, tukihenkilönä, kannustajana ja neuvonantajana, joka saattaa tukea tarvitseva lapsen ja nuoren harrastuksen pariin.

Pääosa Valteista tekee Valtti-jakson osana opintojaan. Mukana on myös vapaaehtoisia Valtteja.

VALTTI

- Paikkakunnat
- Perheille
- Opiskelijoille
- Seuroille
- Kysymyksiä
- Valtti-uutiset
- SEDY
- På svenska
- In English
- Valtti stories



SUOMEN
PARALYMPIAKOMITEA





Ahonlaidan Harrastetalli,
Nurmes

Katja Mäki
040 570 3437
katja.maki@hotmail.fi

RATSASTUS

Lue lisää



Aisti Sport, Vantaa

Miika Honkanen
050 581 5389
honkanen.miika@gmail.com

MAALIPALLO

Lue lisää

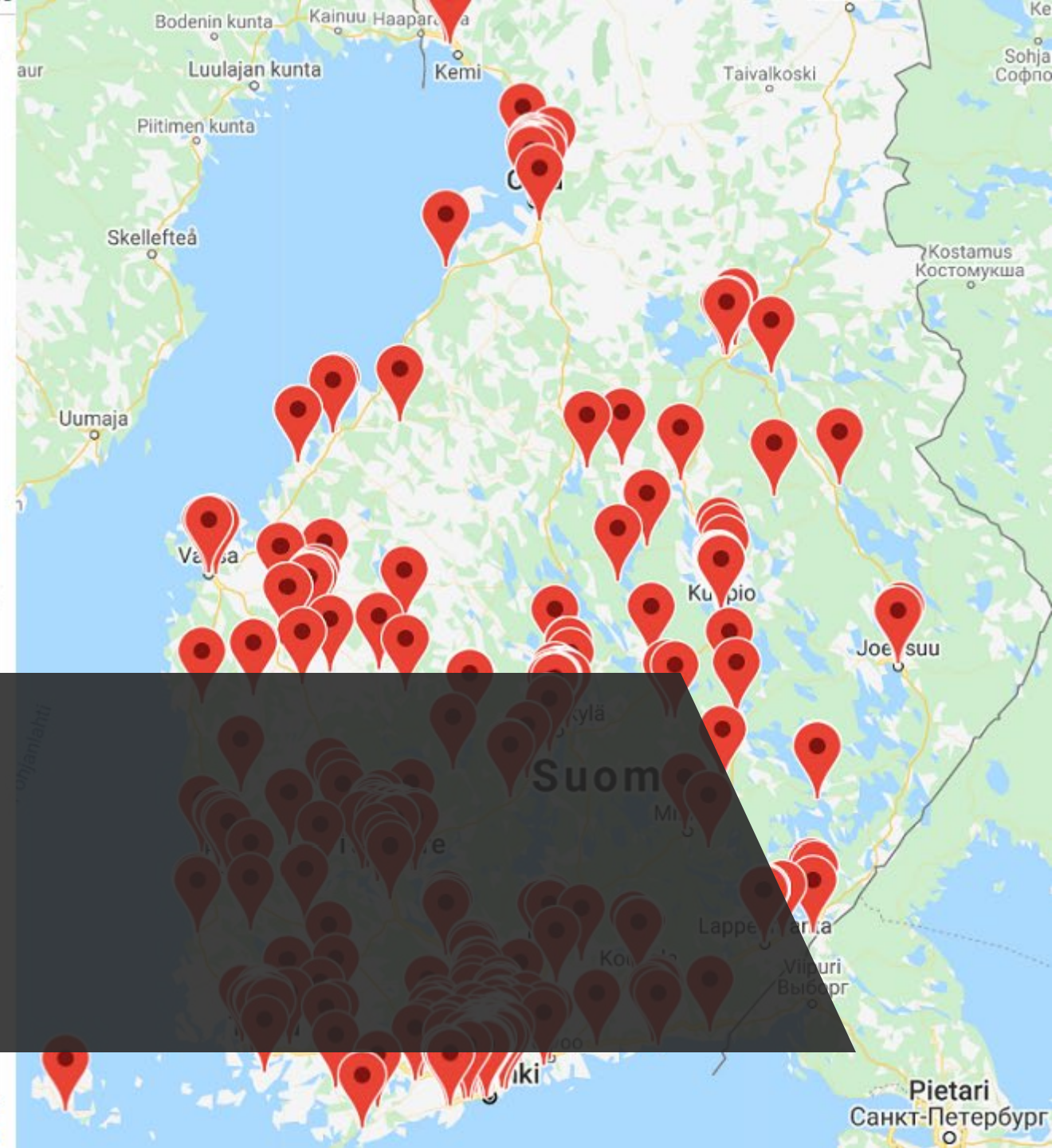


Alarmi Stables, Oulu

Jutta Pekkala
040 759 4502
jutpekkala@outlook.com

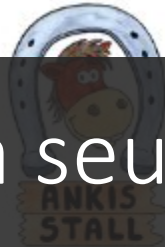
RATSASTUS

Lue lisää



Löydä oma seura

- Lähes 500 seuraa
- www.paralympia.fi/palvelut/loyda-oma-seura



Anki Stall, Kirkkonummi

Anki Väyrynen
040 568 9935
anki@ankisstall.fi

RATSASTUS

Lue lisää



Attitude Sports, Vantaa

Elina Halonen
+358 40 7758807
elina.m.halonen@gmail.com

BITSIKUN VOIMISTELU, VOIMISTELU

Lue lisää



Alaspaan
Ratsastuskeskus
Hämeenlinna

Terhi Koivula
040 727 2626
terni@alaspaanratsastuskeskus.net

RATSASTUS

Lue lisää

Paralympiakomitea somessa



- **Facebook – 18.000 seuraajaa**
 - [Suomen Paralympiakomitea](#)
 - [Finn Paralympic Team](#)
- **Twitter – 5.500 seuraajaa**
 - [Suomen Paralympiakomitea](#)
- **Instagram – 1.900 seuraajaa**
 - [Finn Paralympic Team](#)
- **Special Olympics Finland – 4500 seuraajaa**
 - Oma kanava [Facebookissa](#)
 - Oma kanava [Twitterissä](#)
- **YouTube – 400 seuraajaa**
 - [@Finnishparalympic](#)
- **Linkedin – 400 seuraajaa**
 - [Suomen Paralympiakomitea](#)

SUOMEN PARALYMPIAKOMITEA

