

Lausuntopyyntö: Liike elämään –tutkimus henkilöstöliikunnan kehittämiseksi työpaikoilla

Sisällysluettelo

| | |
|--|----|
| 1 Saatekirje | 1 |
| 2 Tutkimussuunnitelma (sisältää tiivistelmän ja aineistonhallintasuunnitelman) | 2 |
| 3 Tutkimuksesta vastaavan henkilön arviointi tutkimuksen eettisyydestä | 14 |
| 4 Tiedote tutkittaville | 15 |
| 5 Suostumuslomake | 16 |
| 6 Muu materiaali: Tutkimussuunnitelman liitteet | |
| Liite 1: Rekrytointikysely | 17 |
| Liite 2: Henkilöstöliikunnan sertifikaattikysely | 21 |
| Liite 3: Työntekijäkysely | 29 |
| Liite 4: Liikemittarin käyttöohje | 40 |
| Liite 5: Liikuntapäiväkirja | 41 |
| Liite 6: Yritysten puhelinhaastattelut | 42 |
| 7 Aineistonhallintasuunnitelma | 50 |
| 8 Rekisteriseloste | 51 |

1. Saatekirje

Tutkimuksen tavoitteena on auttaa pieniä ja keskisuuria yrityksiä luomaan itselleen henkilöstöliikunnan toimintamalli sekä arvioida kehitettyjen toimintamallien toimivuutta ja vaikuttavuutta. Syksyllä 2013 alkava vuoden kestävä tutkimus toteutetaan osana Valtakunnallisen liikunta ja urheiluorganisaatio ry:n (Valo) koordinoimaa "Liike elämään" henkilöstöliikunnan valtakunnallistamishanketta (www.liikeelamaan.fi). Hanketta rahoittaa opetus- ja kulttuuriministeriö.

Tutkimuksen suunnittelusta ja arvioinnista vastaavat UKK-instituutti ja Työterveyslaitos ja käytännön toteutuksen hoitavat Valo sekä liikunnan aluejärjestöt Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry, Hämeen Liikunta ja Urheilu ry ja Etelä-Savon liikunta ry. Henkilöstöliikunnan kehittämistyötä arvioidaan kussakin yrityksessä moniulotteisesti (työntekijä, työ, työyhteisö, organisaatio, työterveyshuolto) ennen kehittämistyön alkamista ja noin vuosi kehittämistyön käynnistämisen jälkeen.

Pyydämme kohteliaimmin tutkimuksellemme Tampereen alueen ihmistieteiden eettisen toimikunnan lausuntoa. Lausuntoa pyydetään, koska 1) tutkimuksessa kerätään tietoa yritysten henkilöstöliikunnasta ja työntekijöistä, 2) tiedon keruussa käytetään liikemittaria, joka puuttuu yksilön fyysiseen koskemattomuuteen ja 3) tutkimustuloksia tullaan raportoimaan tieteellisissä lehdissä, jotka edellyttävät ennakoarviointia.

Tutkimuksesta vastaavien henkilöiden yhteystiedot:

Minna Aittasalo, TtT, dos., UKK-instituutti
 PL 30 33501 Tampere
 Puh. 03 282 9267
 S-posti: minna.aittasalo@uta.fi

Sirpa Lusa, THT, dos., Työterveyslaitos
 PL 486, 33101 Tampere
 Puh. 040 522 9754
 S-posti: sirpa.lusa@ttl.fi

Paikka ja aika

Minna Aittasalo

Paikka ja aika

Sirpa Lusa

2. Tutkimussuunnitelma

TUTKIMUKSEN NIMI

Liike elämään –tutkimus henkilöstöliikunnan kehittämiseksi työpaikoilla

TIIVISTELMÄ

Liikunnalla on keskeinen merkitys yleisimpien kansansairauksien ehkäisyssä, hoidossa ja kuntoutuksessa. Terveiden edistämisen lisäksi liikunta voi myös vaikuttaa myönteisesti työkykyyn ja työssä jaksamiseen. Liikunnan edistämisen tulisikin kuulua kaikenkokoisten yritysten toimintakulttuuriin. Tässä tutkimuksessa autetaan pieniä ja keskisuuria yrityksiä luomaan itselleen henkilöstöliikunnan toimintamalli sekä arvioidaan kehitettyjen toimintamallien toimivuutta ja vaikuttavuutta.

Syksyllä 2013 alkava vuoden kestävä tutkimus toteutetaan osana Valtakunnallisen liikunnan organisaation (Valo) koordinoimaa "Liike elämään" henkilöstöliikunnan valtakunnallistamishanketta (www.liikeelamaan.fi). Tutkimuksen suunnittelusta ja arvioinnista vastaavat UKK-instituutti ja Työterveyslaitos ja käytännön toteutuksen hoitavat Valon Päijät-Hämeen, Hämeen ja Etelä-Savon liikunnan aluejärjestöt. Tutkimusta rahoittaa opetus- ja kulttuuriministeriö.

Aluejärjestöjen terveystuottavastaavat rekrytoivat kukin 3-5 pientä ja keskisuurta yritystä tutkimukseen (yhteensä noin 400 työntekijää). Rekrytoinnista pidetään kirjaa ja siitä täytetään kysely. Kuhunkin yritykseen nimetään kehittämisryhmä, joka vastaa henkilöstöliikunnan toimintamallin luomisesta. Kehittämistyötä tuetaan startti- ja purkupäivillä, väli- ja päätösseminaareilla, erilaisella materiaalilla sekä aluejärjestöjen terveystuottavien yrityskäynneillä. Kehittämistyön toimivuutta ja vaikuttavuutta arvioidaan kussakin yrityksessä moniulotteisesti (työntekijä, työ, työyhteisö, organisaatio, työterveyshuolto) ennen kehittämistyön alkamista ja noin vuosi kehittämistyön käynnistämisen jälkeen. Työterveyshuollon ja organisaation tason mittareita ovat Valon henkilöstöliikunnan sertifikaattikysely ja yritysten kuukausittaiset puhelinhaastattelut kehittämistyön sujumisesta. Työyhteisö- ja työntekijätason mittareina käytetään työntekijäkyselyä ja liikemittaria.

Yritykset saavat tutkimuksesta tukea henkilöstöliikuntansa kehittämiseen ja arvioimiseen. Tutkimus raportoidaan vuonna 2015. Tuloksia ja tutkimuksen aikana kehitettyjä henkilöstöliikunnan tukitoimia levitetään julkaisuina ja sähköisinä työkaluina. Tutkimustuloksista pyritään julkaisemaan myös yhdestä kahteen kansainvälistä tieteellistä artikkelia.

Työntekijät

Yritysten työntekijät täyttävät työntekijäkyselyn, jonka saatteessa kerrotaan tutkimuksesta ja sen vapaaehtoisuudesta sekä siitä, että osallistumattomuudesta ei aiheudu heille mitään haittaa. Työntekijäkyselyn mukana on liikemittari käyttöohjeineen ja liikuntapäiväkirjoineen. Myös niiden käytön vapaaehtoisuus on selkeästi esitetty saatteessa. Liikemittaria käyttävien työntekijöiden ilmoittamia sähköpostiosoitteita ja osoitteita käytetään ainoastaan henkilökohtaisten liikemittaripalautteiden lähettämiseen ja puhelinnumeroita liikemittareiden palauttamisesta muistuttamiseen. Tutkimuksesta ei aiheudu työntekijöille terveyshaittoja eikä kustannuksia. Mahdollisuus suorittaa kuuden minuutin kävelytesti itsenäisesti on kerrottu liikemittarin käyttöohjeessa, koska se koskee vain niitä työntekijöitä, jotka käyttävät liikemittaria. Testiohje on yksinkertainen ja siinä on selkeästi mainittu vapaaehtoisuus ja vastuukysymys sekä taho, josta työntekijä voi tarvittaessa varmistaa testin soveltumisen terveydelleen (työterveyshuolto). Työterveyshuoltoja myös tiedotetaan etukäteen tällaisista mahdollisista yhteydenotoista. Kävelytesti ei ole sen kuormittavampi kuin monet päivittäisessä elämässä vastaan tulevat tilanteet, kuten esimerkiksi kiiruhtaminen bussipysäkillä reippaasti kävellen tai portaiden nousu hissin käyttämisen sijaan.

Työterveyshuolto

Kukin yritys sopii oman työterveyshuoltonsa kanssa tutkimukseen osallistumisesta.

**TAMPEREEN YLIOPISTO
TAMPEREEN ALUEEN IHMISTIETEIDEN
EETTINEN TOIMIKUNTA**

Lausunto 17/2013 liittyen lausuntopyyntöön 13/2013: ”Liike elämään – tutkimus henkilöstöliikunnan kehittämiseksi työpaikoilla (TtT, dosentti Minna Aittasalo, UKK-instituutti)

Päätös/lausunto: Ei eettisiä ongelmia. Toimikunta katsoo, että tutkimuksessa ei puututa sillä tavoin henkilöiden fyysiseen koskemattomuuteen, että sitä olisi syytä pitää eettisenä ongelmana.

Tampereella 23.9.2013

Puheenjohtaja

Merk.
Markku Ojanen

Sihteeri


Heikki Eilo