



VALTION LIIKUNTANEUVOSTO
Statens idrottsråd

10 TOIMENPIDETTÄ LIKUNNAN LISÄÄMISEKSI KUNNASSA

Valtion liikuntaneuvoston viesti kuntavaaliehdokkaille ja tuleville kunnanvaltuutetuille

Liikunnalla on kiistattomat ja moninaiset hyödyt niin kuntalaisille kuin kunnille.

Liikunnan avulla edistetään kuntalaisten terveyttä ja hyvinvointia, oppimista, työkykyä, osallisuutta, kotouttamista sekä vähennetään liikenteen päästöjä. Kunnille liikunta tuo hyvinvointia, työpaikkoja, verotuloja ja taloudellisia säästöjä. Monipuoliset liikuntamahdollisuudet ovat nykyisin yksi merkittävä kunnan vetovoimatekijä. Liikuntapalvelut ovat myös osa kunnan lakisääteisiä palveluita.

Lapsista ja nuorista sekä aikuisista vain noin kolmannes ja ikäihmisistä muutama prosentti liikkuu terveytensä kannalta riittävästi.

Koronapandemia on entisestään vähentänyt osan väestöstä liikkumista. Väestön liian vähäisen liikunnan yhteiskunnalliset kustannukset ovat vuositasolla arviolta yli kolme miljardia euroa. Riittämätön liikunta aiheuttaa kunnille esimerkiksi terveydenhuollon kasvavia kustannuksia, tuottavuuskustannuksia (menetetty työpanokset), ikääntyneiden kasvavia hoivakuluja, syrjäytymisen kustannuksia sekä sosiaalietuuksien lisäkustannuksia.

Kunnat ovat merkittäviä liikuntapalvelujen tuottajia ja liikunnan toimintaedellytysten luojia.

Kunnat luovat edellytyksiä kuntalaisten liikunnalle järjestämällä liikuntapalveluja, tukemalla kansalaistoimintaa sekä rakentamalla ja ylläpitämällä liikuntaolosuhteita. Riittämättömän liikunnan haasteen ratkaisemiseksi ei kuitenkaan riitä vain liikuntatoimen toimenpiteet. Kuntalaisten arki kuluu suurelta osin liikuntatoimen ulottumattomissa, kuten varhaiskasvatuksessa, kouluissa ja työpaikoilla tai näihin liittyvillä matkoilla. **Kuntalaisten liikunnan lisäämiseen tarvitaan mukaan kaikki kunnan hallinnonalat.**

Katso seuraavalta sivulta toimenpiteet liikunnan lisäämiseksi kunnassa!

Terveisin valtion liikuntaneuvosto

Paavo Arhinmäki, puheenjohtaja (vas.)
Marko Asell, varapuheenjohtaja (sd.)
Saara Hanhela, jäsen (kesk.)
Hanna Huuromonen, jäsen (sd.)
Ismo Läntinen, jäsen (ps.)
Tuija Pohjola, jäsen (sd.)
Joakim Strand, jäsen (r.)

Pasi Kivisaari, varapuheenjohtaja (kesk.)
Ritva Elomaa, jäsen (ps.)
Timo Heinonen, jäsen (kok.)
Arttu-Petteri Klami, jäsen (ps.)
Sari Multala, jäsen (kok.)
Elina Sillanpää, jäsen (vihr.)



Kunnassa lisätään liikuntaa erityisesti seuraavilla toimilla:



1. Liikunnan lisääminen huomioidaan **kunnan strategiassa** kaikkien hallinnonalojen tavoitteena. Kuntalaisten **liikunnan määrää ja muutosta seurataan** systemaattisesti (eri ikäiset ja vähemmistöt huomioiden).
2. Eri hallinnonalojen keskeisten päätösten ja toimenpiteiden **vaikutukset kuntalaisten liikuntaan ennakoarvioidaan** järjestelmällisesti.
3. Edistetään liikuntaa **varhaiskasvatuksessa, perusopetuksessa ja toisen asteen koulutuksessa** fyysistä aktiivisuutta tukevilla kasvatus- ja opetuskäytännöillä sekä ympäristöillä. Hyödynnetään 5.- ja 8.-luokkalaisten Move!-mittausjärjestelmää henkilökohtaisessa liikuntaan kannustamisessa ja liikunnallisen elämäntavan tukemisessa.
4. Toteutetaan **Suomen harrastamisen mallia**, jossa jokaisella lapsella ja nuorella on mahdollisuus maksuttomaan harrastamiseen koulupäivän yhteydessä.
5. Kuntalaisille tarjotaan **liikuntaneuvonnan palveluja**. Varmistetaan sote-uudistuksen edetessä elintapaohjauksen ja liikuntaneuvonnan palveluketjun saumattomuus maakunnan ja kunnan välillä.
6. Liikunnan ja toimintakyvyn ylläpitämisen tulee olla **osa vanhusten ja vammaisten palveluita**. Koulutetaan liikunta-alan osaajia vanhusten ja vammaisten palveluihin. Huolehditaan, että erityistä tukea tarvitsevilla henkilöillä on mahdollisuus hyödyntää liikunnan harrastamisessa kuljetus- ja avustajapalveluita sekä apuvälineitä.
7. Huomioidaan **kaavoituspäätöksissä**, että koko elinympäristö tukee fyysistä aktiivisuutta. Osoitetaan kaavoituksessa alueita liikuntapaikkarakentamiseen ja lähiliikuntaan sekä muulle liikkumiselle, kuten luontoreiteille ja kävely- ja pyöräteille. Ylläpidetään ja rakennetaan esteettömiä ja saavutettavia liikkumisen olosuhteita suunnitelmallisesti.
8. **Kuullaan ja osallistetaan** kuntalaisia sekä paikallisia yhdistyksiä ja toimijoita liikuntaan liittyvässä päätöksenteossa.
9. Tuetaan liikunnan **kansalaistoimintaa (seurat ja yhdistykset)** ja edistetään yhteistyössä liikuntaa kunnassa niin yhdistysten kuin **yksityisten palveluntuottajien** kanssa.
10. Huolehditaan, että **tavoitteellisesti urheilevilla nuorilla** on laadukkaat liikuntaolosuhteet ja mahdollisuus yhdistää urheilu ja opiskelu.