

Liikkeen lisääminen kunnissa vaatii yhteispeliä

Kaiken kokoisissa kunnissa voidaan saada lisää liikettä, kun toimeen tartutaan järjestelmällisesti ja monialaisesti. Tämä tuli todistetuksi monen asiantuntijan voimin SOPIVA- ja YLLI-hankkeiden yhteisessä päätösseminaarissa toukokuussa.

KUNNAT SAAVUTETTAVAN JA yhdenvertaisen liikunnan edistäjinä – SOPIVA & YLLI-päätösseminaarissa kävi ilmi, että kuntien lähtökohdat kehittää niin soveltavaa kuin yhdenvertaista liikuntaa ovat erilaiset. Kehittämistyöhön vaikuttavat muun muassa kuntakoko, käytettävissä olevat resurssit ja paikalliset yhteistyörakenteet. Halua, tahtoa ja voimavaroja tarttua toimeen voi kuitenkin löytyä, jos kehittäminen alkaa rakentua paikallisista tarpeista, eikä ylhäältäpäin annettuiden neuvojen ja määräysten pohjalta.

Helsingin yliopiston YLLI 2.0 -hankkeen keskeinen tulos on projektisuunnittelija **Liisa Vääntisen** mukaan havainto siitä, miten moninaiset syyt voivat estää liikunnan harrastamisen. Esteiden laajan kirjon vuoksi kuntien liikuntahallinnon keinot eivät yksin riitä niiden ratkomiseen. Vähäisen liikunnan synnä voivat olla esimerkiksi taloushuolet, erilaiset terveysongelmat, yksinäisyys ja liikuntapaikoilla olevat esteet. Viestintä on usein puutteellista, eikä siinä ole huomioitu saavutettavuutta. Erityisen vaikea on tavoittaa muutoinkin passiivisia ihmisiä.

SOPIVA auttoi tekemään soveltavan liikunnan näkyväksi

Liikuntatieteellisen Seuran toteuttaman SOPIVA-hankkeen merkittävimmiä hyödyiksi kunnat kokivat **Katariina Jauhaisen** ja **Timo Ala-Vähälän** mukaan soveltavan liikunnan kokonaisuuden hahmottamisen osana kuntien palveluita. Aihepiiriä ei ollut välttämättä edes tunnistettu aiemmin kunnissa. Soveltavan liikunnan palvelujen kehittämistyö edellyttää poikkihallinnollista yhteistyötä kunnan eri toimialojen sekä ulkopuolisten toimijoiden välillä.

Työpajat ja sparraukset osoittivat SOPIVA-hankkeen aikana, että yhteiset keskustelut ja verkostotapaamiset voivat auttaa eri toimijoita löytämään yhteisen ymmärryksen aihepiiriin kehittämiseksi. Yhteistyön rakentaminen vaatii kuitenkin aikaa, selkeää vastuunjakoja ja yhteistä käsitystä soveltavan liikunnan tavoitteista.

SOPIVA-hanke tavoitti 140 kuntaa (46 % Suomen kunnista) esimerkiksi tilaisuuksien, verkostotyön ja viestinnän kautta. Yhteensä 74 kuntaa on aktivoitunut soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelman työstämiseen. Hanke on onnistunut tavoittamaan erityisesti pieniä ja keskisuuria

kuntia, joissa soveltavan liikunnan kehittäminen on aiemmin ollut aika näkymätöntä. Suunnitteluun osallistuneista kunnista 82 prosentissa on alle 50 000 asukasta ja lähes puolessa (49 %) asukasmäärä on alle 10 000 asukasta.

Yhtä Suomea ei ole

Seminaarin kuntaesimerkeistä kävi hyvin esille, miten erilaisissa todellisuuksissa Suomessa eletään. Hiukan alle 7 000 asukkaan Kemijärvi on pinta-alaltaan laaja kunta, jonka väestöstä yli 40 prosenttia on täyttänyt 65 vuotta. Erityisliikunnanohjaaja **Marjukka Luoma-aho** korosti yhteistyön ja tietoisuuden lisäämisen merkitystä soveltavan liikunnan kehittämisessä. Hänen mukaansa liikunnan saavutettavuus onnistuu pienessä kunnassa tekemällä yhteistyötä poikkihallinnollisesti ja moniammatillisesti. Tarpeen on myös yhteistoiminta ympäryskuntien kanssa.

Vuoden liikunnallisimmaksi kunnaksi valitun 10 000 asukkaan Sotkamon ikärakenne on tasaisempi ja liikuntapaikkatarjonta laaja. Liikuntakoordinaattori **Ossi Pulkkinen** kertoi, että liikuntapalvelujen saavutettavuuteen on kiinnitetty huomiota, mutta parantamisen varaa on Sotkamossakin edelleen. Sotkamossa on kehitetty muun muassa esteettömiä ulkoliikuntapaikkoja.

Vantaan väestö kasvaa nopeasti ja kaupungin asukkaisista suuri osa on lapsia tai nuoria. Soveltavan liikunnan koordinaattori **Anni Polari** korosti strategisen suunnittelun vahvistaneen soveltavan liikunnan asemaa 250 000 asukkaan Vantaalla. Kehittämissuunnitelma on hänen mukaansa lisännyt soveltavan liikunnan näkyvyyttä, tuonut ryhtiä kehittämistyöhön, sitouttanut kirjattuihin tavoitteisiin ja auttanut perustelevaan voimavaraesityksiä.

Projektipäällikkö **Ira Liuski** Kainuun Liikunta ry:stä korosti verkostoyhteistyön merkitystä. Erilaisen alueellisen ja valtakunnallisen hanke- ja verkostoyhteistyön avulla saadaan enemmän aikaan kuin tekemällä kaikki itse.

Projektitutkija **Lassi-Pekka Salokangas** Jyväskylän yliopistosta esitteli Liikkumisohjelmien yhteiskehittäminen kunnissa -hanketta (LIIKE-hanke). Myös Salokangas korosti verkostoyhteistyön merkitystä hanke- ja kehittämistyössä. Hän toi esille liikuntapalveluiden ja -olosuhteiden liikkujalähtöisen kehittämisen, johon saavutettavuus ja osallisuus kuuluvat oleellisena osana.



SOPIVA-hankkeen projektipäällikkönä toimivat vuorollaan Venla Väyrynen, Riikka Roitto ja Katariina Jauhiainen. Tutkijana hankkeessa työskenteli Timo Ala-Vähälä.



YLLI 2.0. -hanketta tekivät Petteri Muukkonen ja Liisa Vääntinen.

Kuvat: Hannes Penttilä

Kauniit sanat osataan jo – tekoja tarvitaan enemmän

Paneelikeskustelussa ylitarkastaja Sari Virta opetus- ja kulttuuriministeriöstä, asiantuntija Sari Kivimäki sosiaali- ja terveysministeriöstä, ylitarkastaja Anni Siitarinen Lupa- ja valvontavirastosta ja erityisasiantuntija Miia Länsitie Lapin hyvinvointialueelta pohtivat yhdenvertaista liikkuamista ja yhteiskehittämistä hallinnon, rahoituksen ja poliittisen ohjauksen näkökulmista. Vuosien seuratuksihakemusten kokemuksella Sari Virta totesi, että hakijat ovat oppineet kirjoittamaan yhdenvertaisuusjargonia, mutta tarkemmassa luennassa kauniit sanat osoittautuvat hyvin usein hakemushelinäksi.

Paneelissäkin korostui, että eri kokoisten kuntien mahdollisuudet ratkoa asioita poikkeavat toisistaan. Pienessä kunnassa liikunta voi muodostaa viidenneksen viipaleen viranhaltijan työtehtävistä. Isommissa kunnissa ongelmana on usein tiedonkulku jopa liikuntaihmosten ja erityisesti

eri hallinnonalojen välillä. Puheenvuoroissa häivähti myös huoli järjestörahoitukseen kohdistuneista leikkauksista, jotka kohdistuvat vähän liikkuvien toimintaan. Omalta osaltaan kokonaistilanteeseen vaikuttaa hyvinvointialueiden elämäntapaneuvonnan epätahtinen kehitys. ♦



SOPIVA ja YLLI pähkinänkuoressa

LIIKUNTATIETEELLISEN SEURAN SOPIVA-HANKE edisti soveltavan liikunnan suunnittelua valtakunnallisesti vuosina 2023–2026. Kokemukset osoittavat, että soveltavan liikunnan kehittäminen kunnissa edellyttää riittävää tietopohjaa, toimivaa yhteistyötä eri toimijoiden välillä ja selkeää suunnitteluprosessia. Hankkeessa on tuotettu soveltavan liikunnan strategisen suunnittelun työkirja tukemaan kuntaa palveluiden suunnittelussa. Yhteistyökumppanina on toiminut Lupa- ja valvontavirasto.

Soveltavan liikunnan suunnittelun työkirja:

www.lts.fi/media/lts_soveltava-liikunta/soveli-kunnissa/soveltavan-liikunnan-suunnittelun-tyokirja_valmis.pdf

HELSINGIN YLIOPISTON YLLI-HANKE on kehittänyt liikunnan saavutettavuutta ja yhdenvertaisten liikkumismahdollisuuksien edistämistä tiedoneuvonnan avulla. Hanke järjesti saavutettavuuskoulutuksia ja -työpajoja kunnissa eri puolilla Suomea.

YLLI 2.0 – Yhdenvertainen liikunnallinen lähiö:

blogs.helsinki.fi/yhdenvertainen-liikunnallinen-lahio

YLLI-verkkokoulutus: blogs.helsinki.fi/yhdenvertainen-liikunnallinen-lahio/verkkokoulutus-2

Molempia hankkeita on rahoittanut opetus- ja kulttuuriministeriö.