

YHDESSÄ

Liikuntaa ja kulttuuria rennolla otteella, nuoria kuunnellen

Osallistava ja liikunnallinen teatteri-hanke rikkoo raja-aitoja

Teemu Takalo

● Kainuun Liikunnan toimiston käytävällä kaikuu hersyvä nauru. –Naurakaa vaan, ei tämä niin helppoa ole kuin miltä sirkuksessa näyttää, tuumaa Kainuun Liikunnan Matias Ronkainen kaatuessaan noin seitsemännen kerran juuri saapuneella uudella yksipyöräisellä.

Matias Ronkainen toimii ohjaajana Osallistava ja liikunnallinen teatteri -hankkeessa, jota varten sirkusvälineet on hankittu. Hankkeessa järjestetään nuoria osallistavaa harrastustoimintaa liikuntaa, teatteria ja sirkusta yhdistellen.

Keskiössä ovat nuoret, jotka pääsevät suunnittelemaan harrastustoiminnasta oman näköistään ja makuistaan yhdessä koulutettujen ohjaajien kanssa.

Tavoitteena on, että etenkin jo olemassa olevan harrastustoiminnan ulkopuolella olevat nuoret löytäisivät toiminnasta paitsi uuden harrastuksen niin myös uusia ystäviä sekä kanavan ilmaista itseään.

TOIMINTA on suunnattu 15–25-vuotiaille nuorille, jotka pääsevät hankkeessa osallistumaan ja toteuttamaan itse liikuntaa, teatteria ja sirkusta yhdisteleviä toiminnallisia tuokioita, ryhmiä, koulutusviikonloppuja ja tapahtumia.

Lisäksi tehdään yhteisiä produktioita, käsikirjoitetaan, kuvataan ja suunnitellaan oman näköistä toimintaa.

Osa hankkeen toiminnoista on suunnattu valikoiduille ryhmille, kuten koululuokille ja opiskeluryhmille, mutta lisäksi tarjolla on kaikille nuorilla avointa kerho-



OSALLISTAVA JA LIKUNNALLINEN TEATTERI -hankkeessa tutustutaan sirkustempujen maailmaan. Yksipyöräisen selässä Anni Heikkinen Kainuun Liikunnasta.

toimintaa.

Kainuun Liikunnan näkökulmasta hankkeen tavoitteena on synnyttää uudenlaisia liikuntamuotoja nuorten aktivoimiseksi.

Tavoitteena on saavuttaa matalankynnyksen liikunnan pariin etenkin niitä nuoria, jotka eivät ole mukana tai kiinnostuneita kilpaurheilutoiminnasta tai muusta perinteisestä seuratoiminnasta. Hankkeen aikana uudet liikun-

tamuodot juurrutetaan osaksi urheiluseurojen ja koulujen kerhotoimintaa.

KESKEISINÄ yhteistyötahoina ovat kuntien liikunta- ja nuorisotoimet sekä perusopetus. Lisäksi hankkeen toiminta vahvistaa nuorten omaa aktiivisuutta ja osallisuutta. Uutta näkökulmaa toimintaan saadaan Kajaanin kaupunginteatterin kanssa tehtävässä

yhteistyössä.

KAINUUN LIKUNNAN Ira Liuski näkee teatteriyhteistyön hanketta paljon laajempänä asiana.

– On mahtavaa, että olemme hankkeen kautta löytäneet toisemme Kajaanin kaupunginteatterin kanssa. Olemme oppineet paljon toisiltamme ja jatkossa syntyy varmasti monenlaista yhteistyötä, joka rikkoo edelleen liikunnan ja kulttuurin välisiä raja-aitoja”.

Koulujen kerhotoiminta sekä koulujen ja kolmannen sektorin toimijoiden yhteistyö on yksi hallitusohjelmaan kirjattu tavoitteita.

Harrastustakuun mukaan jokaisella lapsella ja nuorella tulee olla mahdollisuus vähintään yhteen mieluisaan harrastukseen.

Osallistava ja liikunnallinen teatteri -hankkeessa syntyy

toiminta tukee harrastustakuun täyttymistä.

Hanke saa tukea Euroopan sosiaalirahastolta, ja sitä rahoittaa Pohjois-Pohjanmaan ely-keskus. Hanketta koordinoi Diakonia-ammattikorkeakoulu, ja mukana toiminnassa on useita toimijoita eri

Hankkeen kautta nuorten toivotaan löytävän kanavan ilmaista itseään, uuden harrastuksen ja uusia ystäviä.

puolella Suomea.

Lisäksi mukana on useita yhteistyökumppaneita, kuten oppilaitoksia, peruskouluja ja lukioita, sairaalakouluja sekä järjestöjä.

Ilmaise itseäsi -kerhot käynnistyvät Sotkamossa ja Kuhmossa

Ilmaise itseäsi -kerhossa on luvassa liikettä, ilmaisua, liikuntaa, teatteria ja sirkustelua. Kajaanin kaupunginteatterin ja Kainuun Liikunnan järjestämässä kerhossa toimitaan ilmaisun ja liikkeen rajapinnassa. Kerhovuosi jakautuu neljään eri teemaan. Osallistujat saavat itse ohjaajien johdolla suunnitella ja olla vaikuttamassa kerhojen sisältöihin.

Sotkamossa kerho pidetään tiistaisin 19.9. alkaen klo 18.30–20 nuorisotalo Asema 13 salissa. Kerho on suunnattu 15–19-vuotiaille nuorille. Kerhon ohjaajina toimivat Kajaanin kaupunginteatterin **Sanna Heikkinen**, Kainuun Liikunnan **Matias Ronkainen** sekä Sotkamon Jymyn **Salla Klemetti**. Kuhmon kerho järjestetään

myös tiistaisin 19.9. klo 15.45–17.15 Tuupalan koulun salissa. Kerho on avoin ja se on suunnattu 15–19-vuotiaille. Sitä ohjaavat Kainuun Liikunnan Matias Ronkainen ja Kajaanin kaupunginteatterin **Karoliina Kuvaja**.

Kerhoon varustaudutaan joustavilla ja mukavilla vaatteilla sekä vesipullolla. Kerhoon voi ilmoittautua ennakkoon mukaan lähettämällä viestin Kuvajan Karolinnalle (teatterin yhdyshenkilö, p. 044-4214379) tai tulla vain paikalle katsomaan, millaista toimintaa on luvassa. Voit myös ottaa kaverin mukaan!

● Lue lisää www.ilmaiseitseasi.fi tai seuraa meitä instagramissa / ilmaiseitseasi