



Yhteisellä kentällä

– opas kulttuurien väliseen
kohtaamiseen





Suomen Työväen Urheiluliitto TUL ry
tasa-arvovaliokunta



Työväen Sivistysliitto TSL

ISBN 978-952-5450-28-6

Sisällys

Johdanto	4
I osa Kulttuurit kohtaavat ja Suomi moninaistuu – perustietoa seuroille	6
1. Kulttuuri	6
Mitä kulttuuri on?	6
Liikunta on osa kulttuuria	6
Mönelmaisias suomalaisia.....	7
2. Mönelmaisias itsestäänselvyyksiä.....	8
Hiljaisuus ja vaatimattomuus.....	8
Rauhaan jättäminen ei ole kaikkialla kohteliaista	9
3. Yhdenvertaisuus ja moninaisuuden kunnioittaminen.....	10
Työnantajilla tiukimmat velvoitteet.....	10
Palveluja kaikille syntyperään katsomatta	10
Kovennetut seuraamukset, kevennetty todistustaakka.....	10
Moninaisuus – kunnioitamme erilaisuutta, kuuntelemme toisiamme.....	10
4. Joitakin kulttuurien peruseroja, joita on hyvä tuntea	12
Onko sinulla aikaa?	12
Suhde vallan käyttämiseen ja arvojärjestyksiin	13
Yhteisöllisyydestä: minä vai perhe?	13
5. Uskonto kulttuurin osana	15
Islam kehottaa siveellisyyteen.....	15
Paasto voi vaikuttaa liikuntaharrastukseen	15
6. Vieraskieliset viestintätilanteet ja konfliktitilanteiden tulkinta	17
Eilaisias kohteliaisuusstrategioita	17
Ilmaisun tapa ja ei-kielellinen viestintä.....	18
Kasvojen säilyttämisen tärkeys	18
Ratkaisukeskeisyys ja toisen asemaan asettuminen	19
Suomi vieraana kielenä	19
II osa Uusi liikkuja seurassa – vinkejä vastaanottamiseen.....	20
1. Sinun asenteesi vaikuttaa	20
2. Kohtaa ihminen – kaikki ei johdu kulttuurista	22
3. Uskonto voi vaikuttaa toiminnassa	24
4. Vuorovaikutustaidoilla on merkitystä	25

JOHDANTO

TUL:n tasa-arvovaliokunta linjasi liittokokouskauden 2010 - 2013 yhdeksi tavoitteeksi tuottaa käytännönläheinen opas kantaväestön ja maahanmuuttajien kohtaamiseen seuratoiminnan arjessa. Pidät opasta nyt kädessäsi.

Ensisijaisesti tämä kirjanen auttaa Suomessa syntynyttä ja kasvanutta kantaväestön jäsentä ymmärtämään, mistä on kyse, kun kohtaat toisen-

laisesta kulttuurista muuttaneen ihmisen. Kohtaaminen on viestintää, johon sekoittuu asenteita, luuloja, tunteita, odotuksia ja tavoitteita. Jos yhteistä kieltä ei ole tai yhteisen kielen taidossa on puutteita, vaatii kohtaaminen molemmilta osapuolilta tavallista enemmän. Suomalaisille itsestään selvät asiat voivat olla tänne muualta tulleille tosi vieraita ja outoja, aina erilaisista urheilulajeista lähtien.



Oppaaseen on pyritty kokoamaan seuratyön arkeen liittyviä asioita ja tilanteita. Opas jakaantuu kahteen osaan. Ensimmäisessä osassa on perustietoa siitä, millaisia erilaisia kulttuurisidonnaisia käsityksiä ja tapoja ihmisillä voi olla. Toisessa osassa on konkreettisia esimerkkejä siitä, miten seuratoiminnassa voi kohdata muualta tulleita, miten olisi hyvä toimia ja miten voi jo etukäteen varautumalla vaikuttaa asioiden sujuvuuteen. Molemmissa osissa on suoria lainauksia kyselystä, joka toteutettiin tämän oppaan taustatyönä keväällä 2012. Kyselyyn vastasivat sekä kantaväestön että maahanmuuttajien edustajat, joilla on kokemuksia seuratyöstä tai liikunnan parissa toimimisesta ja toinen toisistaan.

Liikuntaa pidetään hyvänä kotoutumisen välineenä, koska liikunnan kieli on sama kaikkialla maailmassa. Liikunta kotouttaa erityisen hyvin lapsia, jotka luontaisesti liikkuvat enemmän kuin aikuisväestö. Kulttuuritaustasta ja uskonnosta riippuen liikunnan harrastamiseen voi aikuisella maahanmuuttajalla olla esteitä tai hidasteita Suomessa. Hyvä motto maahanmuuttajaliikunnan järjestämisessä onkin "Yhdessä jos mahdollista, erikseen jos tarpeen". Tärkeintä on luoda liikkumisen mahdollisuudet kaikille, ja yhteistyössä se saadaan onnistumaan.

Taustakyselyn toteuttaminen ja oppaan kirjoittaminen on ollut TUL:n tasa-arvovaliokunnan valitseman työryhmän vastuulla, johon ovat kuuluneet **Eva Rönkkö**, **Päivi Vartiainen-Ora** ja **Sari Virta**. Vartiainen-Ora on vastannut ensimmäisestä osasta. Työväen Sivistyслиitto on tukenut oppaan valmistamista.



I OSA Kulttuurit kohtaavat ja Suomi moninaistuu – perustietoa seuroille

1. Kulttuuri

Mitä kulttuuri on?

Kulttuuri voidaan ymmärtää suppeasti niinä asioina, joista kerrotaan sanomalehden kulttuurisivuilla tai laajasti, jolloin kulttuurilla tarkoitetaan suurin piirtein samaa kuin elämäntapa.

Kulttuuri on opittua, se ei periydy biologisesti. Meistä tekee suomalaisia se, että olemme kasvaneet suomalaiseseen kulttuuriin. Kulttuuri on kuitenkin muuttuvaa ja moniulotteista: kuulumme monenlaisiin ryhmiin, omaksumme ja ilmaisemme kulttuurisia piirteitä yksilöllisesti.

Kulttuuriin kasvaessamme ja siinä toimiessamme me myös muokkaamme kulttuuria. Suomalainen kulttuuri tänään on erilaista kuin 30 vuotta sitten. Suomalaisuus isoissa kaupungeissa on erilaista kuin pikkukylissä. Olemme kaikki erilaisia, niin syntyperäiset kuin muualta muuttaneetkin. Ja kaikki me myös muokkaamme kulttuuria.

Monen kulttuurien välisen törmäyksen takana on toisen osapuolen tulkintojen ja toiminnan tarkoituksen olettaminen liian samanlaiseksi kuin omamme on. Kun synnynnäistä yksilöllisyyttämme ovat vielä muokanneet hyvinkin erilaiset kokemuksemme ja kasvuympäristömme, kuinka

voisimmekaan olla kaikki samanlaisia? Olemme samanarvoisia, emme samanlaisia.

Lapsena maahan muuttanut sopeutuu uuteen kulttuuriin vaivattomammin kuin aikuinen. Aikuisella uuteen kulttuuriin tutustuminen on hitaampaa, koska aikuisen täytyy ensin oppia pois vanhan kulttuurin oletuksia, sekä vertailla, mitä haluaa säilyttää vanhasta ja mitä omaksua uudesta. Usein sanotaan, että muuttajan on sitä vaikeampi oppia uuden kulttuurin tapoja, mitä erilaisempi uusi kulttuuri on lähtömaahan verrattuna. Toisaalta voi ajatella, että väärintulkintojen riski on sitä suurempi mitä lähempänä lähtökulttuuri on tulkittua ulkoisilta tavoiltaan. Tällöin riskinä on se, että ulospäin samanlainen oletetaan kaikissa suhteissa samanlaiseksi. Esimerkiksi virolaisen ja suomalaisen kulttuurin näennäinen samanlaisuus voi hämätä.



Liikunta on osa kulttuuria

Omassa kulttuurissa opitut sisäiset toimintamallit vaikuttavat kaikkeen tekemiseemme, myös liikuntaan. Kulttuuritaustamme vaikuttaa myös siihen, miten tuotamme tunnustettavia liikkeitä. Uuden maan liikuntakulttuurin mukaiset yksinkertaisetkin liikkeet saattavat alussa olla niin vaikeita muuttajille, että uuden maan liikuntaryhmiin mukaan meneminen jännittää. Eteläamerikkalaissyntyinen saattaa tanssia monimutkaisia latinalaisen tanssin kuvioita, mutta suksisauvojen rytmiä voi olla silti vaikea löytää.

Liikunnalla on myös eri kulttuureissa ja eri ihmisille eri merkitys. Liikunta kilpaurheilumielessä on useimmille tuttua, mutta terveysliikunta voi olla teollistuneen länsimaailman ulkopuolelta tulevalle tuntematonta. Terveys on ehkä pysynyt lähtömaassa yllä arjen hyötyliikunnalla, eikä esimerkiksi perheenäitien ole kuulunut lähteä illalla erikseen ja ilman lapsia jumppaamaan. Jos uudessa ympäristössä hyötyliikunta vähenee, tarvitsevat sekä miehet että etenkin naiset ohjausta terveyttä ylläpitävään liikuntaan.

Monenlaisia suomalaisia

Ihmiset liikkuvat globaalissa maailmassa entistä enemmän. Suomessa asuu pysyvästi noin 170 000 ulkomaan kansalaista. Suurin ulkomaalaisryhmä on virolaiset, seuraavina tulevat venäläiset ja ruotsalaiset. Myös monella Suomen kansalaisel-

lä on ulkomaalaistausta ja äidinkieli muu kuin suomi, ruotsi tai saame. Vuonna 2011 väestöstämme noin 4,6 prosenttia oli äidinkieleltään muita kuin suomen, ruotsin tai saamenkielisiä. Alueelliset erot maahanmuuttajien määrissä ovat maan sisällä suuria. Noin puolet noin 250 000 muunkielisestä asuu pääkaupunkiseudulla. Kokonaisuudessaan Suomessa on maahanmuuttajia muihin EU-maihin verrattuna hyvin vähän.

Muuttajia tulee hyvin monista maista ja erilaisista taustoista. Tärkeimmät maahanmuuton syyt Suomessa ovat perhesyyt, työ tai opiskelu. Suomessa on tilastokeskuksen mukaan yli 60 000 perhettä, joista ainakin toinen vanhempi on ulkomaan kansalainen. Yleisin yhdistelmä on suomalainen mies ja ulkomaalainen nainen. Pakolaisia muuttajista on vain noin 15 prosenttia.

Tehtäviä:

1. Mieti, millaisia ihmisiä seuraasi kuuluu: millä eri tavoilla olette keskenänne erilaisia? Millaista vahvuutta erilaisuus tuo teidän seuraanne? Ota huomioon esim. ikä, ammatti, sukupuoli, muut harrastukset, syntymäpaikka, asuinpaikka, mielimusiikki jne. jne.
2. Kuinka monesta eri maasta tulevia ihmisiä seuraanne tai ryhmäänne kuuluu? Mitä tiedätte noista maista?

2. Monenlaisia itsestäänselvyksiä

Jos oletamme kaikkien ajattelevan ja haluavan toimia samoin kuin itse ajattelemme, törmäämme todennäköisesti ongelmiin. Mitä enemmän hyväksymme erilaisia tulkintoja ja tapoja, sitä paremmin tulemme toimeen monenlaisten ihmisten kanssa.

Jos kuvittelemme toiset ihmiset samanlaisiksi, kuvittelemme heidät itsemme kaltaisiksi. Silloin takana taitaakin piillä ajatus: ”Kaikki ovat samanlaisia kuin minä.” Olisikin syytä pyrkiä moninaisuusajatteluun: emme ole samanlaisia, mutta olemme samanarvoisia.



Tietyn kulttuurin sisällä kasvaneet ja siinä aina eläneet ovat usein huonoimpia kertomaan omasta kulttuuristaan. Tämä johtuu siitä, että kasvamme oman kulttuurimme oletuksiin niin, että pidämme niitä itsestään selvyyskinä. Kala ei huomaa uivansa vedessä.

Kulttuuriin ja viestintään liittyvissä vertailevissa tutkimuksissa esiin tulleita suomalaisia arvoja tai tapoja ovat mm. hiljaisuus, vaatimattomuus ja tietty suoruus viestinnässä. Myös ajatus, että rauhaan jättäminen on kohteliasta, tulee usein esiin suomalaisena toimintatapana.

Hiljaisuus ja vaatimattomuus

Suomessa tavallinen, hyvin hiljaisuutta sietävä viestintäkulttuuri saattaa tulla väärin tulkituksi. Mika Häkkinen vaikuttaa suomalaisesta näkökulmasta viestijänä aika tavalliselta vähäpuheiselta, jäyhältä suomalaismieheltä, kun taas esimerkiksi italialaismediassa epäiltiin hänen aktiivivuosinaan olevan jopa jotenkin sairas.

”Minun mielestäni suomalainen tapa puhua on hyvin rajallinen. Eivät tykkää puhua laajasti.” (nainen, Pohjois-Afrikka)

”Suomalainen tapa puhua on olla hiljaa.” (mies, entisen Neuvostoliiton alue)

Suomalaiseen vaatimattomuuden arvostamiseen kasvanut saattaa tulkita väärin vaikkapa keskiverto-pohjoisamerikkalaisen tai arabin tavan kertoa omista onnistumisistaan ja taidoistaan. Se mikä täällä voi vaikut-

taa liioittelulta ja jopa valehtelulta, voi olla toisen kulttuuriin itsestään-selvyyksien mukaista normaalia puhetta.

Rauhaan jättäminen ei ole kaikkialla kohteliasta

Monissa maissa ihmiset osoittavat kiinnostusta toiseen ihmiseen ja haluaan ystävälliseen vuorovaikutukseen puhumalla. Puhheen sisällöllä ei ole suurta merkitystä, vaan itse puhe – small talk – viestii välittämistä. Näin esimerkiksi USA:ssa, Britanniassa, Keski- ja Etelä-Euroopassa, Afrikan maissa ja Lähi-idässä. Puhumalla luotavan suhteen vastakohtana puhumattomuus tulkitaan helposti vihamielisyydeksi tai välinpitämättömyydeksi.

Tyypillisesti suomalaisia viestintätapoja ja malleja tunnistamalla opimme ymmärtämään paremmin muita. Palaamme viestintään luvussa kuusi.

Tehtäviä:

1. Keskustelkaa, millainen on mielestänne tyypillinen suomalainen, entä tyypillinen oman urheilulajinne edustaja?
2. Miten hiljaisuuden sietäminen näkyy teidän ryhmässänne? Entä muussa arjessasi, töissä tai koulussa ja kotona?



3. Yhdenvertaisuus ja moninaisuuden kunnioittaminen

Vuonna 2004 voimaan astunut yhdenvertaisuuslaki koskee urheilu- ja liikuntajärjestöjä kahdesta näkökulmasta, työnantajina ja palvelujen tarjoajina. Laki laajentaa syrjinnän käsitteen koskemaan häirintää, ja se noudattelee EU:n rasismidirektiivin ja työsyrijintädirektiivin linjoja. Laki ei puutu sukupuolen perusteella tapahtuvaan syrjintään, josta on jo olemassa säädökset.

Maija-Liisa Ahonen kirjoittaa asiasta SLU Liikunnan ja Urheilun Maailman numerossa 3/04 tiivistäen seuraavasti:

”Työnantajilla tiukimmat velvoitteet

Seurojen voi katsoa olevan työnantajia, kun ne tekevät työsopimuksia toimihenkilöiden, kilpaurheilijoiden, valmentajien ja ohjaajien kanssa.

Työnantajan roolissa järjestöjen on syytä noudattaa vakaasti syrjintää karttavaa linjaa. Yhdenvertaisuuslaki kieltää syrjinnän muun muassa ihmisten etnisen alkuperän, vammaisuuden, vakaumuksen, sukupuolisen suuntautumisen, iän tai kielen perusteella.

Kilpaurheilussa tämä voisi tarkoittaa sitä, etteivät pelaajasopimukset tai työehdot saa riippua esimerkiksi urheilijoiden etnisestä taustasta. Sama koskee toimihenkilöiden, valmentajien ja ohjaajien työsuhteisiin liittyviä asioita.

Palveluja kaikille syntyperään katsomatta

Yhdenvertaisuuslaki ei koske yhdistyslain alaista toimintaa, kuten urheiluseuran omille jäsenilleen tuottamia palveluja. Yhdistyslain periaatteena on kuitenkin tasavertaisuus eli jäsenen tasapuolinen kohtelu yhdistyksessä. Mikäli yhdistys sen sijaan tarjoaa palveluja elinkeinotoiminnan muodossa muille kuin omille jäsenilleen, kuuluu tämä yhdenvertaisuuslain piiriin. Kohtelun tulee olla samanlaista yhtäläisissä tai vertailukelpoisissa tilanteissa riippumatta henkilön etnisestä alkuperästä. Lain tarkoittama häirintä on tarkoituksellista loukkaamista niin, että luodaan uhkaava, halventava tai nöyryyttävä ilmapiiri.

Kovennetut seuraamukset, kevennetty todistustaakka

Uuden lain mukaan syrjinnästä on seuraamuksia, enimmillään 15 000 euron hyvitys loukkauksen kohteelle. Asianomistaja voi viedä tapauksen oikeuteen, mutta keveämpi menettely on sovittelu syrjintälautakunnassa.

Kun tavallisissa rikostapauksissa syytetystä tulee syyllinen vasta, kun hänet on todistettu syylliseksi, yhdenvertaisuuslaki lähes kääntää tilanteen päällelleen. Syrjinnästä syytetyn on pystyttävä todistamaan olevansa syytön.” (<http://www.slu.fi/>)

Positiivinen erityiskohtelu tarkoittaa esimerkiksi, että maahanmuuttajainaisille voidaan varata oma uimahallin käyttövuoro. Sekä Helsingissä

että Turussa on ollut käytössä tällaiset vuorot kerran viikossa uimahallin normaalin aukioloajan ulkopuolella. Yksityishenkilöt ovat tehneet kummassakin kaupungissa vuoroista kantelun oikeusasiamiehelle. Apulaisoikeusasiamies Jukka Lindstedt toteaa ratkaisussaan 16.6.2009 seuraavaa:

”Kansainvälisissä ihmisoikeussopimuksissa ja Suomen lainsäädännössä lähdetään siitä, että syrjintäkielto ei estä ns. positiivisia erityistoimia, joilla pyritään edistämään muodollisen yhdenvertaisuuden sijasta myös tosiasiallista ja käytännössä toteutuvaa yhdenvertaisuutta. Tiettyjen ihmisryhmien erilainen kohtelu ei täten kaikissa tilanteissa ole kiellettyä syrjintää.

Tosiasiallisen yhdenvertaisuuden edistäminen voi joissain tilanteissa edellyttää esimerkiksi sosiaalisesti, taloudellisesti tai muutoin heikommassa asemassa olevan ryhmän muita parempaa erityiskohtelua. Esimerkiksi maahanmuuttajille voidaan tarjota tiettyjä erityispalveluja, joilla pyritään edistämään tosiasiallisen tasa-arvon toteutumista.

Saadun selvityksen perusteella voidaan mielestäni todeta, että maa-



hanmuuttajanaisten omalle uintivuorolle on olemassa esimerkiksi uinnin opetuksen turvaamiseen ja kotoutumisen edistämiseen liittyviä erityistarpeita. Maahanmuuttajanaيسille varattu uintiaika ei mielestäni myöskään ole epäsuhteessa Helsingissä, Vantaalla ja Turussa käytävissä oleviin yleisiin uintivuoroihin nähden.”

Moninaisuus – kunnioitamme erilaisuutta, kuuntelemme toisiamme

Yhdenvertaisuuteen kuuluu moninaisuusajattelu. Erilaisuus nähdään voimavarana: on monta oikeaa tapaa ajatella ja toimia, ja erilaiset tavat täydentävät toisiaan.

Erilaisuuden kanssa elämisessä ja moninaisuutta kunnioittavassa yhteisössä keskeistä on kunnioitus ja kuunteleminen. Ei ole niin tärkeää, sujuuko esimerkiksi yhteinen kieli täydellisesti. Kunnioitus välittyy positiivisen asenteen kautta.

”Aina oli joku, kuka ei ymmärtänyt, miksi en halua olla muissa kuin naisten ryhmissä. Aina kysytään, miksi sinua haittaa, jos on miehiä. Minä ymmärrän suomalaista kulttuuria, mutta miks minun ei anneta olla.” (nainen, Afrika)

”Seurassamme on muutama muslimi, ja miehet tullessaan sopivaan ikään eivät ilmeisesti saa suoraan koskea naiseen. Ongelmaa ei tästä aiheudu; se hoituu kunnioittamalla tätä sääntöä.” (nainen, entisen Neuvostoliiton alue)

4. Joitakin kulttuurien peruseroja, joita on hyvä tuntea

Vaikka kulttuuritausta on vain yksi monista tekijöistä ihmisen taustalla, on hyvä olla tietoinen joistakin asioista, joissa voi näkyä kulttuurien välistä vaihtelua. Tällaisia asioita ovat esimerkiksi aikakäsitys, tasa-arvo ja yhteisön merkitys yksilön elämässä.

Onko sinulla aikaa?

Käsitykset ajasta poikkeavat hyvinkin paljon eri puolilla maailmaa. Teollistuneessa lännessä ja pohjoisessa aika on rahaa. Ajan mittaaminen on oleellista ja tarkkaa. Tämän tyyppistä aikakäsitystä kutsutaan lineaariseksi. Lineaarinen aika on kuin jana, jolla on alku ja loppu.

Lineaariseen aikakäsitykseen liittyy yksiaikaisuus. Yksiaikaisille kulttuureille on tyypillistä, että yleensä niissä tehdään yhtä asiaa kerrallaan. Päälle puhumista pidetään epäkohteliaana. Lineaarisuus ja yksiaikaisuus on tyypillistä teollistuneissa länsimaissa, myös Suomessa.

Syklinen aika, jota eletään yleisesti Aasian, Afrikan ja Etelä-Amerikan maissa, tarkoittaa ajan käsittämistä kiertokulkuna, sykleinä, mikä liittyy luonnon kiertokulkuun. Aika ole kenenkään omaa: me elämme ajan virrassa. Sykliseen aikakäsityksessä suunnitelmat voivat muuttua, jos tämä hetki niin vaatii. Menneisyys, nykyisyys ja tulevaisuus koetaan yhtä aikaa läsnä oleviksi, siksi suunnittelu

ja aikataulut eivät ole tärkeitä.

Sykliseen aikaan tottunut tottuu aikanaan lineaariseen aikaan, kun sellaiseen joutuu, mutta muutos vie aikaa. Aluksi voi olla vaikea tajuta, että meillä puolen tunnin myöhästymistä pidetään vakavana, jos on itse tottunut siihen, että asiat tehdään kullakin hetkellä sopivimmalta tuntuvasa tärkeysjärjestyksessä, eikä kellon mukaan.

Monissa syklisen ajan kulttuureissa vallitsee myös yhteisöllinen ajattelu. Silloin yhteisön tarpeet menevät omien tarpeiden ja suunnitelmien edelle: jos sukulainen tulee käymään, silloin jään seurustelemaan hänen kanssaan, ja menen harrastukseeni tai muuhun menooni myöhemmin.

Sykliseen aikaan liittyy moniaikaisuus. Silloin moni voi puhua yhtä aikaa joko samasta asiasta tai eri asioista. Kuuntelijan ja puhujan roolit vaihtuvat nopeasti. Yhdessä ja yhteen ääneen puhuminen on sallittua.

Yksiaikaisuuteen tottuneesta moniaikainen viestintä tuntuu usein sekavalta ja epäkohteliaalta. Moniaikaiseen tottuneen mielestä yksiaikainen voi näyttää tulyltä tai kylmältä. Moniaikainen viestintä on vallitsevaa suurimmassa osassa

Afrikkaa, useissa Aasian maissa, Eteläisessä Euroopassa ja Latinalaisen Amerikan maissa.

Aikakäsitysten moninaisuutta kuvaa myös mm. Itä-Afrikassa tyypillinen

käsitys siitä, että tulevaisuus on takanamme – sitähan emme näe. Menneisyys taas on edessämme, koska sen näemme.

Suhde vallan käyttämiseen ja arvojärjestyksiin

Kulttuurien välillä ja myös kulttuuriin sisällä on eroja siinä, miten ihmisten välisiin arvoeroihin, hierarkioihin suhtaudutaan. Hollantilaisen kulttuurintutkija

Geert Hofsteden tutkimusten mukaan Suomen ja monien Suomen maahanmuuttajien lähtömaiden välillä on selvä ero valtaetäisyydessä. Eripituisten valtaetäisyyksien tunnistaminen voi ehkäistä turhia väärinkäsityksiä, kun tiedetään, mistä erilaiset tulkinnat saattavat johtua.

Pienen valtaetäisyyden kulttuureissa, kuten Suomessa, korostetaan tasa-arvoa. Ihmisiä pyritään kohtelevaan samantarvoisina, eikä vapaa-ajan ryhmissä edes yleensä tuoda esiin ammattia tai muuta taustaa. Yhteiskunnalliselta asemaltaan, koulutukseltaan ja muulta taustaltaan erilaiset ihmiset osallistuvat samoihin harrastusryhmiin ja toimivat samoissa seuroissa.

Ihanteellisena ryhmän vetäjänä tai vaikkapa seuran puheenjohtajana pidetään demokraattista tyyppiä, joka kohtelee ihmisiä reilusti. Auktoriteettiasemassa olevia lähestytään yleensä luontevasti ilman pökkurointia.

Suuren valtaetäisyyden kulttuureissa

hierarkiassa ylempänä olevilta odotetaan aseman näyttämistä. Johtavassa asemassa olevilta odotetaan etäisyyden pitämistä ns. tavallisiin ihmisiin. Hieno auto, kallis vaatetus ja muut statussymbolit palvelevat tätä tarkoitusta.

Suurimman valtaetäisyyden kulttuurit löytyvät Aasiasta, Etelä-Amerikasta ja Afrikasta. Myös naapurimme Venäjä lukeutuu suuren valtaetäisyyden päähän. Valtaetäisyys on pienimmillään Pohjoismaissa.

Euroopan maista suurehkon valtaetäisyyden kulttuureja ovat mm. Slovakia, Ranska ja Belgia. Belgiasta Suomeen muuttanut tuttavani hämmästyti, kun huomasi, että saman työpaikan vahtimestari ja toimitusjohtaja kuuluvat samaan hirviporukkaan. Belgiassa se olisi hänen mukaansa aivan ennenkuulumatonta.

Yhteisöllisyydestä: minä vai perhe?

Hofsteden toinen pääjatkumo on yhteisöllisyys-yksilöllisyys-jatkumo. Jatkkumo auttaa meitä ymmärtämään, miksi eri kulttuureissa suhtaudutaan esimerkiksi sukulaisten suosimiseen eri tavoin tai miksi perhe voi suhtautua epäillen harrastukseen, johon osallistuu vain yksi perheenjäsen, eikä muuta perhettä kutsuta mukaan. Myös lasten erilaista asemaa perheessä ja erilaisia kasvatustehkeitä voi oppia ymmärtämään yhteisöllisyyttä ja yksilöllisyyttä ymmärtämällä.

Yleistään voidaan sanoa, että esimerkiksi Suomeen muuttaneista venäläiset, eteläeurooppalaiset, afrikkalaiset, aasialaiset ja eteläamerikkalaiset ovat todennäköisesti tottuneet yhteisöllisempään tapaan elää ja ajatella.

Yhteisölliseen ajatteluun liittyviä keskeisiä piirteitä ovat:

- Jos yksilö tekee väärin, hän tuntee häpeää koko perheensä tai sukunsa puolesta.
- Kasvojen säilyttäminen on tärkeää. (Kts. seuraava alaluku)
- Perheen tai suvun arvot ja normit sisäistyvät vahvasti niihin, ettei henkilökohtaisten ja yhteisön päämäärien kesken tehdä eroa. Mikä on hyväksi perheelleni, on hyväksi myös minulle.
- Vanhemmalla ja nuoremmalla lapsella voi olla selvästi erilainen asema perheessä.
- Tavoitteena on sopusointu. Lapsesta asti kasvetaan hakemaan yhteistä ryhmän mielipidettä ja mukautumaan siihen.

Yhteisöllisissä kulttuureissa perheet ovat tiiviitä, ja ne elävät yhdessä. Esimerkiksi lapsi saattaa jäädä pois treeneistä islamilaisen paastokauden, ramadanin aikana, koska ramadan on perheelle tärkeä. Perheet tekevät usein töitä ja viettävät vapaa-aikaa yhdessä. Lapset muuttavat kotoa aikaisintaan vasta kun perustavat oman perheen.



Tehtäviä:

1. Oletteko törmänneet erilaisiin aikakäsityksiin? Miten olette ratkoneet erilaisten aikakäsitysten aiheuttamia mahdollisia haasteita?
2. Pohtikaa yllä esiteltyjä muita kulttuurisia eroja. Tuntuvatko jotkut niistä tutuilta? Voisiko joku tai jotkut eroista olla taustalla jossakin tapahtuneessa väärinkäsityksessä tai ristiriidassa, vai selittyvätkö ne pikemmin yksilöiden välisillä tulkintaeroilla? Kulttuurierot ovat vain yksi tekijä ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa.

5. Uskonto kulttuurin osana

Suurin osa suomalaisista, reilut 77 prosenttia, kuuluu evankelisluterilaiseen kirkkoon. Ortodokseja maassamme on noin 60 000, ja suurin piirtein saman verran on muslimeja. Lisäksi on pienempiä määriä eri kristillisiin kirkkoihin ja muihin uskontokuntiin kuuluvia sekä uskonottomia.

Islam kehottaa siveellisyyteen

Eri uskontokuntiin kuuluvilla ja eri yksilöillä uskonnon merkitys elämässä vaihtelee suuresti. Islamin uskonto on herättänyt keskustelua mm. sen vuoksi, että siihen kuuluu selvästi arjessa näkyviä pukeutumissääntöjä.

Islamien pyhä kirja Koraani kehottaa naisia ja miehiä pukeutumaan siveelisesti.

Uskova musliminainen käyttää julkisilla paikoilla peittävää, siveää vaatetusta, jota kutsutaan arabiaksi nimellä hijab. Muslimimieskään ei yleensä esiinny shortseissa tai hihattomassa paidassa julkisella paikalla. Se, onko naisen siveä vaate hunttu tai huivi ja pitkä hame, riippuu tulkinnasta. Hiusten, kaulan, säärien ja käsivarsien peittäminen on yleensä tärkeää, jos peittävää vaatetusta käytetään. Islamissa on monia eri suuntauksia, ja myös yksittäiset ihmiset tulkitsevat uskonnon sääntöjä eri tavoin.

Kun muslimeja on maailmassa pari miljardia, on selvää, että esimerkiksi nettikaupoissa on saatavilla monen-

laisia muslimeille sopivia, peittäviä ja joustavia liikunta-asuja.

Muslimit haluavat yleensä välttää alastomuutta myös saman sukupuolen kanssa. Monet muutkin, jotka eivät ole tottuneet saunakulttuuriin, pitävät alastomuutta vieraiden ihmisten kesken outona. Ainakin musliminmaisille tulisi olla tarjolla sellaiset pukeutumistilat, joissa saa vaihtaa liikuntavaatteisiin toisten katseilta piilossa. Tervetulleita ne olisivat myös muille. Monille muslimeille on tärkeää, että myös suihkussa voi käydä niin, ettei kävi jät tarvitse olla alasti toisten nähden.

”Tila pitäisi olla vain naisille. Voin olla ja tykkään olla aina naisten ryhmässä. Mutta jos on naisia ja miehiä, en tykkää olla mukana.” (nainen, Pohjois-Afrikka)

Paasto voi vaikuttaa liikuntaharrastukseen

Muista islamin uskon pääpilareista liikuntaharrastukseen voivat vaikuttaa paasto ja viisi päivittäistä rukousta. Islamilainen paasto tarkoittaa ruuasta, juomasta ja nautintoaineista pidättäytymistä auringon noususta auringon laskuun. Paasto on islamilaisen, kuunkiertoan perustuvan kalenterin Ramadan-kuukauden mittainen, ja se siirtyy vuosittain. Suomessa, jossa päivä voi olla hyvin pitkä tai hyvin lyhyt, päivän pituus paastoaikana voidaan laskea lähimmän islamilaisen maan mukaan.

Paaston aikana päivällä ei laiteta mitään suuhun ja illalla taas syödään.



Iltaruokailut ovat Ramadanin aikana tärkeitä: vatsa saa täytettä ja aterioilla tavataan sukua ja ystäviä. Siksi harrastuksiin osallistuminen tuolloin jää usein toiseksi. Ramadan päättyy id-al-fitr -juhlaan, joka vastaa tärkeydeltään kristinuskon joulua. Juhla kestää kolme päivää, ja silloin syödään yltäkyläisesti, kyläillään ja annetaan lapsille lahjoja. Ramadan-paaston voi siirtää esim. matkan tai muun merkittävän esteen vuoksi pidettäväksi myöhemmin.

Muslimi rukoilee viisi kertaa päivässä, joista ensimmäinen rukous on aamu-

rukous herätessä ja viimeinen iltaruukous nukkumaan käydessä. Päivän mittaan on kolme muuta rukousaikaa. Monet muslimit tulkitsevat rukousaikoja väljästi niin, että niitä voi siirtää myöhempään ajankohtaan.

Tehtäviä:

1. Pohtikaa, millaisissa vaatteissa teidän urheilulajeja voisi harrastaa? Milloin on kyse tottumuksesta, milloin todellisesta esteestä?

6. Vieraskieliset viestintätilanteet ja konfliktitilanteiden tulkinta

Kulttuurien välisissä vuorovaikutustilanteissa ovat läsnä kaikki ne asiat, joista olemme puhuneet edellä: erilaisuuden herättämät tunteet ja tulkinnat, erilaiset valta- ja yhteisöllisyyskäsitteet, moninaiset aikakäsitteet, uskonnot ja perinteet.

Kunnolliset tervehdykset ja myös perheen voinnin kyselyt ovat luonnollinen osa kanssakäymistä suuressa osassa maailmaa. Etelä-Euroopan, Afrikan tai Etelä-Amerikan alueelta tuleva maahanmuuttaja yleensä arvostaa sitä, että vuorovaikutuksen aluksi luodaan hyvä suhde puhumalla yksityisasioista kuten perheestä. Jos joku kiirehtii salille tervehtimättä, saattaa toinen luulla, että kiirehtijä on suuttunut tai rasisti.

Puheakteissa, eli siinä, mitä puheella tarkoitetaan ja tehdään, on eroja. Puheakteja ovat esimerkiksi kutsu, pyyntö, varoitus. Niitä käytetään eri tavoilla. Esimerkiksi kun suomalainen sanoo: "Otatko kupin kahvia", se on kutsu. Kiinalainen pitää tätä muodollisuutena, johon kuuluu aina vastata kieltävästi. Kiinalaiselle kutsu on kutsu vasta, kun se esitetään monta kertaa ja kutsuttavaa otetaan käsivarresta kiinni. Lähi-idässä teetä tuodaan kysymättä, ja kysymystä "Otatko teetä?" voidaan pitää loukkaavana.

Erilaisia kohteliaisuusstrategioita

Suomessa on tyypillistä negatiivinen eli etäisyyttä luova kohteliaisuus. Sen vastakohta on positiivinen, läheisyyttä luova kohteliaisuus, jolle on tyypillistä mm. kaikkien vastaantulijoiden tervehtiminen omalla asuinalueella, työpaikalla tai harrastustiloissa, katsekontakti, nimien käyttö, lähelle tuleminen ja kuulumisten kysely puolituttujenkin kesken. Esimerkiksi Iranin, Irakin ja monien Afrikan maiden kulttuureihin kuuluu, että vieraalta kysytään myös hänen perheensä vointia, vaikka kysyjä ei olisi koskaan tavannut perhettä.

Luonnollisesti kohteliaisuuskäyttäytymisessä on suuria henkilökohtaisia eroja. Pääsääntönä voi kuitenkin sanoa, että suomalainen tapa jättää toinen ihminen rauhaan, tulee usein tulkituksi väärin välipitämättömyydeksi tai hyvien tapojen puutteeksi.

Läheisyyttä luovaan kohteliaisuuteen kuuluu toisen henkilön nimen mainitseminen ja toistaminen. Esimerkiksi: Hyvää huomenta, herra Virtanen! Moi, mitä kuuluu, Andrei! Toisitko sinä nuo pallot, Lisa? Silloin kun puhekuppani puhuu suomea vieraana kielenä, nimiä olisi hyvä opetella käyttämään, sillä se helpottaa havaitsemaan, kenelle puhe on tarkoitettu.

Suomalaiseen kohteliaisuuteen verrattuna esimerkiksi Keski- ja Etelä-Euroopan, USA:n ja Afrikan kulttuurit ovat keskimäärin enemmän läheisyyteen pyrkiviä.

”Suomalainen tapa puhua sekä kaikki muu sosiaalinen läpikäyminen on hyvin varovaista ja pidättyväistä. Hyvin pitkään voi mennä ennen kuin suomalainen rohkene olla avoimempi sekä sosiaalisempi.” (nainen, entisen Neuvostoliiton alue)

Ilmaisun tapa ja ei-kielellinen viestintä

Voimakkaasti ilmaisullisiin kulttuureihin kuuluvat mm. Etelä-Euroopan ja Latinalaisen Amerikan maat. Tämä tarkoittaa sitä, että puheen ohella käytetään paljon ilmeitä ja esim. käsi- liikkeitä tukemaan sanottavaa. Ilmeitä ja eleitä säästeliäämmin ilmaiseviin kulttuureihin kuuluvat Pohjoismaat, Keski-Eurooppa ja Itä-Aasian maat.

Suomessa silmiin katsomista pidetään luotettavan ihmisen tunnusmerkkinä, kun taas vaikkapa Itä-Aasiassa silmiin katsomista vältetään. Espanjalaiset puolestaan pitävät suoraa katsekontaktia yllä koko keskustelun ajan lisätäkseen tehoa puheeseensa. Islamilaisessa kulttuurissa naisen ja miehen välinen suora katsekontakti voidaan helposti tulkita seksuaalisesti tungettelevaksi.

Suomessa fyysinen etäisyys keskustelukumppanista on maailman suurimpia. Liian lähelle tuleva keskustelukumppani koetaan kiusallisena. Lyhyeen fyysiseen välimatkaan totunut vaikkapa Etelä-Euroopasta tai arabikulttuureista voi tulkita pitkän etäisyyden kylmyydeksi ja ylimielisyydeksi. Suomalainen suureen tilaan totunut taas voi kokea ahdistava-

vaksi, jos toinen ihminen tulee liian lähelle.

Myös koskettelutavat tervehdittäessä ovat eri kulttuureissa erilaisia. Esimerkiksi Saksassa ja Puolassa kättely on tervehdittäessä ja erotessa hyvin tärkeää. Työpaikalla esimies saattaa kätellä töihin tullessaan kaikki alaisensa. Islamilaisissa kulttuureissa miehet kättelevät toisiaan, mutta naiset eivät yleensä kätele muita miehiä kuin lähiomaisiaan. Länsimaissa elävät muslimit tosin kättelevät usein länsimaisten tapojen mukaan. Venäjällä miehet kättelevät vain miehiä. Ranskassa, Belgiassa ja muissa Etelä-Euroopan maissa sekä miehet että naiset tervehtivät poskisuudelmin.

Kasvojen säilyttämisen tärkeys

Kasvojen säilyttäminen on erityisesti aasialaisten kulttuurien, esimerkiksi kiinalaisen ja vietnamilaisen, keskeinen käsite. Sillä viitataan henkilökohtaiseen kunniaan ja onnistumiseen sekä harmonian säilymiseen. Epäonnistuminen, julkinen erimielisyys, noloon asemaan joutuminen ja vaikkapa julkinen humaltuminen taas aiheuttavat kasvojen menetyksen.

Kasvojen menettämistä – omien tai toisen – vältetään kohteliaan käytöksen, epäsuoran puheen ja kunnioittamisen avulla. Suuressa osassa aasialaisia kulttuureja kielteisten tunteiden ilmaiseminen ei ole soveliasta. Myös kielteisen vastauksen antaminen on esim. kiinalaisille ja vietnamilaisille vaikeaa, ja kielteinen vastaus joudutaan yleensä lukemaan rivien

välistä kiertoilmaisuiista.

Ratkaisukeskeisyys ja toisen asemaan asettuminen

Koska kulttuurien välisessä viestinnässä on enemmän tahattomia väärintymmärryksen riskejä kuin yhden kulttuurin sisäisessä viestinnässä, siinä kannattaa muistaa kunnioitus ja toisen osapuolen kuunteleminen erityisen tarkkaan. Viestintätilanteille kannattaa myös varata tavallista enemmän aikaa ja rauhaa.

Ja hyvä neuvo on asioiden kääntäminen toisin päin: entä jos olisin itse asunut vaikkapa Irakissa kaksi vuotta, ja olisin aloittamassa harrastustani arabian kielellä irakilaisessa ryhmässä? Kuinka täydellisesti osaisin ääntää ja ymmärtää arabiaa ja mitä toivoisin arabiankielisten muistavan?

Suomi vieraana kielenä

Urheiluseuratoiminta on muuttajalle yksi hyvä paikka oppia käytännön suomea, puhekieltä.

Suomea vieraana kielenä puhuvan kanssa on hyvä muistaa, että muuttajalla saattaa olla vaikeuksia ymmärtää joko puhuttuja tai kirjoitettuja viestejä. Siksi olisi hyvä kertoa tärkeät asiat sekä suullisesti, että antaa oma, kirjallinen tiedote, jota muunkielinen voi lukea omalla ajalla sanakirjan tai suomenkielisen ystävän kanssa.

Suurin osa Suomessa asuvista maahanmuuttajista haluaa oppia suomea. Me äidinkielliset voimme kannustaa kielen käyttämiseen. Englanti

ei edes ole läheskään kaikille ulkomaalaistaustaisille tuttu kieli. Moni maahanmuuttaja pitää suomen käyttämistä positiivisena eleenä: kiva, kun urheiluseurassa ymmärretään minun kuuluvan tänne ja puhuvan samaa kieltä, vaikka puhunkin murtaen.

Suomea äidinkielenään puhuvan avaintaitoja maahanmuuttajan kanssa viestiessä on selkeä, rauhallinen puhe. Voimme auttaa maahanmuuttajaa selviytymään paremmin puhumisesta, kun keskitymme kuuntelemaan tavallista tarkemmin, ja osoitamme eleillä, ilmeillä ja tarkentavilla kysymyksillä, että viesti menee perille. Katsekontakti ja hymy kertovat puhujalle, että kuuntelet ja haluat ymmärtää. Myös itse puhuessasi muista käyttää kehonkieltä, eleitä ja ilmeitä, ne auttavat ymmärtämistä silloin, kun puhuttu kieli on kuulijalle vieras kieli.

Tehtäviä:

1. Millaisia teidän seuranne tai ryhmänne tavat tervehtiä ja puhua toisten kanssa ovat?
2. Onko uuden ihmisen helppo tulla mukaan? Miten toivotatte hänet tervetulleeksi?
3. Harjoitelkaa ääneen selkeää puhetta niin, että äännätte sanat alusta loppuun asti – näin puhonopeus hidastuu, ja muunkielisen on paljon helpompi ymmärtää sitä!

II osa Uusi liikkujat seurassa – vinkkejä vastaanottamiseen

1. Sinun asenteesi vaikuttaa

Kun kohtaat uuden vieraan ihmisen, kohtaamisessa vaikuttaa yleensä asenne eli sekoitus tunnepohjaista suhtautumista ja jonkin verran tietoa. Arvioit kohtaamisessa toista ihmistä joko suosiollisesti tai epäsuosiollisesti. Kohtaamista edistää, jos olet tilanteelle avoin ja tiedostat omat asenteesi.

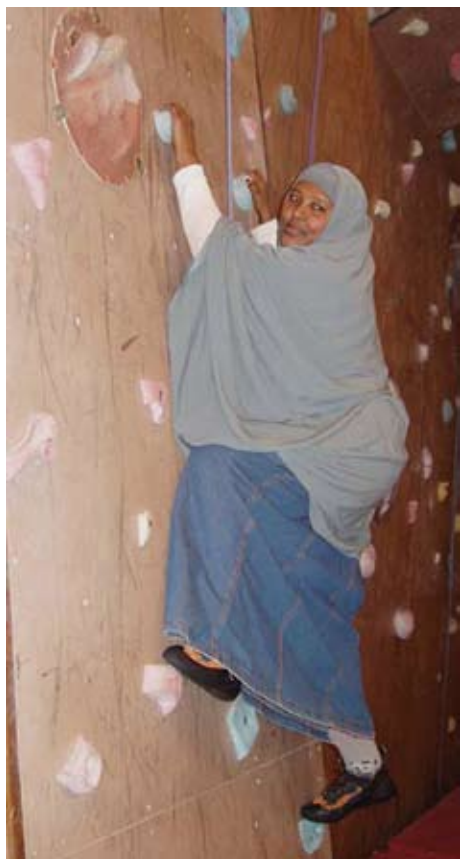
”Opettajan tai valmentajan asenteet vaikuttavat paljon. Toiset ovat jäykkiä ja asioita pitää tehdä vain yhdellä tavalla. esimerkiksi liikuntatunnilla piti juosta tietty matka jotta saa siitä numeron. Pitin tunnilla housuja ja niiden päällä hametta. Pienen ihmettelyn jälkeen opettaja sanoi että juokse vaan, voihan hamessakin sen matkan läpäistä, ei tarvitse olla just samanlaisia liikuntavaatteita kun muilla oli.” (nainen, syntymämaa Somalia, muslimi, 15v Suomessa)

”Pukeutuminen ja ravinto. Olemme järjestäneet ruoan myös kasvis/kala ruokana ja pukeutuminen ei ole ollut esteenä vaikka somalityöt pelasivat jalitsua pitkät mekot ja huivit yllänsä. Enemmän asennekysymys.” (kantäväestö)

Kun seurassa kohtaa erilaisuutta, on mahdollisuus tarkastella seurana omia toimintatapoja. Ovatko toimintatavat hyviä, vai kenties sellaisia, joita voidaan muuttaa? Olisi hyvä, ettei ensimmäisenä reagoida, ettei joku asia

käy. Eikö ole parempi, että kaikki saavat mahdollisuuden löytää itselleen sopivan tavan liikkua? Seurassa on hyvä antaa mahdollisuus harrastaa, eikä ensimmäisenä vaatia suomalaisen käsityksen mukaan sopivaa, asiallista ja kenties kilpaurheilun vaatimaa pukeutumiskäytäntöä.

Kun hyväksymme liikkujan sellaisenaan kuin hän on omine tapoineen, an-



namme liikkujalle myönteisiä kokemuksia liikkua seurassamme.

”Seuratoiminnassakin täytyy kunnioittaa erilaisuutta ja henkilöiden lähtökohtia. Kun tämä lähtökohta on kunnossa, niin kaikki viihtyvät ja kokevat olevansa tervetulleita mukaan seurantoimintaan.

En ole kokenut mitään erityisiä ongelmia toimimisessa maahanmuuttajien kanssa. Samat säännöt ja samat toimintatavat ja linjaukset toimivat hyvin heidänkin kanssa. Olemalla tarkasti oman asiansa takana ja periaatteiden ja seurantoimintalinjojen mukainen niin kaikilla on hyvä olla seurassa ja he tietävät seurantoiminnan pelisäännöt.” (mies, kantäväestö)

”Ryhmässä on monen eri uskontoon kuuluvia henkilöitä. Usein ryhmäjoissa pojat huomaavat itse, kuinka alitajuisesti olen ohjaajana jakanut joukkueet uskontojen perusteella. En kylläkään ala jaotella ryhmiä jatkosakaan tietoisesti eri uskontokuntien edustajat sekaisin. Jaan jatkossakin joukkueet kuten aiemminkin kulloinkin parhaalla katsomallani tavalla.” (mies, kantäväestö)

Ryhmiiin jakamisessa ei ole syytä korostaa erilaisuutta tai vastaavasti samanlaisuutta. Voisihan joukkueita jakaa ryhmiin vaihdellen, esimerkiksi syntymäkuukauden mukaan, pituuden mukaan tai satunnaisesti arpomalla.



2. Kohtaa ihminen – kaikki ei johdu kulttuurista

Seurassa on hyvä valmistautua monenlaisten ihmisten kohtaamiseen. Ennen kaikkea ja ensin me kohtaamme toisen ihmisen, persoonallisuuden. Kulttuuri on vain yksi osa meidän itse kunkin taustaa.

”Somaliperheissä en ole nähnyt, että vanhemmat olisivat seuratoiminnassa mukana, eikö ole aikaa vai eikö ajatella asiaa, en tiedä. Ehkä sitä ei pidetä tärkeänä.” (nainen, syntymämaa Irak, muslimi, 12v Suomessa)

”Mamu vanhemmat eivät ole aktiivisesti seuravan vapaaehtoistoiminnassa mukana. Koen mamu aikuisten puuttumisen seuraaktiiveista ongelmaksi. Kuitenkin seurassamme liikkuu erittäin paljon maahanmuuttajataustaisia lapsia.

Aikuisten tavoittaminen on erittäin vaikeaa, käytännössä he eivät osallistu joukkueiden vanhempaintapaamiisiinkaan jolloin heille ei pääse edes ehdottamaan vapaaehtoistehtäviä.” (mies, kantaväestö)

”Maahanmuuttajalasten vanhemmat osallistuvat samalla tavoin kuin suomalaisetkin: tukemalla lastaan ja kannustamalla vaikkapa kilpailuisissa. Kaikilta vanhemmilta otetaan tuki vastaan palautetta ja mielipiteitä.” (nainen, syntymämaa Venäjä, kristitty, 19v Suomessa)

”Seurassamme on ollut eri etnisen taustan omaavia ja syntyperältään ulkomaalaisia harrastajia. En ole kohdannut mitään varsinaisia ongelmia

näiden henkilöiden osalta. Englanninkielen taito on tarpeen, sillä osalla suomenkielen taito varsin puutteellinen. Nuorten lasten kohdalla voi tulla haasteeksi vanhempien joko liika osallistuminen toimintaan=valmennukseen puuttuminen ja varsinkin peleissä oman lasten ohjaaminen yli valmentajien tai toisaalta täydellinen eristäytyminen joukkueen toiminnasta.” (mies, kantaväestö)



Pelisäännöt tulee olla samalla lailla selvät maahanmuuttajien kanssa kuin kantaväestön kanssa toimiessa. Kaikkea ei voi selittää kulttuurilla tai kulttuurieroilla. Myös maahanmuuttajat toimivat henkilökohtaisten ominaisuuksiensa mukaan eri tavalla.

Seuran toiminnan pelisäännöt tulee kertoa selkeästi kaikille jäsenille, harrastajille ja lasten vanhemmille. Tarpeellista on, että pelisäännöt kerrotaan ja lisäksi kirjoitetaan selkokielellä ymmärtämisen varmistamiseksi.

VINKKI

Lasten ja vanhempien yhteinen liikuntapäivä

Vanhempien seuratoimintaan mukaan saaminen voi olla vaikeaa niin kantaväestön kuin uussuomalais-tenkin kohdalla. Maahanmuuttajilla, jotka tulevat länsimaisen liikuntakulttuurin ulkopuolelta, ei todennäköisesti ole kokemusta seuratoiminnan rakenteesta puhumattakaan vapaaehtoistoiminnasta seurassa. Omaehtoinen seuratoimintaan mukaan tuleminen saattaa kompastua pelokkuuteen vieraita tapoja kohtaan, mies-naisasetelmaan tai heikkoon suomenkielen taitoon. Seuran hauska tapahtuma voisikin tuoda mukaan sellaisia vanhempia, joilla olisi talkootöissä panoksensa annettava. Seuratoiminnasta voi löytyä maahanmuuttajavanhemmille uusia tuttavuuksia ja ystävyys-suhteita.

Tapahtumapäivän voi suunnitella kauden alkuun, jolloin tilaisuus toimii samalla seuran suunnitelmista keskustelemiseen. Kielitaidottomien tai vanhempien verkostosta syrjässä olevien isien ja äitien tavoittamiseksi voi järjestää haastekil-

pailun: mukana olevat vanhemmat ja seuran lapset kutsuvat yhden uuden vanhemman tapahtumaan. Näin kynnyksellä tulla itselle vieraaseen ympäristöön helpottuu ja tulkkaus-apukin on lähellä.

Tapahtumassa kannattaa käyttää lajinomaisia pieniä kilpailutehtäviä, joita perheet tekevät omien lasten kanssa. Yhdessä leikkimielisesti toimien omien lasten osaaminen tulee vanhemmille tutuksi. Samalla syntyy käsitys seuratoiminnasta. Aikuisten ja lasten leikkeinä voi olla esim. lakanapallo tai kävelyjalkapallo, jossa yksilön taidoilla ei ole oleellista merkitystä. Tärkeää on tunne, että kuuluu joukkoon.

Tapahtumassa voi tiedottaa tulevan kauden asioita sekä keskustella vanhempien kanssa seuran pelisäännöistä. Yhteinen hauskanpito helpottaa myöhemmin valmentajien ja vanhempien, niin uussuomalaisten kuin kantaväestönkin yhteydenpitoa. Päivän päätteeksi pienen tarjoilun voisivat hoitaa etnisen vähemmistön vanhemmat. Sekin syventää yhteistyötä vanhempien ja seuratoimijoiden välillä.

3. Uskonto voi vaikuttaa toiminnassa

Uskonto on ihmisen yksityinen asia. Suomen kantaväestöllä uskonto ei välttämättä näyttäytyä arjen eri tilanteissa niin selkeästi kuin eri uskontoja harjoittavilla maahanmuuttajilla.

"Kyllä vaikuttaa, suihkussa on hankala, yksityisyyttä kaipaam lisää. Myös tyttöjen ja poikien pitäisi olla mahdollista liikkua erikseen. Meidän yhteisössä ja uskonnossa kannustetaan liikkumiseen mutta esimerkiksi tanssimista julkisesti vieroksutaan. Hyödyllinen liikkuminen on hyvä ja "neutraalit" liikuntalajit hyviä. Tytöille sopi uinti. Ilmapiiiri naisten uintivuorolla on parantunut mutta ihmettelen että naisten uintivuoron aikana uimahallin ovi on lukossa ja vaan tiettyyn aikaan pääse ovesta sisään, maksamme kuitenkin saman hinnan kun muissa uimahalleissa mutta niissä ei tarvitse oven takana odottaa sisään pääsemistä. Onko se yhdenvertaista kohtelua?" (nainen, syntymämaa Somalia, muslimi, 15v Suomessa)

"Uskonto ei ole näyttäytynyt mitenkään seuratoiminnassamme, Syyinä ehkä se, että valtaosin toiminta on poika-miestoimintaa, ei omia tyttöryhmiä." (mies, kantaväestö)

"Kyllä, uskon kieltää harrasta uimista sekä uima-alas tai teidän puku." (nainen, syntymämaa Irak, muslimi, 20v Suomessa)

"En usko, että uskonto vaikuttaa ehkä vaan uinti. Uskonto sallii kaiken mikä hyväksi ihmiselle." (nainen, syntymämaa Somalia, muslimi, 9v Suomessa)

"Joo, vaikutus on: tila pitäisi olla vain naiselle jos esim. naisten oma vuoro uinti, aerobic, kuntosali...Voin olla ja tykän olla aina naisten ryhmässä. Mutta jos sekä naisia että miehiä en tykä olla mukana." (nainen, syntymämaa Libya, muslimi, 14v Suomessa)

"Aina joku oli, joku ei ymmärtä, miksi haluan olla vain naisten ryhmässä, miksi en voi olla ilman muslimin puku sekä tilanteessa aina kysytään, mikä sinulle haittaa, jos on miehiä? Minä ymmärrän suomalaista kulttuuria, mutta miksi minun ei anneta olla." (nainen, syntymämaa Libya, muslimi, 14v Suomessa)

On reilua kunnioittaa toisille pyhiä asioita. Tärkeää on mahdollistaa liikkuminen kaikille, koska liikunnan merkitys ihmisen kokonaisvaltaiselle terveydelle on laajasti tunnustettu asia. Maahanmuuttajat kotoutuvat urheiluseuratoiminnan lisäksi koulussa, työpaikoilla, erilaisissa toimintaryhmissä ja omassa asuinympäristössään. Kotoutumista ei estä se, jos maahanmuuttajat liikkuvat myös omissa ryhmissään. Julkinen positiivinen erityiskohtelu edistää maahanmuuttajien liikkumista ja sitä kautta terveyttä. Esimerkiksi vain naisille järjestetyt jumpat tai uintivuorot, tai vastaavasti miehille harrastejalkapalloporukoiden tukeminen kenttävuorojen haussa ovat positiivista erityiskohtelua.

Uskontoon perustuvat ruokailurajoitukset eivät nykyisin juuri poikkea kantaväestön piirissä esiintyvistä ruokavalioista. Seuratoiminnassa voi hy-

vin ottaa huomioon suurimman osan erilaisista ruokavaliosta, kun tarjoaa leireillä ja kisamatkoilla kaikille sopivia kasvis- ja kala-aterioita.

Kun järjestätte leirejä ja muita tilaisuuksia, on hyvä tarkistaa, milloin sinä vuonna on Ramadan-kuukausi. Se saattaa vaikuttaa osallistumiseen.



4. Vuorovaikutustaidoilla on merkitystä

Ihmisten välinen kanssakäyminen vaatii aina viestintää. Erilaisten kulttuuritaustojen ymmärtäminen auttaa arvioimaan omia viestintätapoja. Selkokieliisyys ja monipuolinen erilaisten viestintäkeinojen käyttö varmistaa sitä, että äidinkielenään jotain muuta kuin suomea puhuva ymmärtää asiat.

”Suomalaiset puhuvat vähän, he eivät selitä asioita, joten joudun kysymään monta kerta, että tuntui itseni tyhmä.” (nainen, syntymämaa Irak, muslimi, 20v Suomessa)

”Iso ero, puhutaan rauhallisemmin, on hiljaa ja katsoo silmiin. Meillä epäkohteliasta katsoa silmiin. Meillä on epäkohteliasta olla hiljaa. Aikuinen somali ei katso miestä silmiin.” (nainen, syntymämaa Irak, muslimi, 12v Suomessa)

”Suomalaisten kanssa kommunikoinnissa aina välillä yllättää se että itseasiassa ei kuunnella mitä ajattelen ja sanon vaan minun puolesta tehän päätelmiä että ajattelen näin. Se kummastuttaa, ehkä se on ennakkoluulo. Toinen asia joka tulee vastaan on se että jos on vaikeuksia ymmärtää korotetaan ääntä. Ei siitä asia huutamalla enemmän ymmärrä.” (nainen, syntymämaa Somalia, muslimi, 15v Suomessa)

”Meidän perheessä veli harrasti jalkapalloa. Seura oli silloin sähköpostilla äitiin yhdeydessä. Minä autoin äidille tulkkamaan viestejä. Äiti ei itse osannut. Äiti halusi olla tietoinen asiois-

ta. Mielummin hän oli halunut asioita valmentajan kanssa suoraan, kirjalliset viestit tuntuivat vierailta, on totuttu suulliseen asiointiin. Välillä hän ei ollut varmaa mitä veli puhui kun oli kysen leireistä tai isommista asioista. Tuntuu turvallisemmalta asioita aikuisten kesken suoraan.” (nainen, syntymämaa Somalia, muslimi, 15v Suomessa)

VINKKI

Ohjeita selkeään kieleen:

- Käytä yleiskieltä ja tavallisia sanoja.
- Äännä sanat selvästi loppuun asti ja kohtalaisen hitaasti.
- Äännä erityisen selvästi Ä, E, Y, ja kaksoisdiftongit (esim. ÄY, ÖY, ÖI, ÄI) sekä kaksoiskonsonantit (esim. SS, LL).
- Näitä muunkielisen on vaikea erottaa: Kaari – kari, maali – malli, pallo – palo, kissa – kisa, kylki – kynsi, niska – nilkka, kunto – kunta.
- Vältä pitkiä sanoja, ja käytä lyhyitä lauseita: kussakin lauseessa saa olla vain yksi tärkeä asia.
- Käytä suoraa sanajärjestystä (ensin kuka tekee, sitten mitä tekee, sitten missä, milloin ja miten).
- Käytä yksinkertaisia, konkreettisia esimerkkejä.
- Toista ja havainnollista, näytä, miten tehdään.
- Käytä esimerkkejä, kuvia ja piirrä.
- Tarkista, että tulit ymmärretyksi: pyydä kuulijaa toistamaan omin sanoin se, mitä hän on ymmärtänyt puheestasi.
- Käytä kuitenkin aikuiselle aikuis-ta kieltä, sillä holhoava sävy aliarvioi kuulijaa ja asettaa hänet lapsen rooliin.

”Joskus kieli voi olla ainoa erilaisuus, mutta ei suinkaan este. Lisäksi liikunta on kansainvälinen toimintatapa, jossa liike ja keho ovat pääosissa, ei kieli. Sauvakävelyohjaus burmalaisille pakolaisille, jotka eivät olleet pahemmin tutustuneet koko lajiin. Ennakkolou-lottomasti sauvat laitettiin oikein käsiin ja eikun eteenpäin. Ohjaaja näytti mallia ja muut seurasivat perässä. Naamat loisti onnistumisen merkkinä.” (kantaväestö)

”Ohjeet voidaan näyttää ellei ymmärrä suomea. Lasten talvileirikoulussa oli 28 maahanmuuttaja lasta, 5:stä eri kulttuurista. Ei ongelmia, päinvastoin, olivat rikkautena kantaväestön mukana. Kaikki seuratoimintaan tulevat ovat tervetulleita, ihan kuten kantaväestökin. Ei maahanmuuttaja kuulu erityisryhmään vaan ovat osa palvelujärjestelmäämme, johon myös liikunta ja sen ohjaus kuuluvat.” (kantaväestö)

”Seuramme ulkomaalaiset eivät ole vaikuttaneet ohjaamiseen/harrastamiseen, muuta kuin siltä osin että esim. mainitsemani muslimimies ei saa suoraan koskea naiseen. Tämä ilmenee vain esimerkiksi onnittelevissa tilanteissa joissa olisi halannut tai kätellyt toista.” (nainen, syntymämaa Venäjä, kristitty, 19v Suomessa)

Vieraiden kulttuurien kohteliaisuus-sääntöjen tunteminen tai tiedostaminen ovat ainakin ensikohtaamisissa avuksi. Tässäkin pätee se, että kunnioitamme toinen toistemme tapoja. Ihmisten oman henkilökohtaisen reviiirin alue vaihtelee kantaväestösäkin. Urheilu lisää läheistä kanssa-

käymistä. Erityisesti joukkuelajeissa iloitaan onnistumisista halailemalla ja koskettamalla.

*”Lähinnä vaikeuksia on tuottanut kel-
lon ymmärtäminen (ajoissa oleminen,
sovitusta aikatauluista kiinni pitämi-
nen).”* (nainen, kantaväestö)

Seuran toiminta- ja pelisääntöjen ker-
taaminen auttaa ymmärtämään suo-
malaista täsmällisyyttä ja länsimaista
aikakäsitystä.

*”Lumikengät, kävely järven jäällä,
avanto, joka on ollut outoa.* (nainen, syn-
tymämaa Libya, muslimi, 14v Suomessa)

*”Isoilla veitsillä liukuen huitominen
(jääkiekko) on hullua, mutta mielen-
kiintoista, samoin mäkihyppy. Katson
niitä molempia vaikka yömyöhällä.”*
(ryhmähaastattelu, nainen 60-vuotias, syntymämaa
Somalia)

Hiihto ja luistelu ovat monelle läm-
pimistä maista tulleille ihailun koh-
teina, mutta itsenäisesti näitä poh-
joismaisia liikuntalajeja ei uskalleta
kokeilla. Tasapainoasti ei ole kehitty-
nyt samalla tavalla kuin lapsuudesta
asti suksia ja luistimia käyttäneillä on.
Silti hiihtämään oppiminen on mah-
dollista ja riemu uuden taidon saami-
sessa suuri.

VINKKI

Suomalainen luontoliikunta

Monipuolinen ja kaunis luontome-
tarjoa runsaasti liikuntamah-
dollisuuksia. Suomessa syntyneel-
le kävelyretket, patikointi, hiihto ja
kalastus ovat itsestäänselvyyksiä ja
monille perheille arjen ilonaihe. Jo-
kamiehenoikeus on pääsääntöises-
ti maahanmuuttajille vieras, eikä
sen tuomia oikeuksia ja mahdolli-
suuksia tunneta.

Tuntematon suomalainen luonto
on ihailun kohteena, mutta aihe-
uttaa myös pelkoja. Omasta koti-
maasta saattaa olla kokemuksia vil-
lieläimistä, joita on tarvinnut varoa,
sekä maanomistajista, jotka kieltä-
vät kulkemisen omistamillaan met-
säpoluilla. Yksin tai omakielisten
kanssa ei uskalleta mennä kunto-
polkuja tutkimaan. Eksymisen lisäk-
si pelätään hyökkäyksen kohteek-

si joutumista. Usein jo yksi kerta
kaverin kanssa rohkaisee ulkoliik-
kunnan harrastamiseen. Marjo-
jen poimiminen ja sienten kerää-
minen innostaa uussuomalaisia
kulkemaan metsissä. Hyöty luon-
nonvaroista tukee luontoliikuntaa.
Sienten kanssa pitää kuitenkin olla
varovainen. Uusi harrastus saattaa
innostaa niin, etteivät ruoka- ja
myrkkysienet erotu aloittelijalle.

Erityisesti talviliikunta koetaan
vieraana ja joskus jopa kummalli-
sena. Pitkä ja pimeä talvi on maa-
hanmuuttajille suurin talviliikun-
nan rajoittaja. Liukkaat kadut sekä
talveen sopivien ulkoiluvälineiden
puute vähentää monien uus-
suomalaisten ulkona liikkumis-
ta. Lumikenkäkävely, pilkkiminen,
mäkihyppy ja muu talviliikunta ai-
heuttavat hämmennystä.

LÄHTEET

Hofstede, Geert 1993; Kulttuurit ja organisaatiot, mielen ohjelmointi. WSOY.
Hofstede, G. & Hofstede, G.J. 2005; Cultures and Organizations. Software of the Mind.

Revised and Expanded 2nd edition. McGraw-Hill.

Keltikangas-Järvinen, Liisa, 2001; Tunne itsesi, suomalainen. WSOY, Juva
Pitkänen, Pirkko (toim.), 2005 ; Kulttuurien välinen työ, Helsinki, Edita Prima.
Pitkänen, Pirkko (toim.), 2011; Kulttuurien kohtaamisia arjessa, Tampere, Vas-
tapaino

Räty, Minttu, 2002; Maahanmuuttaja asiakkaana, Helsinki, Tammi.

Rönkkö Eva, 2012; Terveysliikunta ja maahanmuuttajat, tarvitaanko siihen ammattilaisia? -artikkeli teoksessa R.Metsänen & L.Nikander (toim.) Realistista aikuispedagogiikkaa monikulttuurisessa toimintaympäristössä. Hämeenlinna: Hamk; 103-114

Vartiainen-Ora, P. 2005; Ymmärräks sää? Työyhteisöjen monikulttuurisuus-
koulutus. TSL, Helsinki 2005.

Vartiainen-Ora, P. (toim.) 2007; Erilaisuus sallittu. Petmo-hanke. ESR, Helsinki.

Vartiainen-Ora, P. (toim.) 2009 ; SELVÄ! Suomea palvelualoille. TSL, Helsinki.

Wrede, S. & Nordberg, C. (toim.) 2010. Vieraita työssä, Työelämän etnistyvä eri-
arvoisuus. Palmenia, Helsinki.

Yhdenvertaisuuslaki – työkalupakki syrjintää vastaan, 2004 SEIS – Suomi
eteenpäin ilman syrjintää –projekti. Työministeriö, Edita Prima.

LIITTEET

LIITE 1: Maahanmuuttajaoppaan tuottamisen yhteydessä järjestetty kysely kantaväestölle ja maahanmuuttajille. Yhteenvedo kyselystä.

Kyselyä varten tehtiin erilaiset kyselylomakkeet kantaväestön kokemusten selvittämiseksi sekä maahanmuuttajien kokemusten selvittämiseksi. Kysely tehtiin huhtikuussa 2012. Kyselyyn oli mahdollista vastata sähköisesti nettisivujen kautta, paperisen kyselylomakkeen täyttämällä tai osallistumalla haastatteluun. Sähköisesti palautui kantaväestöltä yhdeksän vastausta ja paperisena neljä. Maahanmuuttajien vastauksia saatiin sähköisesti neljä, paperisesti vastattuna kahdeksan ja haastatteluna kolme. Yhteensä kyselyillä tavoitettiin 13 kantasuomalaista, joista kolme naista ja kahdeksan miestä. Kaksi vastaajista ei ilmoittanut sukupuoltaan.

Maahanmuuttajien vastauksia saatiin kaikkiaan 14, joista naisia oli yhdeksän, miehiä neljä. Yksi vastaajista ei ilmoittanut sukupuoltaan. Maahanmuuttajia haastateltiin myös ryhmätilanteessa, mitä ei ole huomioitu näissä luvuissa. Vastaajien ikäjakauma oli seuraava: alle 18-vuotiaita vastaajia oli kaksi, 18-19-vuotiaita oli kahdeksan, 30-40-vuotiaita oli kolme, 41-50-vuotiaita oli kahdek-

san ja yli 50-vuotiaita kolme. Kaikki vastaajat eivät olleet merkinneet ikäänsä. Vastaajista viisi ilmoitti, ettei harjoita mitään uskontoa, kuusi ilmoitti olevansa muslimeja, kahdeksan ilmoitti olevansa kristittyjä ja yksi ateisti.

Maahanmuuttajat olivat tulleet Suomeen seuraavista maista: Etelä-Ossetia, Irak, Libya, Somalia, Sri Lanka, Ukraina, Venäjä ja Viro. Maahanmuuttajat, jotka vastasivat kyselyyn olivat asuneet Suomessa keskimäärin 14,5 vuotta. Vaihteluväli oli 3,5 vuodesta yli 50 vuoteen.

LIITE 2: [www-sivulinkkejä aiheeseen](#)

www.yhdenvertaisuus.fi

TSL:n kotisivuilta: <http://www.tsl.fi/julkaisut/tyoelama/> linkin takaa löytyvät "Erilaisuus sallittu" ja "Ymmärräks sää" -pdf-kirjat

TUL:n kotisivuilta: <http://www.tul.fi/Liitto/Tasaarvoty%C3%B6.aspx>

SLU:n kotisivuilta: http://www.slu.fi/reilu_peli/monikulttuurisuus/liikunta-opas_maahanmuuttajille/

Tutkimuksia Jyväskylän Yliopiston kotisivuilta: LIIKUNTAMAAHANMUUTTAJIEN ELÄMÄSSÄ - Aikuisten maahanmuuttajaopiskelijoiden liikunta kotimaassaan ja Suomessa https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/18912/URN_NBN_fi_jyu-200809125732.pdf?sequence=1

LIITE 3: Harjoituksia kohtaamiseen

Tässä yksi harjoitus, jota voi käyttää sen havaitsemiseen, olemmeko erilaisia vai samanlaisia. Sopii myös tutustumistilanteisiin.

HARJOITUS 1: Erilaisuuden askeleet

Harjoituksen aluksi vetäjä pyytää osallistujia hakemaan itselleen pari henkilöä, joka tuntuu mahdollisimman erilaiselta. Vetäjä kertoo, että erilaisuudesta on harjoituksessa hyötyä. Tilassa pitää olla liikkumistilaa ryhmän koon mukaan. Pienelle ryhmälle riittää käytävä, isommalle tarvitaan tyhjä huone. Pari asetuvat riviin lähtöviivalle ja vetäjä pyytää heitä menemään ihan kylki kylkeen ja kuvittelemaan vierekkäiset jalkansa yhteen sidotuiksi niin, että he voivat ottaa askeleita vain siirtämällä vierekkäisiä jalkojaan yhdessä.

Parien tavoite on edetä lähtöviivalta eteenpäin kohti esim. vastakkaisessa seinässä olevaa maalia yhteisin, kolmijalkaisin askelin. Pari saa ottaa yhden yhteisen askeleen aina, kun vetäjän lukema väite pitää heidän kohdalla paikkansa. Jos väite ei pidä paikkansa, pari pysyy paikallaan.

On korostettava, että toinen-tyyppisissä väitteissä, väite saa olla tosi vain toisen osalta. Väitteitä voi keksiä tilanteen, ryhmän ja päivän teeman mukaan. Tässä esimerkkejä:

- Meillä on eriväriset silmät
- Olemme olleet tässä liikuntaseurassa eri määrän vuosia
- Toisella meistä on liikuntakaveri, jonka ihonväri on eri kuin itsellä (harvalla on)
- Toinen meistä on ollut liikuntaleirillä
- Toinen meistä on täsmällinen ja järjestelmällinen
- Tarvitsemme eri kieliä työssä
- Toinen meistä on valmentaja
- Äitimme ovat syntyneet eri maissa
- Toinen meistä pitää töistä, joissa ei tarvitse tehdä päätöksiä
- Osaamme puhua eri kieliä
- Meillä on eri määrä lapsia
- Toinen meistä tykkää tanssia
- Toinen meistä tykkää pilkkimisestä
- Toisella meistä on ulkomailta Suomeen muuttaneita naapureita
- Toinen meistä osaa käyttää rullaluistimia
- Meillä on eri koulutus
- Toisella meistä on hyviä kokemuksia romaneista
- Toinen meistä pitää enemmän yksin tehtävästä työstä
- Isillämme on eri ammatti
- Toinen meistä on suorittanut ohjaajakoulutuksen
- Toinen meistä osaa hiihtää

- Toinen meistä osaa puhua hyvin englantia

Jos tilaa ei ole, askeleet voi ottaa myös paperilla niin, että parit vain keskustelevat kustakin väitteestä ja esim. viittaavat, jos väite pitää heidän kohdalla paikkansa. Vetäjä voi merkitä kunkin parin pisteet tukkimiehenkirjanpidolla fläpille tai parit voivat itse pitää kirjaa askeleistaan, ja askelten määrä laskeetaan lopuksi.

Tämän harjoituksen idea: "Tukari välittää, Tukioppilastoiminnan koulutusmateriaali". Löytyy netistä www.mll.fi

HARJOITUS 2: Bingo!

Tämä harjoitus sopii hyvin tutustumisleikkienä erilaisissa tilaisuuksissa.

1. Ota pari ja kysy häneltä kolme kysymystä alla olevasta ruudukosta. Kirjoita hänen nimensä niihin ruutuihin, joihin hän vastaa "kyllä".
 2. Etsi uusi pari ja kysy kolme kysymystä. Kirjoita uuden parin nimi niihin ruutuihin, joihin hän vastaa "kyllä".
 3. Vaihda paria niin kauan, että sinulla on jokaisessa ruudussa ainakin yksi nimi.
- Huuda silloin "Bingo!"
4. Se, joka huutaa ensimmäisenä "Bingo!", on voittaja.

HUOM! Saat kysyä aina vain 3 kysymystä yhdeltä ihmiseltä!

Onko sinulla kaksi lasta?	Oletko hiittänyt?	Oletko huolissasi omasta painostasi?	Käytkö omien lastesi kanssa ulkona leikkimässä?
Oletko viimeisen viikon aikana vahvistanut vatsalihaksia?	Päätitkö itse osallistua seuratoimintaan?	Onko sauvakävely sinulle tuttu?	Kuulutko johonkin liikuntaryhmään tai harasteryhmään?
Käytkö saunassa joka viikko?	Oletko oman äidin tai isän kanssa puhunut liikkumisesta?	Osaatko venyttää jalkalihaksia?	Oletko kerännyt metsässä sieniä?
Oletko koskaan esiintynyt liikunta- tai tanssi-ohjelmassa?	Syötkö mielelläsi ruisleipää?	Tykkäätkö pallopeleistä?	Oletko osallistunut liikuntatapahtumaan?



Suomen Työväen Urheiluliitto TUL ry
www.tul.fi



Työväen Sivistysliitto TSL