

# Kuntien liikkumisohjelmatyö Keski-Suomessa

Kuntien ja kuntalaisten liikkumisen  
yhteiskehittäminen (LIIKE) -hanke

Katja Rinta-Antila  
Tutkijatohtori



# Sisältö



## LIIKE-hankkeen

- Tausta
- Tavoitteet & yhteistyökumppanit
- Yhteiskehittäminen
- Mitä tehdään
- Ajatuksia kuntatyöpajoissa
- Terveiset Suomi liikkeelle –ohjelman puolivälikatsauksesta

# LIIKE-hankkeen tausta



Liikkumisen kokonaismäärä on vähentynyt

➡ Sote-kantokyky, työkyky, maanpuolustuskyky laskevat

➡ Suomi liikkeelle -ohjelma

➡ Kuntien ja kuntalaisten liikkumisen yhteiskehittäminen (LIIKE) -hanke

1.8.2024 - 31.12.2025 (*Sami Kokko, Outi Aarresola, Lassi-Pekka Korhonen & Katja Rinta-Antila*)

Lisää vain  
**liike.**  
suomiliikkeelle.fi

# LIIKE-hankkeen tavoitteet & yhteistyökumppanit



- 1) Liikkumisohjelmat
- 2) Liikkumisoperaatiot



JÄMSÄ



KONNEVESI

Kyyjärvi *Pieni kylä, suuri sydän*



VIITASAARI

- 3) Liikkumisohjelman konsepti

OPETUS- JA  
KULTTUURIMINISTERIÖ



SUOMEN  
OLYMPIAKOMITEA

KUNTA  
LIITTO | Kommun-  
förbundet

JYVÄSKYLÄ



YLLI 2.0 (HY)

Sopiva-hanke (LTS)

# Yhteiskehittämisen eteneminen ja liikkumisoperaatiot



## Yhteiskehittämistyön suunnittelu ja fasilitointi kunnassa

### Päätöksenteko

Oma ohjelma vai osa muuta ohjaavaa dokumenttia?

Aikataulu

Resurssit ja vastuut

Painopistevalinnat

Menetelmät

## Poikkihallinnollinen / monialainen yhteiskehittäminen

Esim. Työryhmätyöskentely, Osallistavat työpajat, Tiedonkeruu

## Yhteiskehittäminen kuntalaisten kanssa

Esim. Kuntalaiskyselyt  
Osallistavat työpajat  
Minihaastattelut  
Tapahtumiin osallistuminen  
→ Eri kohderyhmät huomioiden

## Liikkumisoperaatioiden yhteiskehittäminen

1. Syötteitä muusta yhteiskehittämisestä
  - Kohderyhmän valintaan
  - Toimenpiteisiin
2. Alkumittaus
3. Kohderyhmän kanssa yhteiskehittäminen
4. Operaatio
5. Loppumittaus

# Mitä LIIKE-hankkeessa tehdään?



## Tähän mennessä

- Alustukset liikkumisohjelmasta (*Jenni Laitinen & Antti Ikonen, Hankasalmi*), yhteiskehittämisestä (*Jouni Kallio, JKL:n kaupunki*) ja liikkumisoperaatioista (*Katja Rinta-Antila*); kuntien suunnitelmat ja tuki
- Työpajat kunnissa YLLI 2.0 –hankkeen kanssa (*Liisa Vänttinen, Helsingin yliopisto*), poikkihallinnollisesti ja sidosryhmiä osallistavasti: liikunnan saavutettavuus ja liikkumisoperaation kohderyhmä
- Liikkumisohjelman konseptin suunnittelu (*Ulla Nykänen & Matleena Livson, Olympiakomitea; Elsa Mantere, Kuntaliitto*)
- Opiskelijaharjoittelut: kuntalaiskyselyn analysointi & liikkumisindikaattorien ja –kyselykysymysten selvitys

## Tulossa

- Liikkumisohjelmien ja –operaatioiden tilanne; liikkumisohjelmien tavoitteet ja mittarit –työpaja, konseptointi
- Liikkumisoperaatioiden alku- ja loppukysely; kokemukset ja opit

# Ajatuksia kuntatyöpajoissa

Tiedottaminen

Yhteistyö

Pitkäjänteisyys

Vapaaehtoisten  
saatavuus

Liikuntaa  
vahingossa

Kaikkeen  
tarvitsee kyydin

Asenne

Taloudelliset  
esteet

Postilaatikot

Seurayhteistyö

Esteettömyys &  
osallistaminen

Lapsiperheet &  
nuoret

# Terveiset Suomi liikkeelle -ohjelman puolivälikatsauksesta 26.3.



- Harrastamiseen panostaminen tärkeää, mutta ei ratkaise sitä ongelmaa, että liikutaan liian vähän
- Liikuntakulttuurin puuttuminen, toimintakulttuurin muutos -> liikunnallinen toimintakulttuuri; liikkumisen aloittaminen vaikeaa, rohkaiseminen työpaikoilla
- Infrastruktuuri tukemaan liikkumista, pyöräpysäköinti; autoparkkipaikat kauemmaksi -> lisää kävelyä -> rauhoittaa pihapiiriä -> helpompi tulla kävellen/pyörällä, turvallinen koulumatka
- Liikkumisen opettaminen koulussa (ei vain akateemiset taidot & liikuntatunnit)
- Kyse pienistä valinnoista päivittäin; väärä käsitys, että liikkumisen pitäisi olla tehokasta; ihmisten havahduttaminen, miksi liikkuminen tärkeää
- Yhteistyö (ei vain oma seura, oma kunta) & yhteisöllisyys, yhdessä tekeminen liikunnan kautta