



## **”Tanssi luo siltoja Etelä-Savossa” -hanke keskittyy erityisryhmien liikuttamiseen tanssin keinoin**

Etelä-Savon Liikunta ry:n Tanssi luo siltoja Etelä-Savossa -hanke tarjoaa tanssinopetusta ja -ohjausta maaseudulla ikääntyville ja erityisliikkuville. Hanke edistää tanssiliikunnan keinoin terveyttä ja hyvinvointia hyödyntäen kulttuurin ja taiteen mahdollisuuksia, kulttuurihyvinvointia. ESLi tekee poikkihallinnollisesti yhteistyötä eri toimijoiden kanssa. Hankealueeseen kuuluvat Enonkoski, Joroinen, Juva, Rantasalmi, Sulkava ja Savonlinnan maaseutualueet.

Tanssiliikuntaa tarjotaan ikääntyville ja erityisliikkuville (soveltava liikunta), koulutetaan ohjaajia sekä vertaisohjaajia mm. pyörätuolitanssiin, tuolitanssiin sekä ikääntyvien voima- ja tasapainoharjoitteluun. Tanssinopetus ja -ohjaus viedään kohderyhmän luokse heidän luonnollisiin toimintaympäristöihinsä. Hankkeen kautta edistetään pyörätuolitanssin tunnettuutta Etelä-Savossa luoden edellytyksiä lajin harrastamiselle kiinnittäen huomiota mm. esteettömyyteen ja saavutettavuuteen. Hanke on mukana tapahtumissa ja tilaisuuksissa, joissa sukupolvet kohtaavat tanssiliikunnan kautta.

Hankkeen toimenpiteitä ovat mm.:

- Ohjatut tanssituokiot ja kurssit. Lajivalikoimana mm. tuolitanssi- ja pyörätuolitanssi, soveltava tanssiliikunta soolona (yksin tanssien) esim. Lavis lavatanssijumppa, Soololattarit soveltaen, paritanssi ja Senioritanssi.
- Työpajatoiminta yhteistyössä muiden kulttuurialan toimijoiden kanssa.
- Pyörätuolitanssi tutuksi -lyhytkurssit yksiköissä esim. palvelukodeissa
- Avoimet pyörätuolitanssikurssit, jotka järjestetään yhteistyötahojen kanssa sekä muut kohderyhmälle sopivat tanssikurssit.
- Iäkkäiden voima- ja tasapainoharjoittelun koulutus sekä muu koulutus esim. pyörätuolitanssi ja tuolitanssin vertaisohjaajakoulutus

Hankkeen tavoitteena on terveyden, hyvinvoinnin, syrjimättömyyden ja saavutettavuuden edistäminen sekä osallisuuden ja toimintakyvyn lisäys. Odotettuna tuloksena on yhteistyöverkosto, jonka avulla hankkeen kautta tehdyille toimenpiteille ja kokeiluille löytyy luonnollinen jatkumo.

ESLi:n projektipäällikkö ja tanssinopettaja (YAMK) Mari Kurtti kertoo, että yhteistyötahoja ilmoittautui jo hanketta suunnitellessa mukaan varsin mukavasti, joten toimenpiteissä on päästy reippaasti liikkeelle. Tarjoamme tanssiliikunnan kautta virikkeellistä toimintaa, mielen hyvinvointia, osallisuutta, yhteisöllisyyttä ja onnistumisen kokemuksia. Lopuksi hän muistuttaa, että vielä sopii mukaan uusia yhteistyötahoja ja ilolla viedään yhdessä uusia ideoita käytäntöön. Kannattaa siis soittaa tai laittaa viestiä!

Yhteystiedot:

Etelä-Savon Liikunta ry (ESLi) Mari Kurtti, projektipäällikkö ja tanssinopettaja (YAMK)  
[mari.kurtti@esliikunta.fi](mailto:mari.kurtti@esliikunta.fi) puh. 0440 225 422

Hanke on saanut EU:n maaseuturahoitusta SavonLuotsi Leader ry:n kautta. Kokonaisrahoitus on 124.904,01 €, josta julkisen tuen osuus on 80 %. Toteutusaika on 1.8.2024-31.7.2027.

Lisätietoa: <https://www.esliikunta.fi/esli/hanketoiminta/tanssi-luo-siltoja-etela-savossa/>