

Yhteenveto valiokuntien, nuorisovaltuuston sekä vanhus- ja vammaisneuvoston lausunnoista koskien Kauniaisten liikkumishjelmaa

157/12.04.00/2020

LIIKV 29.09.2020 § 36

Lisätiedot:

liikuntapaikkapäällikkö Sari Sarpaneva, puh. 050 380 7687

liikuntasuunnittelija Helena Pirvola-Nykänen, puh. 050 555 6252

etunimi.sukunimi@kauniainen.fi

Liikuntavaliokunta on käsitellyt kokouksessaan LIIKV 14.5.2020 § 18 Kauniaisten liikkumishjelmaa ja päättänyt pyytää kaupungin muilta valiokunnilta, nuorisovaltuustolta sekä vanhus- ja vammaisneuvostoilta lausuntoa ohjelmasta 14.8.2020 mennessä.

Liikkumishjelma, johon sisältyy alla olevat uudet toimenpiteet, löytyy **liitteenä**.

#### Yhteenveto lausunnoista

Lausunnoissa ollaan tyytyväisiä liikkumishjelman monipuolisuuteen sekä kattavuuteen eri ikäryhmät huomioiden. Lausunnoissa esitetään myös lisätoiveita sekä huomioita, joista on koottu lyhyt yhteenveto.

Liikkumishjelmaan annetut lausunnot kokonaisuudessaan ovat **oheismaateriaalina**.

#### *KULT 3.6.20 (§ 25)*

Eryteisesti lasten ja nuorten liikkuminen ja siihen kannustaminen on kansanterveydellisestä näkökulmasta erittäin tärkeää ja tämä tulisi ottaa ohjenuoraksi kulttuuripalveluissa yleisellä tasolla.

Valiokunta ehdottaa, että liikkumishjelmaan lisätään viestinnälliset toimenpiteet ja mittarit, kansalaisopiston toimenpiteet työikäisille sekä lasten ja nuorten harrastemahdollisuuksien edistäminen.

#### *SOTE 10.6.20 (§ 59)*

Valiokunta toivoo, että kiinnitetään erityistä huomiota etenkin aikuisväestön ja yli 65 vuotiaiden arkiliikuntaan ja siihen, että liikkuminen nivelletään osaksi hoivayksikön ja kotihoidon arjen toimintaa.

#### *NUOR 10.6.20 (§ 15)*

On vaikeaa saada nuoret mukaan ohjattuun liikuntaan, koska vapaa-ajallaan he haluavat itseohjautuvasti harrastaa liikuntaa. Nuoret toivovat tämän takia riittävästi liikuntapaikkoja, missä vapaasti voi harrastaa.

Korona-aikana ulkoliikuntapaikat ovat olleet erittäin tehokkaassa käytössä.

Erityisesti monitoimikentät ja skeittipuisto ovat olleet suosittuja paikkoja. Nuoret ovat itse toivoneet lisäkenttiä. Lapsiperheet ovat myös käyttäneet hyvin aktiivisesti monitoimikenttiä.

Koulut voisivat esim. aktivoida lapset ja nuoret antamalla oppilaille tehtäväksi harrastaa säännöllisesti perheensä kanssa liikuntaa yhdessä ja dokumentoida siitä.

Syrjäytymisvaarassa olevien nuorten ja nuorten aikuisten liikuntaharrastusten tukeminen, esimerkiksi kaikukortin avulla, olisi tärkeä asia.

#### *SOVV 11.6.20 (§ 46)*

Toimenpidelistaukseen lisätään seuraavat asiat:

- Varhaiskasvatuksessa asetetaan tavoite vauhdikkaan fyysisen aktiivisuuden kasvattamisesta vähintään keskimäärin 20 minuuttiin päivässä.
- Jokaisella päiväkotilapsella on vähintään viikoittain mahdollisuus vauhdikkaaseen sisäliikuntaan varhaiskasvatuspäivän aikana.
- Alle 8-vuotiaiden ikäryhmässä tulee huomioida myös lapset ja perheet, jotka eivät ole varhaiskasvatuksen piirissä. Ohjatut luontoretket ja liikuntatuokiot olisi toteutettavissa esimerkiksi kansalaisopiston kautta.
- Kouluissa järjestetään liikunnallista harrastustoimintaa koulupäivän jatkeena.
- Katetut pyörätelineet kouluihin.
- Lasten osallistaminen liikunnan edistämisessä. Toimenpiteinä koulujen osalta esim. koululaisten ideointityöpajat.
- Koulujen ja varhaiskasvatuksen yhteistyö kolmannen sektorin toimijoiden kanssa. Mahdollistetaan harrastusesittelyt lapsille.
- Tuetaan vähävaraisten lasten mahdollisuutta liikuntaharrastukseen.
- Järjestetään leikkipuistojumppaa, jossa hyödynnetään päiväkotien ja koulujen pihojen sekä leikkipuistojen välineitä ja esim. vastuskuminauhoja, hyppynaruja jne. Leikkipuistojumppa voi olla kunnan ja/tai paikallisten urheiluseurojen järjestämää toimintaa, ohjattua ja/tai opaskyltein (kuten kuntolaitteiden ohessa opaskyltit laitteissa tehtäviin liikkeisiin).

Valiokunta ehdottaa, että ohjelmassa sekä kerrottaisiin lyhyesti lisää muiden organisaatioyksiköiden toimenpiteistä liikunnan edistämiseksi kuten esim. yhdyskuntatoimen toiminnasta pyöräilyn edistämiseksi, että kiinnitetäisiin huomiota liikunta ja liikuntapalvelut -termien oikeaan käyttöön.

Valiokunta toivoo, että liikuntaohjelmassa kerrotaan miten ohjelman toteutusta, vaikutuksia ja vaikuttavuutta seurataan ja arvioidaan.

#### *SUUS 16.6.20 (§ 41)*

- liikuntavastaavan nimeäminen päiväkoteihin,
- lisää liikuntaa perusopetukseen
- ei-suoriteperusteinen liikuntakasvatus lukiossa
- enemmän huomiota jokapäiväiseen arkiliikuntaan päiväkodissa ja kouluissa,
- liikuntatutorien käyttöönotto kouluissa,

- vanhemmat oppilaat ohjaavat liikuntaa nuoremmille,
- kansalaisopiston ohjatun liikunnan hyödyntäminen kouluissa ja päiväkodeissa,
- ohjelman nimen vaihtaminen liikuntaohjelmaksi.

#### *Vammais- ja vanhusneuvosto 12.8.20*

Vammaisneuvosto toivoo, että kaupunki tekisi yhteistyötä Kaunialan kanssa ja neuvottelisi allasvoimistelumahdollisuuden esim. kerran viikossa vammais- ja eläkeläisryhmälle, joille ei uimahallimme veden lämpötila ja olosuhteet sovellu.

Vammaisneuvosto ehdottaa, että kaupunki sponsoroi liikuntaan liittyviä osallistumismaksuja.

Lisäksi Vanhusneuvosto tuo esille toiveen ulkoalueiden kehittämisestä, huomioiden liikuntarajoitteisten henkilöiden liikkumis- ja osallistumismahdollisuudet.

#### *NUVA 18.8.20*

Ei lisätoiveita.

#### *YLK 25.8.20 (§ 81)*

- Lasten pienimuotoisen liikennepuiston rakentaminen,
- Uusien ulkokuntoilupaikkojen perustaminen,
- Vesipisteet ulkoliikuntapaikkojen läheisyyteen.

#### Liikuntapalveluiden kommentit annetuista lausunnoista

Valiokuntien lausuntojen perusteella tulee esiin, kuinka liikuntakulttuurin käsitteet muuttuvat jatkuvasti ja niiden sisällöt ymmärretään eri käyttöyhteisissä eri tavoin.

Arkiliikunta käsitteenä on hyvin moniulotteinen. Monet valiokunnat ovat ajatelleet lausunnoissaan sen kattavan kaiken liikkumisen ja urheilun, toiset taas rajaavat sen harrastustyyppiseen liikuntaan jättäen arkisen liikkumisen sen ulkopuolella. Toiset pitävät kaikkea urheilua arkiliikuntana. Selvyden vuoksi, liikkumisohjelmaan tulisi määritellä arkiliikunnan käsite seuraavasti: Arkiliikuntaa on kaikenlainen päivän mittaan tapahtuva liikkuminen ja liikehtiminen, mikä ei ole varsinaista vapaa-ajan liikuntaa. Arkiliikuntaa kutsutaan usein myös hyöty- ja perusliikunnaksi.

Kauniaisten liikkumisohjelman tavoitteena on eri toimenpitein edistää kuntalaisten liikunnallista aktiivisuutta ja terveyttä, tukea poikkihallinnollista yhteistyötä sekä muiden toimijoiden välistä yhteistyötä. Keskeisiä asioita onnistumisen kannalta ovat arkiseen liikkumiseen kannustavat työ-, koulu- ja kaupunkiympäristöt sekä liikunnan mahdollistavat olosuhteet.

#### Liikkumisohjelmaan lisättävät toimenpiteet

Liikkumisohjelmaan ehdotetut lisättävät toimenpiteet valiokuntien lausunto-

jen perusteella on valittu siten, että ne sisältyvät nimenomaan arkiliikuntaan ja arjen liikunnallistamiseen. Muu liikunta on rajattu pois liikkumishjelman toimenpide-ehdotuksista.

### *KULT*

Kansalaisopiston osallistujista lukuvuonna 2019-2020 oli työikäisiä 2.300 kurssilaista. Liikuntaryhmien lisääminen onnistuu ainoastaan lisätilojen saatavuudella. Ryhmäliikunta sinänsä ei ole arkiliikuntaa, toimenpide-ehdotukseksi liikkumishjelmaan lisätään virtuaalituntien lisääminen kurssitarjontaan joka mahdollistaa kuntalaisten liikunnan arjessa sopivana hetkenä.

Vastuutaho: kansalaisopisto.

### *SOTE*

Liikkumishjelman toimenpide-ehdotuksiin lisätään arkiliikunnan nivelttäminen osaksi hoivayksikön ja kotihoidon arjen toimintaa.

Vastuutaho: kotihoidon ja hoivakodin henkilöstö.

### *NUOR*

Liikkumishjelman toimenpide-ehdotuksiin lisätään nuorten avoimien vuorojen järjestäminen liikuntatiloissa mahdollisuuksien mukaan.

Vastuutaho: liikuntapalvelut.

### *SOVV*

Liikkumishjelmaan lisätään tavoite vauhdikkaan fyysisen aktiivisuuden kasvattaminen vähintään 20 min päivässä sekä ja koulumatkaliikunnan lisääminen rakentamalla katetut pyörätelineet kouluihin.

Vastuutaho: päiväkodin henkilökunta sekä koulut.

### *SUUS*

Liikkumishjelmaan lisätään toimenpide-ehdotuksena liikuntavastavan nimeäminen jokaiseen päiväkotiin.

Vastuutaho: päiväkodit.

### *Vammais- ja vanhusneuvosto*

Liikkumishjelmaan lisätään liikuntarajoitteisten henkilöiden liikkumismahdollisuuksien huomioiminen liikuntapaikkojen kunnostuksessa.

Vastuutaho: liikuntapalvelut.

### *NUVA*

Ei lisätoiveita.

*YLK*

Liikkumisohjelmaan lisätään vesipisteiden lisääminen ulkoliikuntapaikkojen läheisyyteen.

Vastuutaho: yhdyskuntatoimi.

Sivistystoimenjohtaja:

Valiokunta merkitsee lausunnot liikkumisohjelmasta tiedoksi, ehdottaa yllä olevat lisäykset ja lähettää ohjelman kaupunginhallituksen käsiteltäväksi.

Päätös:

Päätösehdotus hyväksyttiin.