



Valtion liikuntaneuvoston  
viesti kunta- ja  
aluevaaliehdokkaille





# Kunnissa liikuntaa lisätään erityisesti seuraavilla toimilla:

- 1. Strategisuus:** Liikkumisen ja liikunnan lisääminen huomioidaan kunnan strategiassa kaikkien hallinnonalojen tavoitteena. Kuntalaisten liikunnan määrää ja muutosta seurataan systemaattisesti ja eri ikäiset sekä vähemmistöt huomioiden.
- 2. Poikkihallinnollisuus:** Laaditaan kuntaan poikkihallinnollinen liikkumisohjelma, ja vahvistetaan liikunta-toimen roolia kunnan poikkihallinnollisena liikuntakulttuurin kehittäjänä.
- 3. Liikkumisvaikutusten arviointi:** Arvioidaan eri hallinnonalojen keskeisten päätösten ja toimenpiteiden vaikutukset kuntalaisten liikuntaan järjestelmällisesti. Integroidaan liikunta- ja liikkumisvaikutusten arviointi (LIVA) valmistelua ja päätöksentekoa, kuten strategioiden valmistelua. Lisätietoa liikkumisvaikutusten arvioinnista osoitteesta: [www.liikkumisvaikutukset.fi](http://www.liikkumisvaikutukset.fi).
- 4. Olosuhteet:** Kehitetään ja ylläpidetään liikunnan ja urheilun olosuhteita ottaen huomioon kuntalaisten tarpeet yhdenvertaisesti ja tasa-arvoisesti. Edistetään arjen liikkumista parantamalla kävelyn ja pyöräilyn edellytyksiä kiinnittäen huomiota saavutettavuuteen, esteettömyyteen ja ympäristövastuullisuuteen. Tunnistetaan lähiluonnon liikuntaa lisäävä merkitys.
- 5. Hyvinvointialueyhteistyö:** Vahvistetaan kunnan ja hyvinvointialueen yhdyspintatyötä liikunnan ja liikkumisen edistämisessä. Rakennetaan sujuva liikuntaneuvonnan palveluketju osana elintapaohjausta hyvinvointialueiden, kuntien ja järjestöjen yhdessä toteuttamana. Tunnistetaan myös yritysten mahdollisuudet olla osa palveluketjua. Tunnistetaan potentiaaliset soveltavan liikunnan asiakkaat, ja luodaan saumaton palveluketju kuntoutuksesta liikuntaan.
- 6. Harrastamisen kustannukset:** Kiinnitetään huomiota harrastamisen kustannuksiin tarjoamalla kustannuksiltaan edullisia liikuntapaikkoja sekä maksuttomia lähiliikuntapaikkoja. Hyödynnetään ja levitetään hyviä käytäntöjä harrastamisen hinnan alentamiseksi.
- 7. Monipuolinen tarjonta:** Huomioidaan kaikenikäiset liikkujat ja liikunnan harrastajat tarjoamalla monipuolista, saavutettavaa, vastuullista, yhdenvertaista, tasa-arvoista, turvallista ja kestävää kehitystä tukevaa liikuntatoimintaa.
- 8. Osallisuus:** Kuullaan ja otetaan kuntalaisia sekä paikallisia yhdistyksiä ja toimijoita mukaan liikuntaan liittyvään päätöksentekoon.

# Hyvinvointialueilla liikuntaa lisätään erityisesti seuraavilla toimilla:

**1. Strategisuus:** Liikkumisen ja liikunnan edistäminen sisällytetään hyvinvointialueen strategiaan ja hyvinvointisuunnitelmaan.

**2. Liikkumisvaikutusten arviointi:** Otetaan käyttöön hyvinvointialueella päätöksenteon ja seurannan tueksi liikunta- ja liikkumisvaikutusten arviointi. Hyödynnetään hyvinvointialueen valmistelussa ja päätöksenteossa liikunta- ja liikkumisvaikutusten arvioinnin tarkistuslistaa. Lisätietoa liikkumisvaikutusten arvioinnista osoitteesta: [www.liikkumisvaikutukset.fi](http://www.liikkumisvaikutukset.fi).

**3. Henkilöstön osaaminen:** Kehitetään sosiaali- ja terveyspalveluiden henkilöstön liikkumisen ja liikunnan edistämisen sekä kuntouttavan työotteen osaamista esimerkiksi mahdollistamalla riittävä täydennyskoulutus terveyttä ja hyvinvointia edistävästä liikkumisesta ja liikunnasta sekä liikuntaneuvonnan palveluketjuista hyvinvointialueella.

**4. Kuntayhteistyö:** Kehitetään kuntien ja hyvinvointialueiden yhdyspintatyötä. Varmistetaan elintapaohjaukseen kytkeytyvä liikuntaneuvonnan palveluketjun yhteinen toteutus kuntien kanssa. Huomioidaan liikkumisen edistämisen koulu- ja opiskeluterveydenhuollon palveluketjuissa sekä toimintarajoitteiset liikkujat kehittämällä kuntoutuksesta lähtevä palveluketju liikuntaan.





# Miksi edistää liikkumista ja liikuntaa kunnissa ja hyvinvointialueilla?

**Väestön liian vähäinen liikkuminen on yksi keskeisistä suomalaisen yhteiskunnan haasteista.** Lapsista ja nuorisista vain noin kolmannes, aikuisista neljännes ja ikäihmisistä harvempi kuin joka viides liikkuu terveytensä kannalta riittävästi. Toimintarajoitteiset henkilöt, joita on arviolta noin 15 % väestöstä, liikkuvat keskimäärin vielä tätäkin vähemmän.

**Väestön riittämätön liikkuminen ja liikunta aiheuttaa kunnille ja hyvinvointialueille merkittäviä kustannuksia,** kuten terveydenhuollon kasvavia kustannuksia, tuottavuuskustannuksia menetettyinä työpanoksina, ikääntyneiden kasvavia hoivakuluja, syrjäytymisen kustannuksia sekä sosiaalietuuksien lisäkustannuksia. Väestön liian vähäisen liikkumisen yhteiskunnalliset kustannukset ovat vuositasolla arviolta vähintään yli kolme miljardia euroa. Liikunta on edullinen terveyden ja toimintakyvyn edistämisen keino, jota ei ole otettu vielä riittävän määrätietoisesti käyttöön väestön terveyden ja toimintakyvyn edistämiseksi sekä terveys- ja toimintakykyerojen kaventamiseksi.

**Liikunnalla on kiistattomat ja moninaiset hyödyt niin kuntalaisille kuin kunnille ja hyvinvointialueille.** Panostuksilla ennaltaehkäisevään terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen sekä arkiliikkumisen ja liikunnan vahvistamiseen voidaan saavuttaa huomattavia parannuksia yk-

silöiden terveyteen, työ- ja toimintakykyyn, hyvinvointiin ja elämänlaatuun. Liikunnalla voidaan myös tukea monien sairauksien ehkäisyä, hoitoa ja kuntoutusta. Liikkuminen ja liikunta ovat myös hyviä keinoja parantaa lasten ja nuorten oppimistuloksia, yhteisöllisyyttä, osallisuutta ja viihtyvyyttä kouluissa sekä edistää maahanmuuttajien koutoutumista.

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

**Hyvinvointialueiden tehtävänä on asukkaidensa hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen, ja ne vastaavat sosiaali- ja terveystalveluiden, sote, järjestämisestä.** Sosiaali- ja terveystalveluissa kohdataan suuri määrä eri väestöryhmiä ja myös terveytensä kannalta liian vähän liikkuvia, joi-

ta liikuntapalvelut eivät aina tavoita. Hyvinvointialueilla on merkittävä mahdollisuus vaikuttaa väestön liikkumiseen erityisesti liikuntaneuvonnan ja elintapaohjauksen avulla sekä osana kuntoutuspalveluita, iäkkäiden palveluita ja vammaispalveluita.

**Valtion liikuntaneuvosto** on opetus- ja kulttuuriministeriön parlamentaarinen asiantuntijaelin, joka lakisäätöisenä tehtävänä arvioi valtionhallinnon toimenpiteiden vaikutuksia liikunnan alueella, tekee aloitteita ja esityksiä liikunnan kehittämiseksi sekä antaa lausuntoja toimialansa liikuntamäärärahojen käytöstä ja strategisesti merkittäviä liikuntaa koskevista asioista. Valtioneuvosto asettaa liikuntaneuvoston eduskunnan toimikaudeksi.

**Lisätietoa:** [www.liikuntaneuvosto.fi](http://www.liikuntaneuvosto.fi)