LIIKKUUKO PIEKSÄMÄKI?

TOIMENPIDE-EHDOTUKSET LIIKKUMATTOMUUDEN TORJUNTAAN

2016

LIIKKUUKO PIEKSÄMÄKI?
TOIMENPIDE-EHDOTUKSET LIIKKUMATTOMUUDEN TORJUNTAAN

RAPORTTI
Anton Ahonen ja Anni Polari
Urhes liikuntasuunnittelu Oy

GRAAFINEN SUUNNITTELU
Nina Haukkovaara

PAINO
Painovoima Oy

2016

Urhes
LIIKUNTASUUNNITTELU

Sisällys

ESIPUHE.....4

1 MISSÄ OLEMME NYT?.....6
Varhaisikäiset.....7
Kouluikäiset.....8
Työikäiset.....9
Ikääntyneet.....10
Liikunnan yhdistystoiminta.....11

2 MITÄ HALUAMME SAAVUTTAA?.....12
Päätavoite.....13
Painopistealueet.....14

3 TOIMENPIDE-EHDOTUKSET.....16
Liikuntapaikkaverkoston laatu ja käyttöaste.....17
Terveysliikuntapalveluiden organisointi.....20
Liikuntatoimen toiminnot ja viestintä.....24
Seurojen ja yksityisten toimijoiden toimintaedellytykset...26
Yhteenveto: Toimenpiteet päätavoitteen saavuttamiseksi...28

ESIPUHE

Liikkuuko Pieksämäki? -projekti on lokakuussa 2015 käynnistetty hanke pieksämäkeläisten liikuntaedellytysten parantamiseksi. Projektin perusta on kuntalaislähtöisessä suunnittelussa ja analyyttisessä tiedonhankinnassa. Päämääränä on kehittää Pieksämäen liikuntapalveluita edistämään entistä paremmin asukkaiden liikkumista.

Projektin aikana pieksämäkeläisten liikuntaedellytyksistä kerättiin tietoa kyselytutkimuksilla ja haastatteluilla. Asukkaiden liikuntatottumuksia sekä tyytyväisyyttä ja toiveita kartoitettiin neljällä eri väestöryhmiin kohdistetulla kyselyllä: kuntalaiskysely (18–64-v), seniorikysely (+65-v), koululaiskysely (10–17-v) sekä päiväkoti- ja esikouluikäisten kysely (3–6-v).

Haastatteluilla selvitettiin liikunnan sidosryhmien (kaupungin virkamiesten, luottamushenkilöiden ja liikuntaseurojen) näkemyksiä paikallisesta liikuntakulttuurista. Liikuntaseurojen toimintaedellytyksiä kartoitettiin myös kyselyn avulla.

Kyselyihin saatiin yhteensä lähes 900 vastausta eri-ikäisiltä pieksämäkeläisiltä ja haastateltavana oli yli kaksikymmentä virkamiestä ja luottamushenkilöä sekä 26 yhdistyksen edustajat. Tiedonhankinnan tulokset on raportoitu projektin väliraporteissa.

Projektin tuloksena on tiedonhankinnan pohjalta laaditut toimenpide-ehdotukset pieksämäkeläisten liikuntaedellytysten parantamiseksi. Toimenpide-ehdotukset on tehty koskemaan vuosia 2017-2027.

Projektin eri vaiheissa on järjestetty asukasseminaareja hankkeesta ja tiedonhankinnan tuloksista tiedottamiseksi. Projektin aloitusseminaari järjestettiin lokakuussa 2015 ja tiedonhankinnan tuloksia esiteltiin saman vuoden joulukuussa.
Tämän raportin sisältämät toimenpide-ehdotukset annettiin kaupungille elokuussa 2016. Liikuntapalveluiden kehittämistä ja toimenpiteiden vaikuttavuutta seurataan kuitenkin aina vuoteen 2024 asti.

1 MISSÄ OLEMME NYT?

Tässä luvussa tiedonhankinnan keskeisimmät tulokset on tiivistetty väestöryhmittäin. Tarkempaa tietoa väestöryhmien liikuntatottumuksista ja urheiluseurojen toimintaedellytyksistä löytyy projektin väliraporteista.

Pieksämäkeläisten liikuntaharrastaminen ja fyysinen aktiivisuus eivät eroa paljon valtakunnalisesta tilanteesta. Fyysinen aktiivisuus on liian vähäistä kaikissa ikä- ja västöryhmissä. Vähän liikkuvien osuus kasvaa mitä vanhemmista pieksämäkeläisistä on kyse.

Varhaisikäiset

LIIKUNTA-AKTIIVISUUS

Nykyisten terveysliikunnan suositusten mukaan varhaisikäisen (alle 8-vuotiaat) tulisi liikkua vähintään kaksi tuntia päivässä. Pieksämäkeläisistä 3-7-vuotiaista lapsista suosituksen mukaisesti liikkuu neljäsosa. Puolet varhaisikäisistä liikkuu suosituksen mukaisesti 5-6 päivänä viikossa. Vähiten liikkuva neljännes täyttää suosituksen vain muutamana päivänä viikossa.

Fyysiseen aktiivisuuteen ovat yhteydessä lapsen vanhempien koulutus ja tulotaso sekä asuinpaikka. Matalasti koulutettujen, opiskelijoiden ja pienituloisten perheissä lapset liikkuvat vähiten. Lisäksi keskustassa asuvat lapset ovat keskimäärin fyysisesti inaktiivisempia kuin esimerkiksi Naarajärvellä asuvat.

TÄRKEIMMÄT LIIKUNTAPAIKAT

Varhaisikäisten tärkeimmät liikuntapaikat löytyvät omasta kotipihasta ja kodin lähiympäristöstä. Myös leikki- ja lähiliikuntapaikkoja käytetään runsaasti ja ne palvelevat erityisesti pienituloisia. Lähiliikuntapaikkojen käyttö on aktiivista erityisesti Naarajärvellä, missä puolet varhaisikäisistä käyttää niitä viikoittain.

TYYTYVÄISYYS LIIKUNTAEDELLYTYKSIIN

Varhaisikäisten vanhemmat ovat hyvin tyytyväisiä oman asuinalueensa sekä päiväkodin liikuntaolosuhteisiin. Asuinalueiden liikuntaolosuhteisiin ollaan tyytyväisimpiä Naarajärvellä ja päiväkodin olosuhteisiin Maaselän päiväkodissa. Lasten fyysinen inaktiivisuus ei todennäköisesti selity liikuntaolosuhteiden tai -edellytysten puutteella.

TOIVOTUT LIIKUNTAPALVELUT JA -PAIKAT

Vanhemmat toivovat useimmin temppuliikuntaa, erilaisia liikuntakerhoja sekä satu- ja leikkiliikuntaa. Fyysisesti aktiivisten lasten vanhempia kiinnostavat erityisesti temppuliikuntaryhmät, kun taas vähän liikkuvien lasten vanhemmat haluaisivat satu- ja leikkiliikuntaryhmiä sekä liikunnan lisäämistä päivähoitopaikoissa.

Nykyisten leikkipuistojen kunnostaminen koetaan kiinnostavimpana liikuntapaikkoihin liittyvänä kehittämiskohteena. Muita kiinnostavia ovat uusien lähiliikuntapaikkojen ja leikkipuistojen rakentaminen sekä luontopolkujen rakentaminen ja kunnostaminen.

Kouluikäiset

LIIKUNTA-AKTIIVISUUS

Terveysliikunnan suositusten mukaan alakouluikäisen lapsen tulisi liikkua 1,5 tuntia päivittäin ja sitä vanhemman koululaisen tunnin päivässä. Pieksämäellä suositukset täyttää ala- ja yläkoululaisista neljännes ja toisen asteen opiskelijoista kymmenesosa.

Täysin tai lähes inaktiivisia on alakoululaisista ja toisen asteen opiskelijoista viidesosa ja yläkoululaisista 15 prosenttia. Alakouluikäisistä pojat liikkuvat tyttöjä selvästi enemmän ja haja-asutusalueella asuvat ovat fyysisesti aktiivisempia kuin keskustaajamassa asuvat.

LIIKUNTAHARRASTUNEISUUS

Pieksämäkeläiset koululaiset harrastavat valtakunnallisestikin suosittuja lajeja kuten kävelyä, juoksua, kuntosaliharjoittelua ja jalkapalloa. Valtakunnallisia lukuja suositumpia ovat poikien keskuudessa frisbeegolf ja tytöillä ratsastus.

Alakouluikäisistä 64 prosenttia harrastaa liikuntaa urheiluseurassa. Seuraharrastaminen vähenee iän karttuessa, sillä yläkouluikäisistä 48 prosenttia ja toisen asteen opiskelijoista enää 37 prosenttia on seuraharrastajia.

Yläkoululaisista 30 prosenttia ja toisen asteen opiskelijoista 40 prosenttia on luopunut urheiluharrastuksestaan. Yleisimmät syyt harrastuksen lopettamiseen ovat muut kiinnostukset kohteet ja ajanpuute, mutta myös liika kilpailuhenkisyys, harrastamisen kalleus ja huono valmentaja vaikuttivat harrastuksesta luopumiseen.

TÄRKEIMMÄT LIIKUNTAPAIKAT

Kävely- ja pyörätiet ovat koululaisten eniten käyttämä liikuntapaikka vapaa-ajalla. Muita suosittuja ulkoliikuntapaikkoja ovat luistelukentät ja –kaukalot sekä jalkapallokentät. Sisäliikuntapaikoista käytetyimpiä ovat liikuntasalit ja -hallit.

Mitä vanhemmasta koululaisesta on kyse, sitä tärkeämpiä ovat kuntosalit ja frisbeegolfradat. Lähiliikuntapaikat ovat sen sijaan suosituimpia alakoululaisten keskuudessa.

LIIKUNTAA RAJOITTAVAT TEKIJÄT

Koululaiset arvioivat suurimmiksi liikuntaa rajoittaviksi tekijöiksi kiinnostavien liikuntaharrastusten ja -paikkojen puutteen sekä ajan riittämättömyyden. Harrastamisen kalleus ja liikuntapaikkojen huono sijainti koetaan myös rajoittaviksi tekijöiksi.

TYYTYVÄISYYS LIIKUNTAEDELLYTYKSIIN

Alakoululaisista yhdeksän kymmenestä arvioi, että liikuntamahdollisuuksia on Pieksämäellä erittäin tai melko paljon. Vanhemmat vastaajat suhtautuvat tilanteeseen kriittisemmin, sillä neljäsosa kokee mahdollisuudet melko tai erittäin vähäisiksi.

KOULUPIHAT JA KOULUPÄIVÄN AIKAINEN LIIKUNTA

Koululaisista puolet kulkee koulumatkansa pyörällä tai kävellen. Alle kilometrin koulumatka kuljetaan pääsääntöisesti lihasvoimin, mutta jo kahden kilometrin matkalla toisen asteen opiskelijoista yli puolet kulkee matkan moottoriajoneuvolla.

Pieksämäen koulupihat saavat koululaisilta pääsääntöisesti hyvän arvosanan, mutta Hiekanpään ja Virtasalmen pihat arvioidaan keskivertoa heikommiksi. Yläkoululaisista 70 prosenttia istuu useimmilla välitunneilla, kun alakoululaisista vastaava osuus on viisi prosenttia.

Kymmenesosa koululaisista osallistuu viikoittain koulunsa liikuntakerhoon.

TOIVOTUT LIIKUNTAPALVELUT JA -PAIKAT

Uusista harrastuksista koetaan houkuttelevimpana laskettelu/lautailu, kiipeily, katutanssi ja sirkus. Fyysisesti inaktiivisia kiinnostavat eniten sirkus (alakoulu) ja kiipeily (yläkoulu ja toinen aste). Uusista liikuntapaikoista koululaiset ovat kiinnostuneimpia keilahallista. Myös ponnahduslauta uimahalliin, kiipeilypaikka ja uimahallin kylpyläelementit kiinnostavat.

TIEDONVÄLITYS

Yläkoululaiset ja toisen asteen opiskelijat ovat saaneet kaupungin liikuntamahdollisuuksista tietoa tavallisimmin koulusta tai kavereiltaan. Parhaiten tieto saavuttaisi koulun kautta, sosiaalisesta mediasta tai kotiin jaettavasta esitteestä.

Työikäiset

LIIKUNTA-AKTIIVISUUS

Terveysliikunnan suositusten mukaan aikuisen tulisi harrastaa viikossa vähintään 2,5 tuntia reipasta tai 1,25 tuntia raskasta kestävyysliikuntaa sekä vähintään kaksi kertaa lihaskuntoliikuntaa. Suomessa vain yksi kymmenestä täyttää suositukset kaikilta osin. Lähes puolet täysi-ikäisistä ei liiku terveytensä kannalta riittävästi millään osa-alueella. Ei ole syytä olettaa, että Pieksämäen tilanne poikkeaisi kansallisesta tilanteesta, vaikka kyselyyn vastasikin pääasiassa liikunnallisesti aktiivisia asukkaita.

LIIKUNTAHARRASTUNEISUUS

Työikäiset liikkuvat useimmiten omatoimisesti, mutta myös yksityiset yritykset, urheiluseurat ja seutuopisto liikuttavat pieksämäkeläisiä. Suosituin liikuntaharrastus sukupuolesta riippumatta on kävelylenkkeily.

TÄRKEIMMÄT LIIKUNTAPAIKAT

Liikuntapaikoista käytetään eniten kevyen liikenteen väyliä. Muita tärkeitä paikkoja ovat hiihtoladut, kuntosalit, liikuntasalit, kuntoradat ja uimahalli.

LIIKUNTAA RAJOITTAVAT TEKIJÄT

Työikäisten liikkumista rajoittavat merkittävimmin henkilökohtaiset syyt kuten laiskuus, väsymys ja ajanpuute. Yksilöiden henkilökohtainen suhtautuminen liikuntaan ja liikkumiseen vaikuttaa ratkaisevasti liikkumattomuuteen.

TYYTYVÄISYYS LIIKUNTAEDELLYTYKSIIN

Kaupungin liikuntaedellytyksiin ollaan pääosin tyytyväisiä. Liikuntapaikoista tyytyväisimpiä ollaan tekonurmeen, uimahalliin, lähiliikuntapaikkoihin ja latuihin. Tyytymättömimpiä ollaan hiekka- ja jääkenttiin sekä liikuntahalleihin ja kevyen liikenteen väyliin.

TYÖMATKALIIKUNTA

Pieksämäkeläiset kulkevat työmatkansa pääsääntöisesti moottoriajoneuvolla. Alle kilometrin matkoista kaksi kolmesta kuljetaan lihasvoimin. Kuitenkin jo 2-3 kilometrin työmatkalla lihasvoimin kuljetaan enää puolet ja 4-5 kilomerin matkoista kolmasosa.

TOIVOTUT LIIKUNTAPALVELUT JA -PAIKAT

Työikäiset toivovat eniten liikunnan lisäämistä työpaikoille sekä vapaita salivuoroja omaehtoiseen liikkumiseen. Myös liikuntaneuvontapalvelut kiinnostavat erityisesti niiden keskuudessa, jotka eivät liiku terveytensä kannalta riittävästi. Liikuntapaikkoihin liittyen täysi-ikäiset toivovat parempia kevyen liikenteen väyliä, luontopolkujen kunnostamista ja rakentamista sekä keilahallia.

TÄRKEIMMÄT KEHITYSKOHTEET

Tärkeimpinä kehityskohteina pidetään liikuntapaikkojen kunnossapidon lisäämistä ja peruskorjausta sekä yhteistyön lisäämistä liikuntaseurojen kanssa, liikuntatapahtumien järjestämistä ja liikuntapalveluista tiedottamisen kehittämistä.

TIEDONVÄLITYS

Tieto Pieksämäen liikuntamahdollisuuksista on tavoittanut parhaiten tuttavien kautta tai lehdestä. Työikäiset ovat löytäneet hyvin myös Sport Pieksämäki -verkkosivut. Tietoa haluttaisiin saada ensisijaisesti ilmaisjakelulehdestä tai kotiin jaettavasta liikuntaesitteestä.

Ikääntyneet

LIIKUNTA-AKTIIVISUUS

Terveysliikunnan suositusten mukaan yli 65-vuotiaan tulisi harrastaa viikossa vähintään 2,5 tuntia reipasta tai 1,25 tuntia raskasta kestävyysliikuntaa sekä vähintään kaksi kertaa lihaskuntoliikuntaa.

Valtakunnallisesti vain viisi prosenttia ikääntyneistä täyttää suositukset kaikilta osin ja kaksi kolmasosaa ei liiku riittävästi millään osa-alueella. Pieksämäen tilanne on todennäköisesti kansallisen tilanteen mukainen, vaikka kyselyyn vastasikin poikkeuksellisen paljon liikunnallisesti aktiivisia ikäihmisiä.

LIIKUNTAHARRASTUNEISUUS

Ikääntyneet liikkuvat pääsääntöisesti omatoimisesti, mutta myös seutuopisto liikuttaa huomattavaa määrää erityisesti naisista. Ikääntyneiden suosituin liikuntaharrastus on kävely, jonka lisäksi harrastetaan paljon pyöräilyä, voimistelua, hiihtoa ja uintia.

TÄRKEIMMÄT LIIKUNTAPAIKAT

Kolme käytetyintä liikuntapaikkaa ovat kävely- ja pyörätiet, hiihtoladut ja uimahalli. Näitä liikuntapaikkoja käytetään eniten omatoimiseen liikkumiseen; uimahallissa käydään myös ohjatuissa ryhmissä.

LIIKUNTAA RAJOITTAVAT TEKIJÄT

Ikääntyneiden liikkumista rajoittaa merkittävimmin terveydentila, mutta myös muut henkilökohtaiset syyt kuten laiskuus ja väsymys. Ulkoisista tekijöistä uimahallin ja kuntosalien puutteet esteettömyydessä vaikeuttavat joidenkin liikunnan harrastamista.

TYYTYVÄISYYS LIIKUNTAEDELLYTYKSIIN

Kaupungin liikuntatarjontaan ja yleisiin liikuntaedellytyksiin ollaan tyytyväisiä. Liikuntapaikoista parhaan arvosanan saa uimahalli, huonoimman kävely- ja pyörätiet.

TOIVOTUT LIIKUNTAPALVELUT JA -PAIKAT

Uusista palveluista ikäihmiset toivovat erityisesti lisää ohjattuja liikuntaryhmiä tasapainoharjoitteluun sekä vesi- ja yleisliikuntaan. Uudiskohteena toivotaan senioreille tarkoitettua liikuntatilaa.

TÄRKEIMMÄT KEHITYSKOHTEET

Tärkeimpinä kehityskohteina pidetään liikuntapaikkojen kunnossapidon lisäämistä ja peruskorjausta sekä liikuntatapahtumien järjestämistä, liikuntapalvelujen tiedottamisen kehittämistä sekä yhteistyön lisäämistä sosiaali- ja terveystoimialan kanssa.

TIEDONVÄLITYS

Kaupungin liikuntamahdollisuuksista saadaan tietoa tyypillisimmin lehdestä tai tuttavilta. Sport Pieksämäki -sivut eivät ole tavoittaneet ikääntyneitä yhtä hyvin kuin työikäisiä. Parhaiten ikääntyneet tavoitettaisiin kotiin jaettavalla materiaalilla.

Liikunnan yhdistystoiminta

VAIKUTUS PIEKSÄMÄKELÄISTEN LIIKUNTAHARRASTUNEISUUTEEN

Seuroista suurimman osan toimintaan osallistuu viikoittain alle 50 henkilöä. Vain 5 prosenttia seuroista liikuttaa yli 200 henkeä viikossa. Kokonaisuudessaan säännölliseen seuratoimintaan osallistuu arviolta 2 500 pieksämäkeläistä viikoittain.

TOIMINNAN HAASTEET

Seurojen toiminnan suurimpia haasteita ovat seuratoimijoiden puute ja harrastajien väheneminen. Myös tiettyjen harrastuspaikkojen puuttuminen ja puutteet liikuntatiloissa koetaan haasteellisiksi. Taloudelliset haasteet vaikeuttavat osan seuroista toimintaa.

SEUROJEN TALOUS

Seurojen vuosibudjeteissa on suuria eroja, sillä vaihtelua on 300 eurosta 180 000 euroon. Enemmistöllä (47 %) budjetti on alle 10 000 €. Jäsenmaksut ovat seurojen suurin tulolähde. Kaupungin avustusten merkitys on puolestaan hyvin seurariippuvaista, sillä avustusten osuus tuloista vaihtelee 4 prosentista 74 prosenttiin. Kaikista menoista kilpailutoiminnan osuus on keskimäärin 21 prosenttia ja liikuntapaikkakustannukset 15 prosenttia.

TYYTYVÄISYYS LIIKUNTAOLOSUHTEISIIN JA-PALVELUIHIN

Seuroista 89 prosenttia pitää kaupungin yleisiä liikuntaedellytyksiä vähintään hyvinä, kun vastaava osuus seuran omien toimintaedellytysten osalta on 68 prosenttia. Liikuntapaikoista tyytyväisimpiä ollaan hiihtolatuihin ja uimahalliin; tyytymättömimpiä liikuntahalleihin ja -saleihin. Palveluista parhaiten hoidettuina pidetään liikuntapaikkavuorojen varaamista ja sitä, miten kaupunki on aktivoinut kuntalaisia liikuntaan. Huonoiten hoidetuksi arvioidaan kaupungin yhteistyö seurojen kanssa.

TOIVOTUT LIIKUNTAPAIKAT

Uusista liikuntapaikoista seurat toivovat eniten keilahallia ja monitoimihallia. Saneerauksen tarpeessa ovat vastausten perusteella Urheilutalo ja Kontiopuiston liikuntahalli. Hallien kunnon ja varustelun lisäksi seurat ovat tyytymättömiä vahtimestaripalveluihin.

TÄRKEIMMÄT KEHITYSKOHTEET

Seurat pitävät liikuntatoimen tärkeimpänä kehityskohteena yhteistyön lisäämistä eri toimijoiden välillä sekä eri liikuntapaikkojen ja -välineiden kunnossapitoa. Lisäksi peräänkuulutetaan liikuntatoimen tiedotuksen ja seurojen taloudellisen tuen kehittämistä.

YHTEISTYÖ KAUPUNGIN JA MUIDEN SEUROJEN KANSSA

Seurat arvioivat yhteistyön kaupungin kanssa tyydyttäväksi. Kaupungin henkilöstön tavoitettavuus koetaan ongelmalliseksi. Seurat näkevät yhteistyömahdollisuuksia eritoten tapahtumien järjestämisessä ja terveysliikunnan edistämisessä. Seurat ovat halukkaita lisäämään myös seurojen välistä yhteistyötä. Kiinnostusta herättävät erityisesti päättäjiin vaikuttaminen sekä koulutukset ja yhteistapahtumat.

2 MITÄ HALUAMME SAAVUTTAA?

Toimenpide-ehdotukset on kehitetty silmällä pitäen päätavoitteen saavuttamista vuoteen 2027 mennessä. Päätavoitteen saavuttamiseen tähtääviä painopistealueita on neljä, jotka sisältävät konkreettiset toimenpide-ehdotukset.

Päätavoitteen ja painopistealueiden toteutumisen mittaamiseksi on määritelty mittarit, jotka on kerrottu aina tavoitteen yhteydessä. Mittarit perustuvat suurelta osin Liikkuuko Pieksämäki? -projektin kyselytutkimuksilla hankittuihin tietoihin. Samanlainen tiedonhankinta toteutetaan uudelleen vuonna 2024, jolloin voidaan arvioida toimenpiteiden vaikuttavuutta ja tavoitteiden saavuttamista.

Päätavoite

Asukkaiden liikunta-aktiivisuuden lisääminen ja erityisesti vähän liikkuvien osuuden pienentäminen kaikissa ikäryhmissä.

MITTARIT

- Varhaisikäisistä inaktiivisten osuus laskee 16 prosentista 10 prosenttiin ja terveysliikunnan suositukset viikon jokaisena päivänä täyttävien osuus nousee 25 prosentista 35 prosenttiin ikäluokasta.
- Inaktiivisten koululaisten suhteellinen osuus laskee alakoululaisissa ja toisen asteen opiskelijoissa 20 prosentista 15 prosenttiin. Toisen asteen opiskelijoista liikuntasuositukset täyttävien osuus nousee 10 prosentista 20 prosenttiin.
- Inaktiivisten työikäisten ja ikääntyneiden suhteellinen osuus on viisi prosenttiyksikköä alhaisempi kuin valtakunnallinen keskiarvo vuonna 2027.
- Seuraharrastuksen lopettaneiden osuus laskee yläkoululaisten osalta 30 prosentista 20 prosenttiin ja toisen asteen opiskelijoiden osalta 40 prosentista 30 prosenttiin.

Painopistealueet

Liikuntapaikkaverkoston laadun kehittäminen ja käyttöasteen nostaminen.

Asukkaiden tyytyväisyys viiteen huonoiten arvioituun liikuntapaikkatyyppiin nousee keskiarvoltaan tasolle ”hyvä”.

Kehitettävien liikuntapaikkojen käyttöaste paranee suunnitelmakauden aikana.

Kaikkien koulujen pihat arvioidaan liikkumisen kannalta vähintään melko hyviksi.

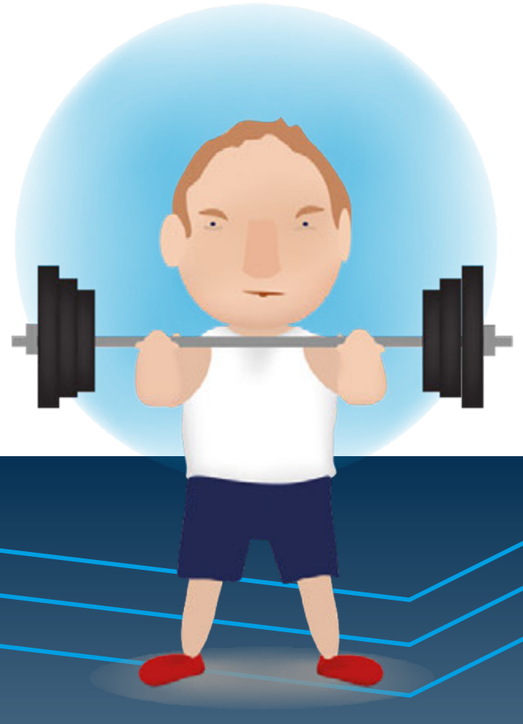
Kaikki varhaisikäisten vanhemmat arvioivat asuinalueensa liikuntaolosuhteet vähintään melko hyviksi.

Urheiluseuroista 70 prosenttia arvioi liikuntasalit ja -hallit vähintään melko hyvin hoidetuiksi.

Kunnan järjestämien terveysliikuntapalveluiden organisointi ja kohdistaminen liikunnasta eniten hyötyviin väestöryhmiin.

Varhaisikäisistä ja koululaisista yksikään ei arvioi liikuntamahdollisuuksia erittäin vähäisiksi.

Täysi-ikäisistä vähintään 30 prosenttia arvioi sekä julkiset, yksityiset että kolmannen sektorin liikuntapalvelut erittäin hyviksi.



MITTARIT

Liikuntatoimen toimintojen selkiyttäminen ja viestinnän parantaminen.

Liikuntatoimen käyttötalouden reaaliarvo säilytetään ennallaan sote-uudistuksen voimaantuloon asti. Tämän jälkeen käyttötalouden resursseja nostetaan 20 prosenttia kunnan vastuulla olevien ennaltaehkäisevien toimenpiteiden toteuttamiseksi.

Seurojen ilmoittamissa kehityskohteissa virkamiesten saavutettavuus ei nouse enää esille.

Kuntalaiset saavat kunnan liikuntamahdollisuuksista useammin tietoa virallisten tiedotuskanavien kautta kuin epävirallisista kanavista.

Seuraavassa tiedonhankinnassa täysi-ikäisten ja ikääntyneiden vastaajien osuus nousee 25 prosenttia. Inaktiivisten vastaajien määrä kolminkertaistuu nykyisestä tasosta.

Kustannuksiltaan yli 20 000 euron hankkeiden ja kaikkien asukkaiden elinpiiriin merkittävästi vaikuttavien hankkeiden hankesuunnittelussa sovelletaan asukkaiden kuulemista.

Seurojen ja yksityisten toimijoiden toimintaedellytysten kehittäminen ja yhteistyön parantaminen.

Seurojen keskimääräinen arvio omista toimintaedellytyksistään nousee tyydyttävästä hyvään.

Seurojen keskimääräinen arvio oman toimintansa tasosta nousee tyydyttävästä hyvään.

Seurojen keskimääräinen arvio yhteistyöstä kaupungin kanssa nousee tyydyttävästä hyvään.

3 TOIMENPIDE-EHDOTUKSET

Toimenpide-ehdotukset on luokiteltu painopistealueiden mukaisiin luokkiin, ja toimenpiteet tähtäävät päätavoitteen toteutumiseen vuoteen 2027 mennessä.

Toimenpide-ehdotuksissa on huomioitu liikuntapaikkaverkoston laatu ja käyttöaste, terveysliikuntapalveluiden organisointi, liikuntatoimen toiminnot ja viestintä sekä seurojen ja yksityisten toimijoiden toimintaedellytykset.

Liikuntapaikkaverkoston laatu ja käyttöaste

LIIKUNTAPAIKKAVERKOSTON KESKITTÄMINEN

Nykyiset liikuntapaikat säilytetään keskustaajaman alueella ja muiden alueiden osalta kaupungin tulisi tehdä jo hyvissä ajoin periaatepäätös liikuntapaikoista luopumisen aikataulusta tai niiden säilyttämisestä. Liikuntapaikkaverkostoon ei ole tarpeellista tehdä uudisrakentamista lukuun ottamatta lähiliikuntapaikkoja ja muita matalan kynnyksen vapaasti käytössä olevia liikuntapaikkoja. Näillä toimenpiteillä pyrittäisiin keskittämään käytössä olevia resursseja keskeisten liikuntapaikkojen laadun parantamiseen.

Kaupungilla tulisi olla suunnitelma Virtasalmen ja Jäppilän liikuntapaikkojen kohtalosta koulujen todennäköisesti tapahtuvan lakkauttamisen varalle. Päätös vaikuttaisi kyseisten liikuntapaikkojen ylläpitoon jo ennen koulujen lakkauttamista, sillä periaatteellinen päätös liikuntapaikkojen säilyttämisestä johtaisi myös liikuntapaikkojen kehittämistarpeeseen lähivuosina.

Keskittämis- ja luopumiskysymyksen kannalta merkityksellisimpiä liikuntapaikkoja ovat Ojintalo ja Virtasalmen yleisurheilukenttä sekä Jäppilän monitoimisali.

Päätöksestä riippumatta kunnan voi olla järkevää ulkoistaa kylien liikuntapaikkojen hoito ja ylläpito yksityiselle tai kolmannelle sektorille. Tämä voi olla järkevää toteuttaa lyhyelläkin aikataululla. Keskustaajaman ulkopuolisten alueiden osalta kaupunki tarjoaa yksittäisten liikuntapaikkojen kohdalla paikallisille asukkaille ja yhdistyksille tarvittavat välineet ja satunnaista henkilöstöapua haastavampiin toimenpiteisiin (esim. maanraivaus tms.).

Kaupunki voi aloittaa erillisen ohjelman, jossa asukkaat ja yhdistykset voivat ilmoittaa resurssien tai avuntarpeesta ”omien” liikuntapaikkojensa hoidossa.

SISÄLIIKUNTAPAIKKOJEN PERUSPARANNUKSET

Tärkeimmät perusparannuskohteet ovat Urheilutalo sekä Kontiopuiston liikuntahalli. Kyselyiden perusteella asukkaat ja seurat ovat tyytymättömimpiä näiden liikuntapaikkojen kuntoon ja suorituskykyyn.

- Urheilutalo 2018, 1 000 000€ (Saneerauksessa kannattaa huomioida toivomus senioriliikuntatilasta ja kuntosalin esteettömyysasioista.)
- Kontiopuiston liikuntahallin perusparannus 2022, 500 000€

Kyseisten liikuntapaikkojen kohdalla lähtökohtana tulisi olla perusparannus peruskorjauksen sijasta, sillä liikuntapaikoista voidaan tehdä saneerauksen yhteydessä kustannustehokkaammin muuntojoustavia erilaisiin käyttötarkoituksiin. Lisäksi liikuntapaikat eivät nykyisellään vastaa käyttäjien liikunta- ja urheilutarpeita riittävän hyvin.

LIIKUNTAPAIKKOJEN MERKITYKSELLISTÄMINEN

Merkityksellistäminen tarkoittaa olemassa olevan liikuntapaikan laadun ja toiminnallisuuden parantamista sekä selväpiirteistämistä ja tunnettavuuden lisäämistä asukkaiden keskuudessa. Potentiaalisimpia merkityksellistettäviä liikuntapaikkoja ovat keskustaajaman reuna-alueilla olevat kuntoilu- ja ulkoilureitit sekä muutamat sisäliikuntapaikat.

Ulkoliikuntapaikkojen merkityksellistäminen voidaan toteuttaa parantamalla merkitsemistä ja luomalla esimerkiksi yhdestä kuntoilureitistä selvä kokonaisuus. Liikuntapaikat tulisi nimetä käyttötarkoituksen mukaisesti ja osallistaen myös lähialueen asukkaat liikuntapaikan kehittämiseen sekä nimeämiseen.

1 *KESKUSTAAJAMAN KUNTORATOJEN MERKITYKSELLISTÄMINEN*

Keskustaajaman kolme kuntorataa voitaisiin merkityksellistää vuosina 2019, 2022 ja 2024. Kuntoradat varustettaisiin kuntoilupisteillä, jotka muodostavat yhtenäisen kokonaisuuden radan varrelle. Kuntoilupisteille valitaan sellaisia laitteita, että niiden käyttö on mahdollista myös talviaikaan.

Kolme kuntorataa voidaan merkityksellistää ikäkausien mukaan niin, että nuorilla, työikäisillä ja ikääntyneillä on oma ”nimikkokuntoratansa”. Kuntoilupisteiden valinnassa voidaan hyödyntää liikunnan saumakohtia.

- Kunnossa asepalvelukseen -rata
- Selätä ruuhkavuodet -rata
- Teräsvanhuus -rata

Radan ”läpäisemiseen” on yksinkertaiset ohjeet ja myös tavoiteajat, jotka motivoivat parantamaan suoritustaan. Kuntoradoilla voidaan järjestää avajaiset, joissa halukkaat voivat osallistua kilpailuun radan läpäisemisessä. Kilpailuissa voidaan hyödyntää paikallisten urheilijoiden osallistumista ja kuntalaiset voivat tämän jälkeen vertailla omia aikojaan urheilijoiden aikoihin.

Yhden kuntoradan merkityksellistäminen ja laadun parantaminen kustantaisi vähintään 100 000 euroa.

2 *SISÄLIIKUNTAPAIKKOJEN MERKITYKSELLISTÄMINEN*

Ulkoliikuntapaikkojen lisäksi merkityksellistäminen voidaan ulottaa sisäliikuntapaikkoihin. Valituissa sisäliikuntapaikoissa järjestetään maksutonta käyttöneuvontaa ja liikuntalajien opastusta. Seurat otetaan mukaan esittelemään toimintaansa ja yhdessä sisäliikuntapaikassa olisi aina yhden päivän kestoinen avoimien ovien teemapäivä.

LÄHILIIKUNTAPAIKKAVERKOSTON LAAJENTAMINEN JA LEIKKIPUISTOJEN KUNNOSTAMINEN

Lähiliikuntapaikkaverkoston riittävän kattavuuden varmistamiseksi Pieksämäelle tulisi rakentaa kolme uutta lähiliikuntapaikkaa.

- Hiekanpään lähiliikuntapaikka 2018
- Tahiniemen lähiliikuntapaikka 2021
- Lukion lähiliikuntapaikka 2020

Lähiliikuntapaikkojen rakentamisen lisäksi nykyiset leikkipuistot perusparannetaan. Kyselyiden tulosten perusteella varhaisikäisten vanhemmat pitävät yhtenä tärkeimmistä kehittämistarpeista nykyisten leikkipuistojen kunnostamista. Asukkaat pitävät leikkipuistoverkostoa riittävänä, joten nykyisen verkoston kunnostaminen vuoteen 2025 olisi riittävä toimenpide.

LUONTOLIIKUNTA- JA ULKOILUREITISTÖN KEHITTÄMINEN

Tekeillä olevassa luontomatkailuselvityksessä tulisi huomioida nykyisen polkureitistön merkinnän kehittäminen ja erityisen maastopyöräily/polkujuoksureitin rakentaminen. Maastopyöräilyn olosuhteiden kehittämisessä on käytettävissä vapaaehtoisia kuntalaisia, jotka tulisi ottaa suunnitteluun ja toteutukseen mukaan.

KEVYEN LIIKENTEEN VERKOSTON KUNNON SELVITTÄMINEN

Asukkaat pitävät kevyen liikenteen verkostoa huonokuntoisena ja täysi-ikäiset toivovat parempia kävely- ja pyöräteitä. Tarkempi selvitys kevyen liikenteen verkoston kunnosta ja suositelluista toimenpiteistä on tarpeellinen lähivuosien aikana.

Terveysliikuntapalveluiden organisointi

LIIKUNTAMAHDOLLISUUKSIEN LISÄÄMINEN VARHAISIKÄISILLE LAPSILLE

Eri väestöryhmien liikuntamahdollisuuksista varhaisikäisten mahdollisuuksiin oltiin tyytymättömimpiä. Vanhemmat toivovat lapsille erityisesti erilaisia liikuntaryhmiä (temppuliikunta, liikuntakerhot, satu- ja leikkiliikunta). Kaupungin kannattaa kartoittaa seurojen mahdollisuuksia järjestää pienillä lapsille monipuolista liikuntaleikkitoimintaa.

Vanhemmat toivovat myös vapaita salivuoroja omaehtoiseen liikkumiseen. Viikonloppuisin sisäliikuntasaleissa voitaisiin järjestää avoimia liikuntapäiviä, joihin vanhemmat voivat tulla yhdessä lastensa kanssa liikkumaan ja leikkimään. Tapahtumassa osallistujat voisivat kokeilla eri liikuntalajeja ja -välineitä. Tapahtuman järjestäjinä hyödynnetäisiin seuroja kaupungin mahdollistaessa tilat ja välineet. Osallistujilta kerätään kohtuullinen osallistumismaksu, jolla katetaan seuroille maksettavia palkkioita.

KUNTOILIJAN POLKU KOULUIKÄISILLE

Perustetaan ns. Kuntoilijan polku, joka alkaa alakoulusta ja kestää lukion/ammattikoulun loppuun. Kuntoilijan polku tarjoaa matalan kynnyksen liikuntatoimintaa niille kouluikäisille, jotka eivät harrasta liikuntaa seurassa tai ovat lopettaneet harrastamisen.

Kuntoilijan polku muodostuu viikoittain kokoontuvista pienryhmistä, jotka tutustuvat erilaisiin liikuntalajeihin ja -paikkoihin. Kuntoilijan polun liikuntaryhmät järjestetään osana koulujen liikuntakerhoja. Toiminnan järjestämisessä hyödynnetään liikuntaseuroja. Toimintaan osallistumisesta kerätään nimellinen kuukausimaksu, jolla tuetaan toiminnan järjestäjiä.

Kuntoilijan polku muodostaa tavoitteellisen ja yhtenäisen kuntoilutoiminnan ala-asteelta toiselle asteelle saakka, joka palvelee erityisesti ei-kilpaurheiluorientoituneita, muutaman kerran viikossa harrastaa haluavien lasten ja nuorten tarpeita.

Kuntoilijan polku edellyttää kiinteää yhteistyötä eri kouluasteiden sekä koulujen ja seurojen välillä. Toiminnan organisoinnista vastaisivat koulujen liikunnanopettajat.

KOULUPÄIVÄN AIKAISEN ISTUMISEN VÄHENTÄMINEN

Koulupäivän aikaisen istumisen vähentämiseksi kouluihin hankitaan seisomatyön mahdollistavat säädettävät pöydät. Tavoitteena voidaan pitää sitä, että kaikkien koulujen työskentelytasot ovat säädettäviä vuoteen 2027 mennessä. Tämä tarkoittaa työskentelytasojen uudistamista kouluissa noin 10 prosentin vuosivauhtia.

LIIKUNTA- JA KULTTUURIHARRASTUSTEN ORGANISOIMINEN YHDESSÄ KULTTUURITOIMEN KANSSA

Katutanssi, hiphop ja breakdance sekä sirkusliikunta ovat kyselyissä suosituimpia koululaisten toivomia liikuntaharrastuksia. Lajien järjestämistä on suositeltava toteuttaa yhteistyössä kulttuuritoimen kanssa.

KAUPUNKITAPAHTUMIEN JÄRJESTÄMINEN YHDESSÄ KULTTUURIPALVELUIDEN KANSSA

Kyselyiden perusteella asukkaat odottavat enemmän liikunnallisia tapahtumia Pieksämäellä ja myös seurakyselyn tuloksissa seurat näkivät yhteistyön liikuntatapahtumien järjestämisessä erittäin potentiaaliseksi.

Kaupungin melko pienen koon vuoksi tapahtumien järjestämisessä kannattaa hyödyntää yhteistyötä myös muiden kuin liikuntatoimijoiden kanssa, jotta tapahtumista saadaan riittävän vetovoimaisia. Kulttuuripalvelut ovat luonnollinen yhteistyökumppani tapahtumien järjestämisessä, sillä heillä on ammattitaitoa ja osaamista tapahtumien järjestämisestä sekä mahdollisuus tuottaa myös osa tapahtuman ohjelmasta. Vetovoimaisissa tapahtumissa seurat pääsevät tuomaan omaa toimintaansa esille ja toimimaan yhteistyössä muiden seurojen ja myös kulttuuritoimijoiden kanssa. Kulttuuripuoli voi puolestaan laajentaa omaa kohderyhmäänsä ja palvelutarjontaansa.

Pieksämäellä käynnistyvä luontomatkailun kehitysprojekti tarjoaa oivallisen mahdollisuuden liikunnallisen tapahtuman järjestämiseen.

LIIKUNTANEUVONTAPALVELUIDEN TEHOSTAMINEN

Valtakunnallisiin arvioihin perustuen liikuntapalvelut eivät tavoita riittävän hyvin niitä väestöryhmiä, jotka hyötyisivät lisääntyvästä fyysisestä aktiivisuudesta kaikkein eniten. Näiden väestöryhmien kohdalla lisääntynyt fyysisen aktiivisuus tuottaa myös suurimmat yhteiskunnalliset hyödyt.

Tavallisesti liikunnasta eniten hyötyväksi väestöryhmäksi katsotaan vähiten liikkuva viidennes väestöstä. Pieksämäellä näiden asukkaiden tavoittaminen edellyttää aktiivisia toimenpiteitä, jotka aiheuttavat vaikuttavasti suoritettuna noin 500–1 000 euron kustannukset jokaista intervention kohteena olevaa asukasta kohden.

Varhainen puuttuminen ja ennaltaehkäiset toimenpiteet ovat kokonaistaloudellisesti kustannustehokkaampia kuin sosiaali- ja terveyspalveluissa toteutettu sairauksien hoitaminen. Varhainen puuttuminen nostaisi liikuntapalveluiden kustannuksia jonkin verran, mutta koituvat kustannukset olisivat pieniä saavutettuun hyötyyn nähden.

”Terveyspalveluiden ja liikuntapalveluiden rajapinta on ehdotetussa mallissa fysioterapeutin ja vertaisliikuntaryhmän liikunnanohjaan välillä.”

Tutkimuskirjallisuuden perusteella aktiivisesti ohjatuissa vertaisryhmissä toteutetut interventiot ovat osoittautuneet vaikuttavimmiksi liikuntatottumuksien keskipitkää muutosta tarkasteltaessa.

Toimintamalli edellyttää tiivistä yhteistyötä sote-palveluiden kanssa, sillä liikuntapalveluilla ei ole itsellään mahdollisuutta löytää ja tunnistaa liikunnasta eniten hyötyviä asukkaita. Pieksämäellä aloitettu Hoitava liikunta -aktivointihanke on erinomainen tilaisuus oikeiden toimintamallien käyttöönottoon kaupungissa.

Liikuntaneuvonta kannattaa ulottaa koskemaan kaikkia ikäryhmiä, ei ainoastaan työikäisiä.

Neuvontaa voidaan tehostaa ottamalla fysioterapeutti linkiksi sosiaali- ja terveystoimen sekä liikuntatoimen välille. Toimintaketjussa lääkäri ohjaa fysioterapeutille asiakkaan, jonka arvioi hyötyvän liikunnasta. Fysioterapeutti arvioi asiakkaan tilanteen ja valitsee tilanteeseen parhaiten sopivan vertaisliikuntaryhmän. Tämän jälkeen asiakas ohjataan liikuntaneuvojalle, joka vastaa liikuntaryhmien toiminnasta.

Vertaisliikuntaryhmät kokoavat yhteen taustaltaan samanlaisia asukkaita, joiden lähtökohdat liikunnan lisäämiseen ovat samankaltaiset. Ryhmien ohjaus perustuu aktiiviseen vuorovaikutukseen, jossa hyödynnetään sähköistä järjestelmää ryhmän jäsenten henkilökohtaisessa ohjaamisessa. Ryhmien ohjaavat ovat liikunnanohjaajia (amk), jotka järjestävät vertaisryhmien yhteisiä harjoituksia sekä seuraavat sähköisesti yksittäisten jäsenten kehittymistä.

Näillä näkymin terveystoimen järjestäminen siirtyy lähitulevaisuudessa maakuntien vastuulle ja kunnalla ei ole enää yksin päätäntävaltaa palveluiden järjestämisestä eikä myöskään tässä tapauksessa hallinnonalojen välisestä yhteistyöstä. Kunnan vastuulle jää hyvinvoinnin edistäminen, johon kuntia mahdollisesti kannustetaan resurssiohjauksella valtionavustuksien avulla.

Terveyspalveluiden ja liikuntapalveluiden rajapinta on ehdotetussa mallissa fysioterapeutin ja vertaisliikuntaryhmän liikunnanohjaajan välillä. Mikäli terveyspalveluissa ei tässä tilanteessa ole halua fysioterapeutin osoittamiseen liikunnan tarpeen arviointiin, kannattaa kaupungin kuitenkin ottaa potilas pelkästään lääkärin suosituksen perusteella.

Suorat taloudelliset kustannukset kahdella täysipäiväisellä liikunnanohjaajalla sekä käytettävällä sähköisellä järjestelmällä ja ohjaamista helpottavilla välineillä ovat arviolta 120 000 euroa vuodessa.

IKÄÄNTYNEILLE SUUNNATTUJEN PALVELUJEN VÄLIAIKAINEN TEHOSTAMINEN VÄHINTÄÄN VUOTEEN 2027 ASTI

Suurten ikäluokkien terveydentilaan on mahdollista ja tehokasta vaikuttaa liikunnan avulla vielä noin 10 vuoden ajan. Keskimäärin tarkasteltuna terveydenhuollon kustannukset nousevat radikaalista asukkaan täyttäessä 75 vuotta. Rajapyykin siirtäminen jo muutamalla vuodella eteenpäin toisi suuret säästöt terveydenhuollon kustannuksissa.

Kohderyhmä tulisi tavoittaa entistä paremmin ja huolehtia erityisesti keskustaajaman ulkopuolella asuvien mahdollisuuksista liikunnan harrastamiseen. Jopa täysin maksuttomien palvelujen tarjoaminen yli 65-vuotiaille voi olla perusteltua kokonaistaloudellisesti.

Erityisliikunnan ryhmät ovat jo nykyisellään kuormitettuja ja uusille liikuntaryhmille on kysyntää. Tarvitaan valmius ikääntyneiden liikuntaryhmien lisäämiseen joko seutuopiston järjestämänä tai seuroja hyödyntämällä. Ikääntyneet toivovat kyselyiden perusteella lisää ohjattua liikuntaa erityisesti tasapainoilu-, yleis- ja vesiliikuntaryhmien muodossa.

KYLISSÄ ASUVIEN LIIKUNTAMAHDOLLISUUKSIEN TURVAAMINEN

Seuraavan kymmenen vuoden aikana ei ole odotettavissa kylien demografisen tilanteen muuttumista paremmaksi. Kylien asutus tulee ikääntymään keskustaajaman asutusta nopeammin ja asukkaiden määrä tulee myös laskemaan kylissä nopeammin jo ikääntymisestä johtuvan luonnollisen poistuman vuoksi. Näiden tekijöiden vuoksi ei ole perusteltua keskittää liikuntatoimen resursseja haja-asutusalueille, vaikka omatoimisen liikkumisen edellytyksien osalta kaupungin sisäinen epätasa-arvoisuus tulisi kasvamaan.

Keskittäminen ei saa kuitenkaan vaikuttaa kylien asukkaiden toimintakykyä ylläpitävän liikunnan määrään ja sen toteutumisesta tulee huolehtia erillisillä toimenpiteillä. Liikuntamahdollisuuksista tulee huolehtia tarjoamalla erityisesti ikääntyneille ilmaisia tai muodollisen maksun sisältäviä yhteiskuljetuksia keskustaajaman liikuntapalveluiden (sekä muiden peruspalveluiden) äärelle. Kylissä asuvat ikäihmiset kulkevat liikuntapalveluihin nykyisellään kimppakyydein, mutta kuljetuspalvelua toivotaan erityisesti talviaikaan.

Kuljetuksien mahdollisuuksia tulisi tarkastella laajemmin yhdessä muiden hallintokuntien kanssa. Haja-asutusalueilla palveluiden toimittamisessa voidaan löytää uusia malleja, joissa liikuntaan liittyvissä kuljetuksissa suoritetaan myös muiden palveluiden toimittamista. Kaupungin kannattaa harkita ns. peruspalvelukyyditystä, jossa kylillä asuvat pääsisivät kerran tai pari viikossa terveys-, liikunta- ja kulttuuripalveluiden äärelle. Toinen mahdollisuus ikääntyneiden kyyditsemiseen on yhteistyö koulukyydityspalveluiden kanssa.

Kylien liikunnan toiminnallisesta ja sosiaalisesta ympäristöstä huolehtivien seurojen taloudellisesta toimintakyvystä tulee huolehtia tarvittaessa liikuntatoimen tukemana. On todennäköistä, että kylissä toimivat seurat pystyvät järjestämään ohjattuja liikuntapalveluja kustannustehokkaammin kuin kaupunki. Tämän vuoksi on järkevää pyrkiä tilanteeseen, jossa seurat järjestävät erityisesti ikääntyneille terveyttä edistävää toimintaa ostopalveluna.

Liikuntatoimen toiminnot ja viestintä

VIESTINTÄ JA TIEDOTUS LIIKUNTAMAHDOLLISUUKSISTA

Kyselyiden perusteella asukkaat haluaisivat saada tietoa liikuntapalveluista kotiin jaettavasta esitteestä/tiedotuslehdestä. Tämä tiedotuskanava tavoittaisi kyselyiden perusteella laajimmin ja tehokkaimmin kaikki väestöryhmät. Kaupunki voisi lanseerata kotiin jaettavan liikuntapalveluiden tiedotuslehden ns. Sport Pieksämäki -lehden, joka ilmestyisi kahdesti vuodessa (syksyllä ja keväällä). Esitteessä tiedotettaisiin kunnan liikuntapaikoista, -palveluista, seuroista ja liikuntayrityksistä. Tiedotuslehti voidaan toteuttaa myös yhteistyössä kulttuuripalveluiden kanssa.

Sport Pieksämäki -brändiä kannattaa jatkokehittää ja suunnata brändiä huomioimaan entistä paremmin fyysisesti inaktiivisia asukkaita. Brändin rakentamisessa on mahdollista hyödyntää kulttuuripalveluita, mikäli kulttuuripalveluilla on tarvetta oman julkikuvansa kehittämisessä houkuttelevammaksi.

Ikääntyneitä on kyselyn perusteella hankalin tavoittaa Sport Pieksämäki -sivujen kautta. He hyötyisivät parhaiten kotiin jaettavasta materiaalista. Kaikille yli 65-vuotiaille lähetettäisiin tiedotuslehtinen, jossa kerrotaan ikääntyneille suunnatuista liikuntapalveluista ja -mahdollisuuksista. Lehtisessä tiedotettaisiin myös ikääntyneiden liikuntasuosituksista ja kerrotaan vinkkejä liikunta-aktiivisuuden lisäämiseen.

ASUKKAIDEN MAHDOLLISUUS VARATA KAUPUNGIN LIIKUNTAPAIKKOJA

Kyselyissä esille tulevat asukkaiden toivomukset liikuntapaikkojen vapaavuoroista. Varausjärjestelmä tulisi mahdollistaa (tosiasiallinen mahdollistaminen) myös yksittäisille kuntalaisille. Tämä lisäisi liikuntapaikkojen spontaania käyttöä ja parantaisi käyttöastetta. Liikuntapaikkojen tarjoamisessa asukkaille kannattaa hyödyntää teknisiä ratkaisuja, joilla varauspalvelut saadaan asukkaiden älypuhelimiin. Palveluiden varaamisen helppous mahdollistaa spontaanin liikuntapaikkojen käyttämisen ja kannustaa myös uusyhteisölliseen liikuntapaikkojen käyttöön (asukkaiden muodostamat löyhästi organisoidut harrasteporukat).

Tavoitteena voisi olla järjestelmä, jossa jokainen kuntalainen voi varata vuoron mistä tahansa liikuntapaikasta kahdessa minuutissa vuoteen 2020 mennessä.

LIIKUNTAPALVELUIDEN JA -PAIKKOJEN HINNOITTELU

Liikuntapalveluiden nykyinen hinnoittelu on epäselvä ja vaikeasti ymmärrettävä. Hinnoittelua tulisi yksinkertaistaa ja tuotteistaa palveluja entistä helpommiksi ja houkuttelevimmiksi.

Ikäihmisten maksujen yksinkertaistaminen on ajankohtaisinta, sillä tämän väestöryhmän kohdalla liikunnallistamistoimenpiteillä on suurin kiire. Tällä hetkellä erityisliikuntaryhmien ja seniorikorttien hinnoittelu on epäselvää.

Tarpeellista on myös seurojen aikuisten liikuntasalivuorojen hinnoittelun yksinkertaistaminen. Nykyinen hinnoittelu perustuu seuran harjoitusvuorojen määrään viikossa, mutta maksu on suurimmillaankin 150 euroa kaudessa. Maksun merkitys on nimellinen kaupungille ja myös suurimmalle osalle seuroista. Mikäli maksujärjestelmän pyörittäminen on työlästä, kannattaa harkita siirtymistä vain yhteen maksuluokkaan tai maksuista kokonaan luopumista.

Sport Pieksämäki -liikuntakortin käyttöönotto voi aktivoida asukkaita käyttämään enemmän liikuntapaikkoja ja selkiyttäisi maksupolitiikkaa paljon liikkuvilla. Vuosimaksullisella kortilla asukas voisi käyttää rajattomasti kaupungin liikuntapaikkoja.

LIIKUNTATOIMEN ASIAKASPALVELU

Tiedonhankinnan aikana on ilmennyt epäselvyyksiä liikuntatoimen vastuualueista ja vastuuhenkilöistä. Tämän vuoksi liikuntatoimen organisaatiota olisi hyvä selkiyttää myös ulkoisessa viestinnässä. Erityisesti seurat kaipaavat vastuuhenkilöä, joka vastaa yhteydenpidosta seurojen kanssa.

Asukkaiden vaikutusmahdollisuuksien ja osallisuuden lisäämiseksi liikuntapalveluilla tulisi olla palautejärjestelmä, johon asukkaat voivat ilmoittaa esimerkiksi häiriötiloista liikuntapaikoilla tai kehitysehdotuksia. Sähköisiä palautejärjestelmiä on lukuisia, mutta tärkeintä järjestelmästä riippumatta on lähetettyyn palautteeseen vastaaminen, vaikka palaute ei johtaisikaan toimenpiteisiin.

KUNTALAISTEN OSALLISTAMINEN

Liikuntatilojen vuorovaikutteisen suunnittelun ja avoimen tiedottamisen avulla otetaan huomioon käyttäjien ja alueen asukkaiden tarpeet. Yhteistyössä muiden hallintokuntien kanssa liikuntatoimi tiedottaa suunnitteilla olevista hankkeista ja kartoittaa asukastilaisuuksissa liikuntapaikkojen käyttäjien tarpeita.

Seurojen ja yksityisten toimijoiden toimintaedellytykset

UUDET AVUSTUSKANAVAT JA -TAVAT

Kaupungin avustusten rinnalla seuroille tarjotaan apua uusien avustuskanavien löytämiseen. Yksi kaupungin virkamies voisi tutustua EU:n ja muiden tahojen rahoitusmahdollisuuksiin, joista tiedotetaan seuroja. Seurat voivat virkamiehen avustuksella hakea uusia tukia toimintansa kehittämiseen. Jos seura saa tukea, kaupunki ottaa osaa hankkeeseen omalla rahoitusosuudellaan.

Yleinen toiminta-avustus ei ole tehokkain tapa seurojen taloudelliseen tukemiseen, sillä se ei kannusta toiminnan kehittämiseen ja jatkuvuuden varmistamiseen. Kaupungin kannattaisi siirtyä yleisestä toiminta-avustuksesta hankeavustuksiin vuoteen 2027 mennessä. Hankeavustusten avulla kaupunki voi paremmin tukea toiminnan suunnitelmallista kehittämistä ja keskittää taloudellista tukeaan terveysliikuntaa tukevaan seuratoimintaan.

SEUROJEN TOIMINNASTA TIEDOTTAMINEN

Seurojen toiminnasta voisi tiedottaa liikuntapalveluiden kahdesti vuodessa ilmestyvässä Sport Pieksämäki -lehdessä. Tiedotuslehdessä kerrottaisiin lyhyesti seurojen toiminnasta ja nostettaisiin jokaisessa julkaisussa muutama seura tai liikuntalaji tarkempaan tarkasteluun.

LIIKUNTAPAIKKOJEN HARJOITUSVUOROJEN JAKAMINEN

Kaupunki voisi tehdä kokeilun uudesta vuorojen jakamisen menetelmästä, jossa saman lajin tai samaa liikuntapaikkaa käyttävät seurat jakavat käytettävissä olevat vuorot keskenään. Toimintamalli lisäisi vuoropuhelua seurojen välillä ja mahdollisesti tuottaisi uusia tehokkaampia tapoja käyttää liikuntapaikkoja.

YHTEISTYÖN LISÄÄMINEN KAUPUNGIN KANSSA JA SEUROJEN VÄLILLÄ

Liikuntatoimen urheiluseuroista vastaava virkamies ylläpitää ja koordinoi ostopalveluiden hankkimista urheiluseuroilta ja välittää palveluita muille hallintokunnille.

SEUROJEN LAJISOSAAMISEN HYÖDYNTÄMINEN LIIKUNTAPAIKKASUUNNITTELUSSA

Liikuntapaikkahankkeiden asukkaiden kuulemisvelvollisuuteen kuuluisi myös seurojen lajituntemuksen ja -näkemyksen hyödyntäminen hankesuunnittelussa. Suunnitteilla olevaa liikuntapaikkaa tulevaisuudessa käyttäviä seuroja kuultaisiin ennen toimenpiteitä tai valtuustokäsittelyä.

LIIKUNTA-ALAN YRITTÄJIEN PALVELUTARJONNAN OHJAAMINEN KOHTI LIIKUNNASTA ENITEN HYÖTYVIÄ VÄESTÖRYHMIÄ

Kaupungin tulisi selvittää mahdollisuudet tukea yksityisiä liikunta-alan yrittäjiä kaupungin näkökulmasta merkittävien väestöryhmien liikuttamisessa (inaktiiviset ja ikääntyneet).

Kaupunki voisi esimerkiksi luovuttaa kaupungin liikuntatiloja yksityiselle toimijalle ilmaiseksi tai yhdistyksiltä veloitettavaan hintaan, mikäli palvelu on suunnattu liikunnasta eniten hyötyville väestöryhmille ja kaupungin ei kannata itse tuottaa samaa palvelua. Tukikriteerien tulisi olla erittäin selvät ja läpinäkyvät sekä tukipolitiikassa täytyy huomioida tarkasti kilpailulainsäädäntö.

Yhteenveto: Toimenpiteet päätavoitteen saavuttamiseksi

PAINOPISTEET

TOIMENPIDE-EHDOTUKSET

PÄÄTAVOITE: ASUKKAIDEN LIIKUNTA-AKTIIVISUUDEN LISÄÄMINEN JA ERITYISESTI VÄHÄN LIIKKUVIENOSUUDEN PIENENTÄMINEN KAIKISSA IKÄRYHMISSÄ.

Liikuntapaikkaverkoston laadun kehittäminen ja käyttöasteen nostaminen

- LIIKUNTAPAIKKAVERKOSTON KESKITTÄMINEN
- SISÄLIIKUNTAPAIKKOJEN PERUSPARANNUKSET
- LIIKUNTAPAIKKOJEN MERKITYKSELLISTÄMINEN
- LÄHILIIKUNTAPAIKKAVERKOSTON LAAJENTAMINEN JA LEIKKIPUISTOJEN KUNNOSTAMINEN
- LUONTOLIIKUNTA JA ULKOILUREITISTÖJEN KEHITTÄMINEN
- KEVYEN LIIKENTEEN VERKOSTON KUNNON SELVITTÄMINEN

Terveysliikuntapalveluiden organisointi ja kohdistaminen liikunnasta eniten hyötyviin väestöryhmiin

- VARHAISIKÄISTEN LIIKUNTA-MAHDOLLISUUKSIEN LISÄÄMINEN
- KUNTOILIJAN POLKU KOULUIKÄISILLE
- LIIKUNTAHARRASTUSTEN ORGANISOINTI YHDESSÄ KULTTUURITOIMEN KANSSA
- KOULUPÄIVÄN AIKAISEN ISTUMISEN VÄHENTÄMINEN
- KAUPUNKITAPAHTUMIEN JÄRJESTÄMINEN YHDESSÄ KULTTUURITOIMEN KANSSA
- LIIKUNTANEUVONTAPALVELUIDEN TEHOSTAMINEN
- IKÄÄNTYNEILLE SUUNNATTUJEN PALVELUJEN TEHOSTAMINEN

Liikuntatoimen toimintojen selkiyttäminen ja viestinnän parantaminen

- LIIKUNTAMAHDOLLISUUKSISTA TIEDOTTAMISEN KEHITTÄMINEN
- ASUKKAIDEN MAHDOLLISUUS VARATA KAUPUNGIN LIIKUNTAPAIKKOJA
- LIIKUNTAPALVELUIDEN JA -PAIKKOJEN HINNOITTELUN SELKIYTTÄMINEN
- LIIKUNTATOIMEN ASIAKASPALVELUN KEHITTÄMINEN
- KUNTALAISTEN OSALLISTAMISEN LISÄÄMINEN

Seurojen ja yksityisten toimijoiden toimintaedellytysten kehittäminen ja yhteistyön parantaminen

- UUDET AVUSTUSKANAVAT JA -TAVAT
- SEUROJEN TOIMINNASTA TIEDOTTAMINEN
- LIIKUNTAPAIKKOJEN HARJOITUSVUOROJEN JAKAMINEN
- YHTEISTYÖN LISÄÄMINEN KAUPUNGIN JA SEUROJEN VÄLILLÄ
- SEUROJEN LAJIOSAAMISEN HYÖDYNTÄMINEN LIIKUNTA-PAIKKASUUNNITTELUSSA
- YKSITYISTEN TOIMIJOIDEN PALVELUIDEN OHJAAMINEN KOHTI VÄHITEN LIIKKUVIA VÄESTÖRYHMIÄ

Liikkuuko Pieksämäki? –projektin tiedonhankinnan raportit

LIIKKUUKO PIEKSÄMÄKI?
– Pieksämäkeläisten liikuntakulttuurin nykytila

LIIKKUUKO PIEKSÄMÄKI?
– Liikuntaseurojen toimintaedellytykset

Raportit ovat luettavissa osoitteessa:
www.sport.pieksamaki.fi

Urhes
LIIKUNTASUUNNITTELU