



VALTION LIIKUNTANEUVOSTO
Statens idrottsråd

10 ÅTGÄRDER FÖR ATT ÖKA MOTIONEN I KOMMUNEN

Statens idrottsråds meddelande till kommunalvalskandidaterna och de kommande ledamöterna i kommunfullmäktige

Motion och idrott har obestridliga och mångsidiga fördelar för såväl kommuninvånarna som kommunerna. Med motion och idrott främjas kommuninvånarnas hälsa och välbefinnande, lärande, arbetsförmåga, delaktighet och integration samt minskas utsläppen från trafiken. För kommunerna medför motion och idrott välfärd, arbetsplatser, skatteinkomster och ekonomiska besparingar. Mångsidiga möjligheter till motion och idrott är i dag en viktig attraktionsfaktor för kommunen. Motions- och idrottstjänsterna är också en del av kommunens lagstadgade tjänster.

Endast cirka en tredjedel av barn, unga och vuxna samt några procent av de äldre rör sig tillräckligt med tanke på hälsan. Coronapandemin har ytterligare minskat den fysiska aktiviteten hos en del av befolkningen. De samhällsliga kostnaderna för befolkningens bristfälliga motionsvanor uppgår på årsnivå till uppskattningsvis över tre miljarder euro. Otillräcklig motion orsakar kommunerna t.ex. ökade hälso- och sjukvårdskostnader, produktivetskostnader (förlorade arbetsinsatser), ökade omsorgskostnader för äldre, kostnader för marginalisering samt merkostnader för sociala förmåner.

Kommunerna är betydande producenter av motions- och idrottstjänster och skapare av verksamhetsförutsättningar för motion och idrott. Kommunerna skapar förutsättningar för kommuninvånarnas utövande av motion och idrott genom att erbjuda tjänster, stödja medborgarverksamhet samt genom att anlägga och upprätthålla idrottsplatser. För att lösa problemet med otillräcklig motion räcker det ändå inte enbart med idrottsväsendets åtgärder. Kommuninvånarnas vardag, exempelvis inom småbarnspedagogiken, skolorna och arbetsplatserna eller resor i anslutning till dessa, är till stor del oåtkomlig för idrottsväsendet. **För att öka kommuninvånarnas fysiska aktivitet måste kommunens alla förvaltningsområden engageras.**

Läs på följande sida om åtgärder för att öka motionen och idrotten i kommunen!

Med vänliga hälsningar från statens idrottsråd

Paavo Arhinmäki, ordförande (vf)
Marko Asell, vice ordförande (sdp)
Saara Hanhela, medlem (cent)
Hanna Huuonen, medlem (sdp)
Ismo Läntinen, medlem (sannf)
Tuija Pohjola, medlem (sdp)
Joakim Strand, medlem (sfp)

Pasi Kivisaari, vice ordförande (cent)
Ritva Elomaa, medlem (sannf)
Timo Heinonen, medlem (saml)
Arttu-Petteri Klami, medlem (sannf)
Sari Multala, medlem (saml)
Elina Sillanpää, medlem (gröna)



I kommunen kan motion och idrott ökas särskilt med följande åtgärder:



- 1.** Ökad motion och idrott beaktas **i kommunens strategi** som mål för alla förvaltningsområden. Kommuninvånarnas **motionsmängd och förändringarna i den följs upp** systematiskt (med beaktande av olika åldersgrupper och minoriteter).
- 2.** Konsekvenserna av de centrala besluten och åtgärderna inom olika förvaltningsområden för kommuninvånarnas fysiska aktivitet **bedöms systematiskt på förhand**.
- 3.** Motion och idrott inom **småbarnspedagogiken, den grundläggande utbildningen och utbildningen på andra stadiet** främjas genom fostrings- och undervisningspraxis samt miljöer som stöder fysisk aktivitet. Mätningssystemet Move! för elever i årskurs 5 och 8 utnyttjas för att sporra till personlig motion och stödja en motionsinriktad livsstil.
- 4.** **Finlandsmodellen för hobbyverksamhet** genomförs. I modellen har alla barn och unga möjlighet till avgiftsfria fritidsaktiviteter i samband med skoldagen.
- 5.** Kommuninvånarna erbjuds **motionsrådgivningstjänster**. När social- och hälsovårdsreformen framskrider säkerställer man att servicekedjan för livsstilshandledning och motionsrådgivning är smidig mellan landskapet och kommunen.
- 6.** Motion och upprätthållandet av funktionsförmågan ska vara en del av **tjänsterna för äldre och personer med funktionsnedsättning**. Sakkunniga inom motion och idrott utbildas till service för äldre och personer med funktionsnedsättning. Man ser till att personer som behöver särskilt stöd har möjlighet att utnyttja transport- och assistenttjänster samt hjälpmedel för att utöva motion och idrott.
- 7.** **I planläggningsbesluten** beaktas att hela livsmiljön ska stöda fysisk aktivitet. I planläggningen anvisas områden för byggande av idrottsanläggningar och närmotion samt för annan fysisk aktivitet, såsom naturstigar och gång- och cykelvägar. Anpassade och tillgängliga miljöer för motion och idrott byggs och upprätthålls systematiskt.
- 8.** Kommuninvånarna samt lokala föreningar och aktörer **hörs och involveras** i beslut som gäller om idrott och motion.
- 9.** **Medborgarverksamheten (föreningar)** inom motion och idrott stöds och motionsfrämjandet sker i samarbete med såväl föreningar som **privata serviceproducenter**.
- 10.** Man ser till att **unga som idrottar målinriktat** har högklassiga idrottsmiljöer och möjligheter att kombinera idrott och studier.