

## Savitaipaleen liikkumishjelma 2020–2022

Teemu Lepistö



|  |   |
|--|---|
| <b>Tekijä</b><br>Teemu Lepistö   |   |
| <b>Koulutusohjelma</b><br>Liikuntajohtamisen ja valmennuksen YAMK koulutusohjelma  |   |
| <b>Raportin/Opinnäytetyön nimi</b><br>Savitaipaleen liikkumishjelma 2020–2022  | <b>Sivu- ja liitesivumäärä</b><br>54 + 18 |
| <p>Tämän kehittämistyön tavoite on laatia Savitaipaleen kuntaan liikkumishjelma vuosille 2020–2022. Henkilöstömuutoksista johtuen Savitaipaleella ei ole ollut liikuntatoimenohjaajan viranhaltijaa kesän 2018 ja 2019 syksyn välillä. Liikkumishjelma selkeyttää liikuntatoimenohjaajan työn tavoitteita ja toimintaa lähivuosina. Lisäksi tämän kehittämistyön tavoitteena on luoda ohjeistus liikkumishjelman tekemiseen tulevaisuudessa. Kehittämistyössä kartoitetaan savitaipalelaisten liikunta-aktiivisuutta ja kunnan liikuntapalveluiden ja liikuntapaikkojen nykytilannetta. Liikkumishjelman tarkoituksena on toimia tulevaisuudessa Savitaipaleen liikuntatoimen ohjenuorana.</p> <p>Kehitystyön teoreettinen viitekehys koostuu benchmarkingista, verkostojen johtamisesta ja liikuntasuosituksista. Liikkumishjelmaa varten perustettiin työryhmä, johon kuuluvat sivistysjohtaja, sivistystoimen palvelusihteri, terveyden ja hyvinvoinnin palvelujohtaja sekä liikuntatoimenohjaaja. Lähtötilannetta kartoitettiin kuntalaisille teetetyllä liikuntakyselyllä ja teettämällä SWOT-analysit kunnan liikunnan nykytilasta seura- ja liikuntafoorumeissa. Liikuntakyselyssä kartoitettiin kuntalaisten liikunta-aktiivisuutta, liikuntamuotoja, liikuntapaikkojen suosiota, liikunnan harrastamisen arvoja, tietolähteitä liikuntamahdollisuuksien tutkimiseen ja liikunnan kehityskohteita. Liikuntakyselyyn vastasi 145 kuntalaista, joka on 4,2 % Savitaipaleen asukasmäärästä. Seura- ja liikuntafoorumeissa teetettyihin SWOT-analyyseihin vastasi kahdeksan osallistujaa. Vastauksista saatiin tietoa Savitaipaleen liikunnan nykytilasta ja toimintaympäristössä tapahtuvista muutoksista. Näiden lisäksi kehittämistyön työn tuloksissa huomioitiin kunnan hankkeissa teetettyjen kyselyiden ja kansallisen kouluterveyskyselyiden tulokset. Liikuntakyselyn suurella vastausmäärän ansiosta ja eri kyselyiden sekä tiedonkeruumuotojen tulosten perusteella saatiin koottua luotettavaa tietoa kunnan liikkumishjelman alkutilanteesta. Tutkimusaineiston perusteella liikkumishjelmatyöryhmä laati huhtikuussa 2020 liikkumishjelman, joka on toimenpiteinen ja tavoitteinen liikuntatoimen toimintasuunnitelma vuosina 2020–2022.</p> <p>Työn tuloksena syntyi Savitaipaleen liikkumishjelma 2020–2022 (liite 3). Lisäksi työn tuloksena syntyi ohjeistus liikkumishjelma tekemiseen tulevaisuudessa (kappale 7.2). Koronaviruksen aiheuttamien toimenpiteiden vuoksi liikkumishjelman jalkautus siirtyy vuoden 2020 toukokuulta kesäkuukausille. Liikkumishjelmaa tehtäessä otettiin huomioon alkukartoituksessa nousseet kehittämiskohteet: liikunta-aktiivisuuden edistäminen eri ikäluokissa; yhteistyön, viestinnän ja tiedottamisen parantaminen, sekä liikunnan olosuhteiden ja mahdollisuuksien kehittäminen. Näiden kehittämiskohteiden tavoitteiden toteutumisesta vastaa liikuntatoimenohjaaja. Liikkumishjelma jalkautetaan vaiheittain kesän 2020 aikana sivistyslautakunnan hyväksymisen jälkeen koronaviruksen aiheuttamat rajoitteet huomioiden. Jatkotutkimuksena olisi mielenkiintoista suorittaa liikuntakysely vuonna 2021, jonka tulosten perusteella voitaisiin kehittää liikkumishjelman toimenpiteitä viimeiselle toimintavuodelle.</p> |   |
| <b>Asiasanat</b><br>Benchmarking, benchmarking prosessi, verkostotyö, kuntastrategia   |   |

## Sisällys

|       |   |    |
|-------|---|----|
| 1     | Johdanto .....  | 1  |
| 2     | Benchmarking .....  | 3  |
| 2.1   | Benchmarkingin synty .....                                    | 3  |
| 2.2   | Benchmarking käytännössä .....                                | 4  |
| 2.3   | Benchmarkingin tyypit .....                                   | 4  |
| 2.4   | Benchmarking prosessi .....                                   | 5  |
| 2.5   | Eettiset periaatteet benchmarkingissa .....                   | 6  |
| 3     | Verkostojen johtaminen .....                                  | 7  |
| 3.1   | Verkostotyö .....   | 7  |
| 3.2   | Johtajuus .....   | 7  |
| 3.3   | Oppien yhdessä .....  | 8  |
| 3.4   | Verkostotyön haasteet .....                                   | 9  |
| 4     | Liikuntasuositukset .....                                     | 11 |
| 5     | Kehittämistyön tavoite ja menetelmät .....                    | 13 |
| 6     | Kehittämistyön vaiheet .....                                  | 14 |
| 6.1   | Benchmarking-prosessi .....                                   | 15 |
| 6.1.1 | Benchmarking-kohteen määrittely .....                         | 15 |
| 6.1.2 | Benchmark-organisaatioiden tunnistaminen ja vertailu .....    | 15 |
| 6.1.3 | Savitaipaleen kunta .....                                     | 16 |
| 6.1.4 | Pielaveden kunta .....  | 18 |
| 6.1.5 | Tavoitteiden asettaminen .....                                | 21 |
| 6.2   | Verkostotyö Savitaipaleella .....                             | 22 |
| 6.2.1 | Seurafoorumi .....  | 22 |
| 6.2.2 | Liikuntafoorumi .....   | 25 |
| 6.3   | Liikuntakysely .....  | 26 |
| 6.3.1 | Liikuntakyselyn tulokset .....                                | 26 |
| 6.4   | Muut kyselyt .....  | 36 |
| 6.5   | Toimintaympäristön muutokset .....                            | 37 |
| 7     | Työn tulokset .....   | 39 |
| 7.1   | Toimenpiteet liikkumishjelmakaudelle .....                    | 39 |
| 7.1.1 | Liikunta-aktiivisuuden edistäminen eri ikäluokissa .....      | 40 |
| 7.1.2 | Yhteistyön, viestinnän ja tiedottamisen kehittäminen .....    | 43 |
| 7.1.3 | Liikunnan olosuhteiden ja mahdollisuuksien kehittäminen ..... | 44 |
| 7.2   | Miten liikkumishjelma rakennetaan tulevaisuudessa? .....      | 44 |
| 7.2.1 | Vuosittaiset toimenpiteet .....                               | 45 |
| 7.2.2 | Strategiakausittain tehtävät toimenpiteet .....               | 45 |
| 7.2.3 | Foorumien kehittämissuunnitelma .....                         | 46 |

|   |    |
|---|----|
| 8 Pohdinta.....                                       | 48 |
| Lähteet .....   | 52 |
| Liitteet.....   | 55 |
| Liite 1. Liikuntakysely 2020.....                     | 55 |
| Liite 2. SWOT-analyysi.....                           | 65 |
| Liite 3. Savitaipaleen liikkumishjelma 2020–2022..... | 66 |

# 1 Johdanto

Sydämellä, sovussa ja sisulla. Nämä ovat Savitaipaleen kunnan toimintaa ohjaavat arvot, jotka tarkoittavat toiminnan olevan ihmisläheistä, toiminnassa kannetaan vastuuta muista ja toiminta kehittää kuntaa kestäväällä tavalla. Nämä arvot ohjaavat myös Savitaipaleen liikuntatoimen toimintaa.

Savitaipale sijaitsee Etelä-Karjalassa. Kunnan asukasluku on 3429, joista 15-vuotiaita on 10,9 %, 15–64-vuotiaita 51,5 % ja yli 64-vuotiaita 37,6 %. Ennusteen mukaan Savitaipaleen asukasmäärä vähenee 2018 vuodesta 2025 vuoteen 374 henkilöllä. (Tilastokeskus 2019). Väestörakenteeseen ja pienenevään asukasmäärään vaikuttavat matala syntyvyys ja muuttoliike. Kuntatalouden kehitys ja resurssien vähäisyys ovat tulevaisuudessa Savitaipaleen haasteena. On tärkeää miettiä mitä palveluita pienen kunnan kannattaa itse tarjota ja mitä palveluita voidaan tarjota yhteistyössä muiden sidosryhmien kanssa.

Liikuntapalvelut ovat Savitaipaleen näkyvimpiä palveluita ja kuntaa onkin kutsuttu liikkujan paratiisiksi. Tulevaisuudessa liikunnan merkitys tulee korostumaan ja ilman kehittämistyötä ei voida varautua muutoksiin ilmastossa tai väestö- ja palvelurakenteessa. Tämän takia Savitaipaleelle tarvitaan oma liikunnan kehittämisohjelma, jonka avulla varaudutaan tulevaisuuden haasteisiin ja luodaan mahdollisuuksia kuntalaisten liikunta-aktiivisuuden ylläpitämiseksi ja parantamiseksi. Savitaipaleen kunnalla ei ollut vuonna 2019 olemassa olevaa liikkumisen kehittämisohjelmaa, mutta kunnassa on noudatettu liikuntalain velvoitteita.

Kunnan tulee luoda edellytykset asukkaiden liikunnalle kehittämällä alueellista ja paikallista yhteistyötä, järjestää hyvinvointia ja terveyttä edistävää liikuntaa, tukea seura- ja kansalaistoimintaa, tarjota ja rakentaa liikuntapaikkoja sekä huolehtia niiden ylläpidosta sekä järjestää kaikille kuntalaisille liikuntatoimintaa erityisryhmät huomioiden (Liikuntalaki 2015, 5 §.). Liikuntalain lisäksi uudessa liikunnan kehittämisohjelmassa otetaan huomioon kunta- ja terveydenhuoltolain velvoitteet: Kuntalaisilla on pitää olla mahdollisuus tulla kuulluksi ja oikeus vaikuttaa palveluita koskevaan päätöksentekoon ja kehittämiseen sekä suunnittelu- että päätöksentekovaiheessa (Kuntalaki 1995, 22§). Kunnan pitää arvioida asukkaitensa liikunta-aktiivisuutta terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi (Terveydenhuoltolaki 2010, 12§).

Tekniikan kehittymisen myötä suomalaisten elintavat ovat muuttuneet, mikä näkyy ylipainon ja elintapasairauksien lisääntymisenä. Liikunta, terveellisen ruokavalion ohella, ehkäisee sairauksia, lisää toimintakykyä ja parantaa terveyttä (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020). UKK-instituutti päivitti aikuisväestön ja ikääntyneiden liikuntasuosituksen vuonna

2019 vastaamaan nykypäivän tarpeita. Liikunta-, kunta- ja terveydenhuoltolaki koskevat koko Suomea, joten hyviä käytänteitä kannattaa etsiä myös muista kunnista. Vertailemalla muiden kuntien liikunnan kehittämisohjelmien käytänteitä, tutkimalla tuoreita liikuntasuosituksia ja kuulemalla kuntalaisia luodaan liikkumisohjelmalle vahva tietoperusta.

Tämän kehittämistyön tavoitteena on laatia liikunnan kehittämisohjelma Savitaipaleen kuntaan vuosille 2020–2022. Lisäksi tavoitteena on tehdä ohjeistus liikunnan kehittämisohjelman luomiseen tulevaisuudessa. Liikunnan kehittämisohjelma toimii tavoitteineen ja toimenpiteineen vuosina 2020–2022 liikuntatoimen ohjenuorana. Kehittämisohjelmassa otetaan huomioon myös yhteistyö eri sidosryhmien kanssa ja toimenpiteiden seuranta erilaisilla mittareilla. Kehittämisohjelmalla varmistetaan kunnan liikuntapalveluiden elinvoimaisuus, joka palvelee tulevaisuudessa kuntalaisten lisäksi myös liikuntamatkailijoita ja kesäasukkaita. Kehittämistyössä käytetään parhaiden käytänteiden löytämiseen benchmarking-menetelmää, joka on esitetty kappaleissa 2. ja 4.

## 2 Benchmarking

Benchmarking termille ei ole olemassa yksisanaista suomalaista käännöstä. Eräissä lähteissä siitä on käytetty termiä vertailujohtaminen, mutta kyseessä on kuitenkin enemmän analysointimenetelmästä kuin johtamistavasta. Termit esikuva-analyysi, valioanalyysi ja vertailuanalyysi perustuvat tähän tulkintaan. (Maamies 1997.) Koska benchmarking sanalle ei ole olemassa yleisesti käytettävää suomenkielestä vastinetta, käytetään siitä sen englanninkielistä termiä. Nivan ja Tuomisen mukaan (2005, 106) benchmarking on prosessi, jossa tunnistetaan erinomaisia esikuvia ja parhaita tapoja menetellä, opitaan niistä ja sovelletaan oppi oman toiminnan kehittämiseen.

### 2.1 Benchmarkingin synty

Esimerkillisten tapojen opetuksellinen vaikutus on tiedostettu jo kauan aikaa sitten: ennen ajanlaskun alkua lääketieteessä oli normaalia kuvailla uusia hoitomuotoja ja levittää niistä tietoa. 1800-luvulla japanilaiset alkoivat tutkia järjestelmällisesti muun maailman esikuvia, kuten kulttuuria Ranskassa ja pankkitoimintaa Saksassa. (Karlöf, Lundgren & Froment 2003, 36.) Liiketoiminnassa benchmarkingin esi-isänä pidetään Robert C. Campia, joka toimi amerikkalaisessa Xerox-yhtiössä. Yhtiö keksi vuonna 1959 valokopiokoneen ja nautti markkinoiden monopoliasemasta painomenetelmää koskevan patenttinsa ansiosta kahden vuosikymmenen ajan. Patentti umpeutui 1970-luvulla ja vuoteen 1981 mennessä yhtiön markkina-asema oli tippunut 35 prosenttiin kilpailijoiden mukaantulon myötä. Robert C. Camp aloitti tämän seurauksena yhtiössä benchmarking-menetelmän käytön. Yhtiö ei käyttänyt benchmarking-kohteina pelkästään valokopiokonemarkkinoiden kilpailijoita, vaan haki taitotietoa myös alan ulkopuolelta. Toimenpiteiden vaikutukset olivat merkittäviä: laatuviat vähenivät 66 %, valmistuskulut puolittuivat, tuotekehitykseen menevä aika väheni 66 % ja 35 % kasvu volyymissa saatiin toteutettua puolet pienemmällä henkilöstöllä. (Karlöf ym. 2003, 36; Total Quality Management 2008.) Robert C. Camp on kirjoittanut Xeroxin uuden nousun jälkeen kolme kirjaa benchmarkingista. Campin (1989) esikoisteos *The Search for Industry Best Practices That Lead to Superior Performance* ilmestyi vuonna 1989. Camp käyttää kirjan nimen käännöstä ”parhaiden käytänteiden etsinnät, jotka johtavat erinomaiseen lopputulokseen” benchmarkingin määritelmänä (Total Quality Management 2008).

## 2.2 Benchmarking käytännössä

Benchmarkingin ajatuksena on muilta oppiminen sekä oman toiminnan kyseenalaistaminen ja kriittinen tarkastelu. Benchmarking-tapaa käytetään usein laatujärjestelmien ja prosessien kehittämisen välineinä. Vertailun avulla tunnistetaan heikkoudet omassa toiminnassa sekä laaditaan niille kehityssuunnitelmia. Benchmarking toteutetaan usein vierailemalla vertailukohtana olevassa organisaatiossa. (Kuusisto 2013, 96.) Benchmarkingilla tarkoitetaan oman organisaation toiminnan vertaamista ulkopuolisiin käytäntöihin ja tästä saadun tiedon hyödyntämistä oman liiketoiminnan kehittämisessä. Laajimmassa tulkinnassa kaikki vertailu ulkopuolisiin kohteisiin voidaan katsoa olevan benchmarkingia, esimerkiksi kilpailijavertailut tai vierailut muissa organisaatioissa. Benchmarkingiksi ymmärretään kuitenkin usein järjestelmällinen oman ja ulkopuolisten organisaatioiden suorituskyvyn vertailu sekä siihen johtavien menestystekijöiden analysointia, selvittämistä ja parantamista. (Kaivos, Laamanen, Salonen & Valpola 1995, 10.)

Benchmarking-projektin toteuttajia ovat henkilöt, jotka työskentelevät parannettavana olevassa prosessissa. Prosesseista vastaavat ja käytännön työtä tekevät henkilöt vaihtavat kokemuksia toisen organisaation vastaavien ihmisten kanssa. Yhteistyön avulla saadaan käsitys siitä, mitä on mahdollista saavuttaa. Benchmarking kannustaa ja motivoi kehittämään olemassa olevia toimintatapoja. Se luo siis edellytykset oppimiselle ja osallistumiselle, mikä on menetelmän selvä bonus. (Strömmer 1998, 6.)

Benchmarking rinnastetaan välillä kilpailija-analyysiin, mutta ne eroavat kuitenkin monessa suhteessa. Kilpailija-analyysissä kohteena ovat kilpailijat, kun benchmarkingissa tutkitaan hyviä käytänteitä alasta riippumatta. Kilpailija-analyysissä huomio keskittyy tunnusluokuihin, kun benchmarkingissa analysoidaan mitkä tekijät ovat tunnuslukujen takana. Kilpailija-analyysin toteuttavat yleensä tulosvastuulliset henkilöt, kun benchmarkingissa on mukana prosessissa työskentelevät ihmiset. (Strömmer 1998, 6.) Benchmarking-kohteena voi siis olla kilpailija, mutta benchmarkingia ei voida luokitella kilpailija-analyysiksi.

## 2.3 Benchmarkingin tyypit

Benchmarkingin voi jakaa kolmeen erilaiseen kategoriaan. Näitä kaikkia kolmea kategoriaa tarvitaan kokonaiskuvan muodostamiseen benchmarkingissa. (Shmula 2017.)

1. Prosessin benchmarkingissa verrataan omia toimintatapoja markkinoiden parhaisiin käytäntöihin.



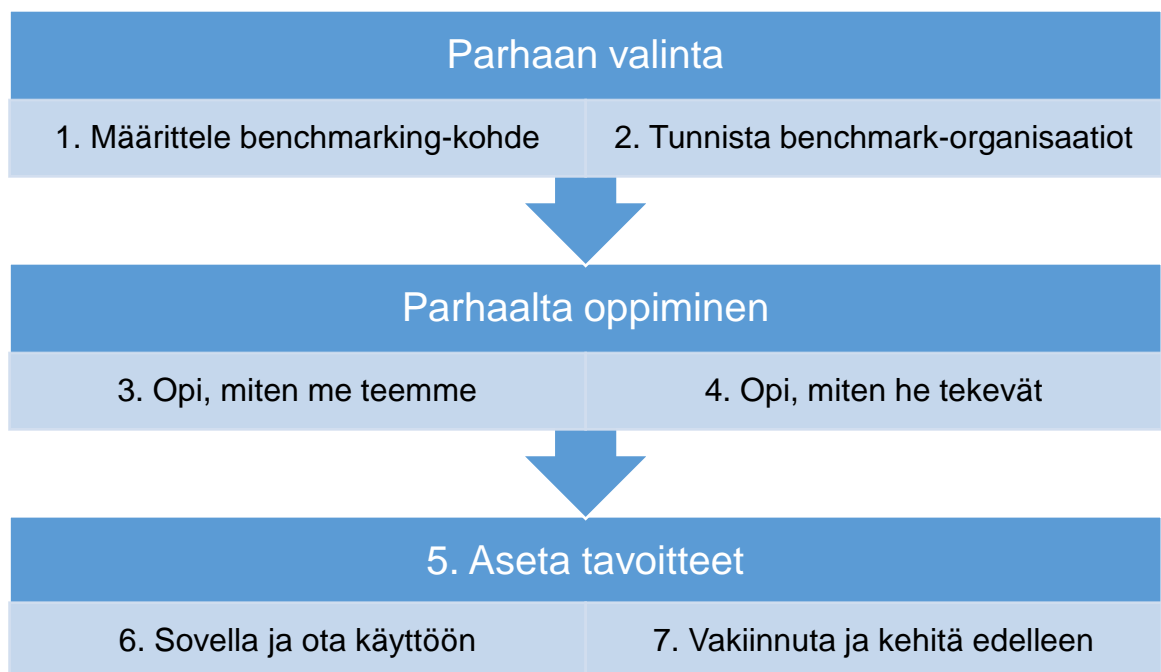
2. Vertailevassa benchmarkingissa keskitytään vertaamaan omia suorituskykymittareita menestyneimpien organisaatioiden jo aiemmin kerättyihin tunnuslukuihin, jonka perusteella voidaan määrittellä menestyksen syitä.
3. Strategisessa benchmarkingissa perehdytään markkinoita johtavien organisaatioiden pitkän tähtäimen suunnitelmiin, joiden perusteella voidaan realistisemmin varautua markkinoiden kehittymiseen.

Vertailukohtien löytämisessä voi käyttää kolmea erilaista benchmarking-tyyppiä. Nämä ovat sisäinen, ulkoinen ja toiminnallinen benchmarking. Sisäistä benchmarkingia käytetään usein tytäryhtiörakenteissa, jolloin toiminta pysyy organisaation sisäpuolella. Sisäisen benchmarkingin vahvuuksia ovat tietojen helppo saatavuus ja ajankäyttö: ulkoisen benchmarking-kumppanin etsimiseen ei kulu aikaa ja yhtiön sisäiset tiedot ovat automaattisesti käytettävissä. Sisäisen benchmarkingin heikkoutena on, että parhaan mahdollisen käytännön löytyminen organisaation sisältä ei ole niin todennäköistä kuin vertailtaessa muihin organisaatioihin. Ulkoisessa benchmarkingissa organisaatio vertaa toimintaa ulkopuoliseen vertailukohtaan. Benchmarking-kumppaniksi valitaan joko kilpailijoita tai muilla, kuten ulkomaan, markkinoilla toimivia saman alan toimijoita. Kilpakumppanin kanssa tehtävä benchmarking mahdollistaa organisaation oman markkina-aseman selvittämisen. Vertailtavuus on usein helppoa ulkoisessa benchmarkingissa, joka mahdollistaa ammatillisen tason nousemisen korkealle. Riskinä kilpailijoiden välisessä benchmarkingissa on, että huomio kiinnittyy kilpailullisiin tekijöihin eikä erinomaisiin käytänteihin. Toiminnallisessa benchmarkingissa vertaillaan organisaation palveluita, tuotteita ja työskentelyprosesseja toimijoihin, jotka ovat osoittautuneet erinomaisiksi alasta riippumatta. Toiminnallisesta benchmarkingista käytetään myös termiä geneerinen benchmarking. Tällä termillä viitataan sen yleispätevyyteen: omaa toimintaa verrataan ympäröivään maailmaan riippumatta siitä, mistä erinomaisuus lopulta löytyy. Toiminnallinen benchmarking vaatii onnistuakseen positiivisen ja suorituskeskeisen ilmapiirin, jolloin uudet ideat ja oivallukset saadaan paremmin otettua mukaan toimintaan. (Karlöf & Östblom 1993, 67–73.)

## **2.4 Benchmarking prosessi**

Nivan & Tuomisen (2005, 60) mukaan benchmarking-prosessi voidaan kuvata seitsemänvaiheisella benchmarking-mallilla, joka esitellään kuviossa 1. Ensimmäisessä vaiheessa yritys valitsee tärkeän kehityskohteen menestyksen kannalta sekä määrittelee suorituskykymittarit. Hyvän kohde lisää sekä asiakastyytyväisyyttä että sisäistä tehokkuutta. Kohteen valinta vaatii johtajien arvioinnin ja päätöksen. Toisessa vaiheessa tunnistetaan malliksi sopivat yritykset, jotka ovat kehitettävissä asiassa omaa yritystä selvästi edellä. Parhaat yritykset voivat löytyä oman emoyhtiön sisältä, kilpailijoista, samalta alalta tai alan

ulkopuolelta. Kolmannessa vaiheessa rajataan, kuvataan, mitataan ja ymmärretään oman yrityksen prosesseja. Oppimalla ensin omien toimintatapojen periaatteet, voidaan aloittaa vertaaminen parempiin yrityksiin. Neljännessä vaiheessa tutustutaan valitun yrityksen toimintatapoihin samalla periaatteella kuin oman yrityksen prosessit käytiin lävitse. Tässä vaiheessa tehdään vertailu, jonka perusteella valitaan parhaat prosessit ja toimintatavat. Viidennessä vaiheessa asetetaan välittömästi toteutettavat tavoitteet sekä tavoitteet johon pyritään pidemmällä aikavälillä. Tässä vaiheessa on tärkeää ymmärtää suorituskyvyn taustalla olevat tekijät. Kuudennessa vaiheessa laaditaan toteuttamissuunnitelma ja muutokset toteutetaan. Tässä vaiheessa sovelletaan löytyneitä toimintatapoja ja benchmarking-suoritusta tukevia elementtejä omaan prosessiin. Viimeisessä, seitsemännessä, vaiheessa säännöllisellä mittauksella varmistetaan tavoitteiden saavuttaminen ja jatketaan kehitystyötä jatkuvan kehittämisen periaatteella. (Niva & Tuominen 2005, 35–44.)



Kuvio 1. Benchmarking-prosessin vaiheet

## 2.5 Eettiset periaatteet benchmarkingissa

Benchmarking perustuu kumppanien väliseen ennalta sovittuun luottamukselliseen tietojen vaihtamiseen. Kirjallisella benchmarking-yhteistyösopimuksella estetään luottamuksellisten tietojen leviäminen ulkopuolisille. Benchmarking-kohteen tarkka rajaaminen auttaa ymmärtämään yhteistyön tarkoitusta, jolloin myös tietojen jakaminen kumppaneiden välillä helpottuu. Benchmark-kumppanien aika käytetään mahdollisimman tehokkaasti hyödyksi valmistautumalla tapaamisiin laatimalla valmiit kysymykset ja esityslistat. Kultaisena sääntönä benchmarkingissa pidetään sitä, ettei sellaisia tietoja pyydetä kumppanilta, joita ei itse olla valmiita jakamaan. Benchmarkingia voidaan tehdä myös nimettömänä niin, että

kumppani pysyy projektin ulkopuolella anonyyminä. Tässä tapauksessa huomio keskittyy erinomaisiin käytäntöihin eikä sen tekijöihin. (Karlöf & Östblom 1993, 157–158; Niva & Tuominen 2005, 106–108).

### **3 Verkostojen johtaminen**

#### **3.1 Verkostotyö**

Verkostotyö on omaehtoisten toimijoiden välistä pitkään jatkuvaa yhteistyötä, joka on vastavuoroista ja perustuu luottamukseen siitä, että antaminen ja saaminen ovat hyödyllistä (Järvensivu 2019, 37–38). Helsingin kaupungin Yritysmuotoinen kumppani – kehityshankkeessa verkostomaisen toiminnan tärkeimmiksi edellytyksiksi tunnistettiin verkostojen sisäinen luottamus, toimijoiden sitoutuminen ja motivaatio, toimijoiden avoin mieli ja valmius muutokseen, toimijoiden henkilökohtaiset suhteet sekä verkoston yhteisesti ymmärretty ja hyväksytty tavoite (Jyrämä & Mattelmäki 2015, 129–130.)

Järvensivun (2019, 32) mukaan verkostotyö onnistuu, kun toiminta perustuu tietoon, ei pelätä kysyä kriittisiä kysymyksiä ja sovitaan juuri meille sopivista verkostotyön käytänteistä. Kunnissa tietoa verkostotyön pohjaksi saadaan mittaamalla kävijämääriä sekä erilaisilla asukas- ja tyytyväisyyskyselyillä.

#### **3.2 Johtajuus**

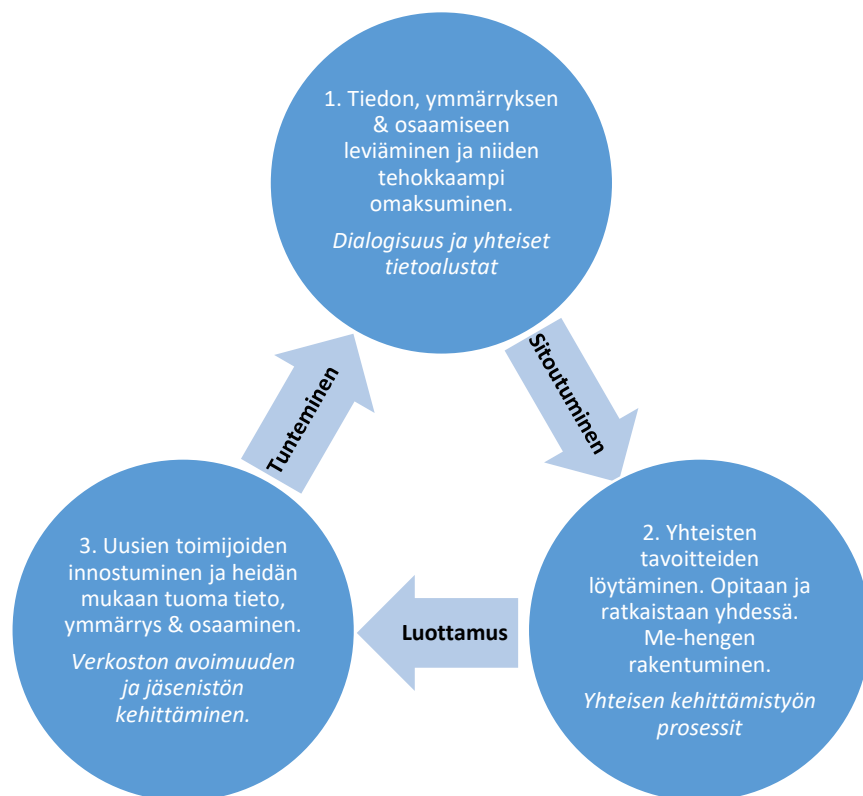
Verkostojohtaminen on erilaista ja perustuu erilaisiin kyvykkyyksiin kuin perinteisenä pidetty johtaminen, sillä verkostoissa korostuu tiedon johtaminen. Verkostoissa onkin saatavutettava johtamisen avulla toimijoiden keskeinen riippuvuus ja halukkuus siirtyä omasta organisaatioista perityistä rooleista osaamisen määrittelemiin verkstoroleihin. Verkostoissa neuvottelut perustuvat tietoon ja osallistujien roolit tiedon hahmottamiseen oman osaamisen kautta. (Jyrämä & Mattelmäki 2015, 140–141.)

Verkostojen johtamisella tarkoitetaan kaikkea sellaista toimintaa, joka mahdollistaa verkostotyön onnistumisen. Verkostojen johtamista on esimerkiksi keskinäisen luottamuksen, sitoutumisen ja tuntemisen vahvistaminen sekä yhteistyön fasilointi ja koordinointi. Termi johtaminen voi johdattaa tässä yhteydessä harhaan, koska se usein käsitetään kapeaksi ja sellaiseksi johtamiseksi, joka perustuu auktoriteettiin ja vallankäyttöön toisten puolesta. Verkostoissa toiminta on jatkuvassa muutoksessa ja keskinäisriippuvaista siten, että toimijoilla ei ole kykyä tehdä päätöksiä toisten puolesta. Verkostomaista yhteistyötä ei tehdä, jos se on mahdotonta. Verkostotyötä on siis mahdollistettava: jos halutaan saada jotain aikaiseksi yhdessä, joidenkin tai jonkun on tehtävä yhteistyö mahdolliseksi ja rakennetta-

va sille alustat. (Järvensivu 2019, 113.) Mahdollistaminen voi onnistua myös yksinkertaisilla teoilla: Helsingin kaupungin lasten ja nuorten hyvinvoinnin yhteistyöverkostoissa toimintaan osallistuu pääasiassa asiakaspinnassa toimivia työntekijöitä, joilla ei välttämättä ole virallista mandaattia toimia yli hallintokuntien rajojen. Tämän vuoksi verkostoja pidetään usein epävirallisina ja vapaaehtoisuuteen perustuvina, vaikka tosiasiasa toimijoita veloitetaan yhteistyöhön niin kaupunginvaltuutettujen kuin kansallisten strategisten linjausten puolesta. Verkostotapaamisissa kahvi ja tarjoilut ovat olleet merkittävässä asemassa hyvän ilmapiirin luomisessa, jonka takia verkostoja kutsutaan kahvikerhoiksi. (Alanne & Koskivirta 2014.)

### 3.3 Oppien yhdessä

Järvensivun (2019, 107) mukaan luottamuksen, sitoutumisen ja keskinäisen tuntemisen rakentamisesta on verkostoissa monia eri hyötyjä, sillä niiden perustalle voidaan luoda yhteisen oppimisen vahvistuva kehä, joka on esitelty kuviossa 2.



Kuvio 2. Yhteisen oppimisen vahvistuva kehä

Kuvion 2. yhteisen oppimisen vahvistuvan kehän mallin 1. hyödyssä tieto, ymmärrys ja osaaminen leviävät ja ne omaksutaan tehokkaammin yhteiseen käyttöön. Tämän vaiheen mahdollistamiseksi verkostojohtamisen tärkeä tehtävä on tukea dialogisuutta eli kykyä ajatella yhdessä. Dialogisuus edellyttää taitoja rakentaa ja ylläpitää luottamukseen perus-

tuva yhdessä ajattelua sekä rakenteita, joissa avautuminen yhteiselle keskustelulle on mahdollista. Toinen tärkeä tehtävä ensimmäisessä vaiheessa on yhteisten tietopalustojen rakentaminen, jotta tietojen vaihtaminen on tehokasta ja luontevaa. Yhteisiä tietopalustoja ovat esimerkiksi työpajat ja seminaarit, joissa toimijat voivat jakaa tietoja kasvokkain, sekä erilaiset sähköiset alustat, kuten sähköposti, sosiaaliset mediat, pikaviestimet ja tietovarat. Ensimmäisessä hyödyn perusteella alkaa muodostua sitoutumista yhteiseen tulevaisuuteen. ( Järvensivu 2019, 107–109.)

Kuvion 2. mallissa ensimmäisen hyödyn varaan rakentuva 2. hyöty on yhteisten tavoitteiden, ratkaisujen ja oppimisen löytyminen sekä mahdollisuus me-henkeen. Tämä vaatii tutustumista ja luottamuksen rakentamista. Laadukas yhteisen kehittämistyön prosessi mahdollistaa verkoston tehokkaan toiminnan yhteisten tavoitteiden ja ratkaisujen löytämiseksi. Hyvät yhteistyöprosessit ohjaavat verkoston konkreettiseen ja tavoitteelliseen tekemiseen, siivittävät verkoston oppimaan yhdessä, edistävät yhteisten ratkaisujen löytämistä ja tukevat verkoston me-henkeä. Verkoston toimiva yhteistyö henkii todennäköisesti myös ulospäin innostusta, energiaa ja luottamusta. ( Järvensivu 2019, 107–110.)

Tämän seurauksena syntyy 3. hyöty, jossa uudet toimijat haluavat mukaan. Innostunut verkosto on kuin resurssien magneetti, joka tuo toimijoita yhteen. Uusien toimijoiden mukana tulee uutta tietoa ja osaamista verkoston hyödynnettäväksi sekä myös uusia tarpeita ja odotuksia, jotka ohjaavat yhteistyötä uusiin suuntiin. Kolmanteen hyötyyn liittyy verkostojohtamisen keskeisimpiä haasteita: miten ylläpidetään avoimuutta ja kehitetään jäsenistöä niin, että uudet innokkaat toimijat pääsevät mukaan toimintaan? Harva toimijajoukko pystyy uudistumaan jatkuvasti vain sisäisellä uudistusvoimalla. Uudistumiseen tarvitaan syötteitä verkoston ulkopuolelta. Tämän takia verkoston uudistumisesta on pidettävä erikseen huolta. Verkostojen johtajan tehtävänä on kehittää jäsenistöä ottaen monipuolisesti huomioon verkoston nykyisten ja potentiaalisten osallistujien tarpeet. Yksi ainoa toimintamalli ei varmasti toimi kaikilla. Vastavuoroisuuden jatkuminen on mahdollista uusiutuneessa verkostossa kun kaikki oppivat tuntemaan toisensa, tietävät mitä tietoa ja osaamista sekä mitä tarpeita ja odotuksia toisilla on. Verkostotyön kokonaisyöty on tästä kaikesta syntyvä yhteisen oppimisen kierre. Myönteisen oppimiskierteen aikaansaaminen ja tukeminen vaatii mahdollistavaa johtamista. ( Järvensivu 2019, 107–110.)

### **3.4 Verkostotyön haasteet**

Jyrämän & Mattelmäen (2015, 154) mukaan kaupunkiorganisaation tunnistettavia verkostotoiminnan esteitä ovat organisaation siiloutuminen erillisiin toimialakohtaisiin virastoihin, sekä vahva perinteinen hierarkkinen toimintakulttuuri. Helsingin kaupungin Yritysmyoñte-

nen kumppani – kehityshankkeessa, nousi ilmi kaupunkiorganisaation verkottuneen toiminnan haasteiksi seuraavat asiat: keinotekoisuus (verkostosta tulee itse tarkoitus, kykenemättömyys viedä verkostossa opittua käytäntöön, luottamuksen puute, sitoutuneisuuden puute, yhteisen näkemysten ja kokonaiskuvan ymmärryksen puute ja verkostoon tuodun lisäarvon (tai resurssien) vähyys. Myös toimijoiden, organisaatioiden ja niiden prosessien yhteensopimattomuus, eristäytyminen sisäisiin asioihin ja epäselvä työnjako voivat asettaa haasteita julkisen organisaation verkostomaiselle toiminnalle. (Jyrämä & Mattelmäki 2015, 132.)

Järvensivu (2019, 115) on kuullut välillä verrattavan verkostajohtamista kivireen perässä vetämiseen. Ohjeeksi on silloin annettu yksinkertaisesti lopettaa kivireen vetäminen, koska se ei ole verkostajohtamisen tehtävä. Yleensä verkostojen johtajan voimavarat ei riitä tällaiseen kuin ehkä väliaikaisesti. Pahimmassa tapauksessa voimavarat riittävät ja kivireki tottuu olemaan vedettävänä. Perässä vetämisen sijaan panostetaan lisäämällä osallistujien tietoisuutta siitä, että yhteistyö on laadukasta silloin, kun vastuu on yhteistä. (Järvensivu 2019, 115.)

## 4 Liikuntasuositukset

UKK-instituutti päivitti 18–64-vuotiaiden ja yli 64-vuotiaiden liikuntasuositukset vuonna 2019. UKK-instituutti päivittää alle 18-vuotiaiden liikuntasuositukset vuoden 2020 aikana, joten tässä työssä käytetään alle 18-vuotiaiden suosituksena Nuoren Suomen sekä opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja vuosilta 2008 ja 2016.

Alle 7-vuotiaille lapsille suositellaan vähintään kolme tuntia liikuntaa päivittäin. Fyysisen aktiivisuuden suositus koostuu monipuolisesti kuormittavasta liikkumisesta: reippaasta ulkoilusta ja kevyestä liikkunnasta sekä erittäin vauhdikkaasta fyysisestä aktiivisuudesta. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 9.) 7–12-vuotiaana liikunnan suositus on vähintään kaksi tuntia päivässä. Lapset oppivat kokeilemalla ja tekemällä ja tarvitsevat siksi paljon tilaisuuksia ja aikaa oppiakseen liikkumaan. Lasten fyysistä aktiivisuutta ei tarvitse yleensä erikseen rajoittaa: lapset pitävät taukoja rasituksen noustessa liian kovaksi. (Nuori Suomi 2008a, 18–19.) 13–17-vuotiaana liikunnan vähimmäissuositus on 1,5 tuntia päivässä. Fyysinen aktiivisuuden suosituksissa suositus on jaettu kolmeen eri kategoriaan: kestävyysparantaminen, voiman ja notkeuden parantaminen sekä pirteänä pysyminen. (Nuori Suomi 2008b.) Nuori Suomi on tehnyt vuonna 2008 liikuntasuositukset 13–18-vuotiaille, mutta tässä työssä tarkastellaan vain järjestön 13–17-vuotiaiden suosituksia, koska vuoden 2019 UKK-instituutin suosituksessa 18-vuotiaat on sisällytetty aikuisväestön suosituksiin.

18–64-vuotiaiden liikuntasuositukset ovat jaettu sydämen sykettä kohottavaan liikuntaan sekä lihaskuntoa ja liikehallinnan harjoittamiseen. Sydämen sykettä kohottavan liikunnan vähimmäissuositus viikossa on reippaasti liikuttaessa 2 tuntia 30 minuuttia ja rasittavasti liikuttaessa 1 tuntia 15 minuuttia. Reippaasti liikuttaessa puhuminen onnistuu hengästyneestä huolimatta ja rasittavasti liikuttaessa puhuminen on hankalaa hengästyneisyydestä johtuen. 18–64-vuotiaiden tulisi harjoittaa lihaskuntoa ja liikehallintaa vähintään kahdesti viikossa, niin että suuret lihasryhmät kuormittuvat ja tasapainolle tulee haastetta normaalia enemmän. Esimerkkilajit lihaskunnan ja liikehallinnan harjoittamiseen ovat porraskävely, ryhmäliikunta, kuntosali, raskaat pihatyöt ja pallopelit. (UKK-instituutti 2020a.)

Yli 64-vuotiaiden liikuntasuositukset ovat jaettu sydämen sykettä kohottavaan liikuntaan sekä lihasvoiman, tasapainon ja notkeuden harjoittamiseen. Sydämen sykettä kohottavan liikunnan vähimmäissuositusten viikoittaiset määrät ovat samat kuin 18–64-vuotiailla: 2 tuntia 30 minuuttia reippaasti liikuttaessa ja rasittavasti liikuttaessa 1 tuntia 15 minuuttia. Yli 64-vuotiaiden pitäisi harjoittaa lihasvoimaa, tasapainoa ja notkeutta vähintään kahdesti viikossa. Suurien lihasryhmien kuormittamiseen tasapainon haastamiseen sopivat esi-

merkiksi kuntosaliharjoittelu, ryhmäliikunta, jooga, tanssi ja kotivoimistelu. Liikkumisen yhteyteen on hyvä yhdistää venyttelyä. (UKK-instituutti 2020b). UKK-instituutti on tehnyt liikuntasuositukset yli 65-vuotiaille, mutta tässä työssä käytetään vanhimmasta ikäluokasta termiä yli 64-vuotiaat. Näin huomioin myös 65-vuotiaat, jotka jäävät UKK-instituutin aikuisväestön suosituksissa huomioimatta.



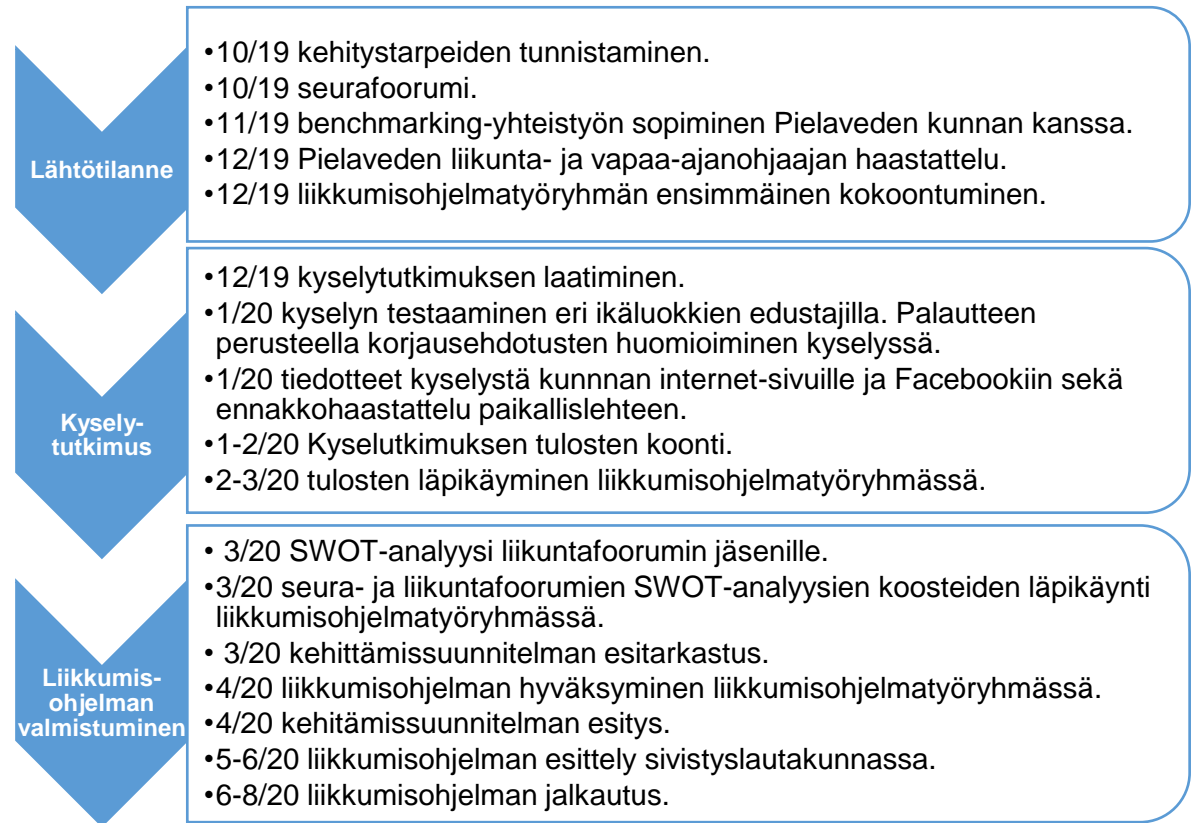
## 5 Kehittämistyön tavoite ja menetelmät

Kehittämistyön tavoitteena on laatia liikkumishjelma Savitaipaleen kuntaan vuosille 2020–2022. Liikkumishjelma luodaan käyttäjälähtöisesti ja siinä otetaan huomioon yhteistyö eri sidosryhmien kanssa sekä toimenpiteiden seuranta erilaisilla mittareilla. Kehittämistyössä käytetään benchmarking-menetelmää. Benchmarking-kohteena toimii Pielaaveden kunta, joka oli tehnyt liikuntastrategia-nimisen liikunnan kehittämishjelman vuosille 2019–2022. Tämän lisäksi luodaan ohjeistus liikkumishjelman rakentamiseen tulevaisuudessa.

Savitaipaleen liikkumishjelman teossa käytetään Pielaaveden liikuntastrategiaprosessin parhaita käytänteitä: liikkumishjelmalle luodaan oma työryhmä, kuntalaisille teetetään liikuntakysely ja kutsutaan koolle seura- ja liikuntafoorumit pohtimaan Savitaipaleen liikunnan nykytilaa. Liikuntakyselyssä huomioidaan Savitaipaleen asukkaiden mahdollisuus vaikuttaa palvelujen kehittämiseen. Liikuntakyselyssä hyödynnetään Pielaaveden liikunta- ja vapaa-aika kyselystä poimittuja sisältöjä, jonka lisäksi liikkumishjelmatyöryhmä tekee siihen omat lisäyksensä. Liikuntakyselyssä kartoitetaan kuntalaisten liikunta-aktiivisuutta, liikuntamuotoja, liikuntapaikkojen suosiota, liikunnan harrastamisen arvoja, tietolähteitä liikuntamahdollisuuksien tutkimiseen ja liikunnan kehityskohteita. Liikuntakyselyn kuntalaisten liikunta-aktiivisuutta koskevissa kysymyksissä käytettiin taustatietona uusimpien liikuntasuosittelujen sisältöjä.

Tavoitteena oli saada liikkumishjelma jalkautusvaiheeseen kahdeksassa kuukaudessa, jonka aikana oli tarkoitus järjestää seura- ja liikuntafoorumit sekä liikuntakysely kuntalaisille. Liikuntakyselyn tulosten ja foorumien SWOT-analyysien perusteella oli tarkoitus luoda liikkumishjelman ensimmäinen versio liikkumishjelmatyöryhmän muokattavaksi ja esitellä muokattu versio sivistyslautakunnassa. Sivistyslautakunnan hyväksymisen jälkeen liikkumishjelma olisi ollut valmis jalkautukseen. Liikuntafoorumin kokoontuminen ja liikkumishjelman esittely sivistyslautakunnassa eivät onnistuneet tämän kehittämistyön aikana COVID-19 koronaviruksen aiheuttamien rajoitusten vuoksi.

## 6 Kehittämistyön vaiheet



Kuvio 3. Kehittämistyön vaiheet

Lokakuussa 2019 tunnistettiin kehitystarpeet ja järjestettiin seurafoorumi, jonka osallistujat vastasivat Savitaipaleen liikunnan nykytilaa koskevaan SWOT-analyysiin. Marraskuussa sovittiin benchmarking-yhteistyöstä Pielaveden kunnan kanssa, sekä tiedusteltiin Haaga-Helian ammattikorkeakoulun liikunta ja vapaa-ajan koulutusohjelmajohtajalta mahdollisuutta opiskelijayhteistyöhön liikuntakyselyn toteuttamiseksi. Opiskelijayhteistyö ei onnistunut aikataulullisten seikkojen vuoksi. Liikkumisohjelmatyöryhmä suunnitteli ja toteutti liikuntakyselyn joulukuun 2019 ja tammikuun 2020 välisenä aikana. Kun liikuntakyselyn tulokset saatiin koottua helmikuussa 2020, sovittiin liikuntafoorumin kokoontuminen maaliskuulle. Liikuntafoorumin alkuperäinen kokoontuminen sekä korvaava kokoontuminen jouduttiin perumaan COVID-19 koronaviruksen aiheuttamien toimenpiteiden takia. Liikuntafoorumin kokoontumisen sijaan kutsuille lähetettiin SWOT-analyysit, jotka palautettiin sovittuun määräaikaan mennessä. Liikkumisohjelmatyöryhmä loi huhtikuussa seura- ja liikuntafoorumien SWOT-analyysien ja liikuntakyselyn tulosten perusteella liikkumisohjelman, joka oli tarkoitus esitellä sivistyslautakunnassa huhtikuun aikana ja jalkauttaa toukuussa 2020. Koronaviruksen aiheuttamien toimenpiteiden vuoksi liikkumisohjelman esittely sivistyslautakunnassa siirtyi kehittämistyön jälkeiseen aikaan. Kehittämistyön vaiheet on esitetty kuviossa 3.

## **6.1 Benchmarking-prosessi**

Savitaipaleen liikkumishjelman tekemisessä edetään seitsemänvaiheisen benchmarking-prosessin mukaan:

1. Määritellään benchmarking-kohde.
2. Benchmarking-organisaatioiden vertailu.
3. Tutkitaan oman organisaation toimintatapaa.
4. Tutkitaan kohdeorganisaation toimintatapaa.
5. Asetetaan tavoitteet benchmarking-työlle.
6. Soveltaminen ja käyttöönotto.
7. Vakiinnuttaminen ja edelleen kehittäminen.

Soveltaminen ja käyttöönotto (vaihe 6) esitellään työn tuloksissa. Vakiinnuttaminen ja edelleen kehittäminen esitellään työn tuloksissa ja pohdinnassa.

### **6.1.1 Benchmarking-kohteen määrittely**

Liikuntatoimenohjaajan viranhaltijan työ alkoi Savitaipaleen kunnalla 1.8.2019. Henkilöstömuutoksista johtuen liikuntatoimenohjaajan toimesta ei ollut kesän 2018 jälkeen ollut työntekijää. Syksyn 2019 aikana liikuntatoimenohjaaja tutustui liikuntatoimen käytäntöihin ja selvisi, että kunta tekee eri tahojen kanssa monipuolista yhteistyötä liikuntapalveluiden tarjoamisessa kuntalaisille. Savitaipaleen kuntastrategian (2017, 4) mukaan ”Monipuoliset liikunta- ja kulttuuripalvelut ovat kuntamme vahvuutena, ja kaikilla kuntalaisilla on mahdollisuus harrastuksiin oman kunnan alueella. Palvelut ovat helposti saatavilla ja saavutettavissa.” Strategiaohjelman painopistealueen lisäksi liikunnasta ei ollut olemassa olevaa erillistä strategiaa tai muuta pidempiaikaista suunnitelmaa. Liikuntatoimessa päätettiin tehdä liikuntasuunnitelma, joka kestäisi vähintään kuntastrategiakauden 2017–2021 loppuun. Liikuntatoimenohjaaja oli tutustunut aikaisemmin eri kuntien liikunnan kehittämissuunnitelmiin ja sen takia kehitystyössä päätettiin käyttää benchmarking-menetelmää parhaimpien käytänteiden löytämiseksi.

### **6.1.2 Benchmark-organisaatioiden tunnistaminen ja vertailu**

Kehitystyössä päätettiin käyttää ulkoista benchmarkingia vertailukohtien löytämiseen, koska osalla kunnista on käytössä erilaisia liikunnan kehittämissuunnitelmia. Etelä-Karjalan kunnista Lappeenrannalla on olemassa oleva liikkumishjelman. Lappeenrannan liikkumishjelman 2025 tekemisessä käytettiin asukaskyselyä ja viidestä eri työpajasta nousseita ideoita (Lappeenranta 2018). Liikuntatoimenohjaaja oli työskennellyt aikaisemmin Lap-

peenrannan liikuntatoimessa ja tiesi kaupunkiorganisaation koon olevan moninkertainen verrattuna Savitaipaleen kuntaorganisaatioon. Tämän vuoksi päätettiin jatkaa pienemmän benchmark-organisaation etsintää Etelä-karjalan ulkopuolelta. Etsinnässä käytettiin Theus-palvelua, jonka avulla pääsee tutkimaan ammattikorkeakoulusta valmistuneiden kehittämistöitä sähköisessä muodossa.

Päijät-Hämeessä Hollolan kunnassa on tehty liikuntapalveluiden kehittämistyö vuonna 2014. Kehittämistyön aineisto oli kerätty aineisto asukaskyselytutkimuksen avulla, jonka perusteella lähdettiin viemään eteenpäin kehittämiskohteita (Anttonen 2014). Kyselytutkimus on pätevä tiedonkeruutapa, mutta Savitaipaleen liikkumishjelmassa haluttiin käyttää laajempaa tiedonkeruuta kyselytutkimuksen lisäksi.

Pohjois-Savossa Pielavedellä on tehty liikuntastrategia vuosille 2019–2022. Liikuntastrategian lähtötilanteen selvittämisessä oli käytetty asukaskyselyä ja kahta työryhmää (Moi-lanen 2019, 4). Tuoreesta liikuntastrategiasta ja sen kehittämistyön raportista löytyi paljon yhteneväisyyksiä Savitaipaleen liikkumishjelman lähtötilanteeseen. Lisäksi Pielavesi ja Savitaipale ovat molemmat alle 5000 asukkaan kuntia. Pielaveden kuntaan otettiin yhteyttä sähköpostilla 10.11.2019, jossa kerrottiin Savitaipaleen lähtötilanteesta ja tiedusteltiin benchmarking-yhteistyön mahdollisuutta. Pielaveden liikunta- ja vapaa-ajanohjaajan kanssa sovittiin benchmarking-yhteistyön aloittamisesta puhelimesta 11.11.2019.

### **6.1.3 Savitaipaleen kunta**

Savitaipaleen asukasluku on 3429 (Tilastokeskus 2018). Savitaipaleella on kunnan asukaslukuun nähden hyvät liikuntamahdollisuudet. Sisäliikuntatiloina toimivat uima-, jää-, curling-, tennis-, sisäliikuntahalli, kolmen kyläyhdistyksen sisäliikuntatilat, kolme yksityistä ryhmäliikuntatilaa, julkinen kuntosali sekä yksityinen kuntosali. Ulkoliikuntapaikkoja ovat jalkapallon tekonurmikenttä, yleisurheilukenttä, frisbeegolfrata, tempulaskurinne Backyard Park, skeittiparkki, kaksi valaistua latua, yhteensä hoidettuja hiihtolatuja 37 km, Oikolan rantalentopallokenttä, petankkikenttä, kaksi hoidettua uimarantaa, kuntoiluportaat, neljä tenniskenttää ja neljä retkeilyreittiä. Näiden lisäksi koulukeskuksen pihassa on lähiliikuntapaikka, josta löytyy koripallokenttä, salibandykaukalo, monitoimikaukalo, rantalentopallokenttä, parkour-alue, Senior Sport, ulkokuntolaitealue, kaksi pöytätennispöytää ja keinualue.

Opinnäytetyöntekijä toimii kokopäiväisenä liikunnanopettajana & liikuntatoimenohjaajana Savitaipaleen kunnalla. Työajasta 70 % on liikunnanopettajan työtä koulukeskuksessa ja 30 % liikuntatoimenohjaajan työtä liikuntatoimessa. Liikuntatoimeja johtaa sivistystoimen-

johtaja. Myös terveyden ja hyvinvoinnin palvelujohtaja sekä sivistystoimen palvelusihteeri auttavat liikuntatoimen asioiden hoitamisessa. Teknisen toimen johtaja vastaa ulkoliikuntapaikoista ja kiinteistöpäällikkö sisäliikuntapaikoista.

Savitaipaleella toimivat liikuntapalveluosakeyhtiöt Savitaipaleen jäähalli Oy ja Savitaipaleen liikunta ja hyvinvointipalvelut Oy (SLH Oy). Savitaipaleen kunnalla on näiden osakeyhtiöiden kanssa voimassa olevat sopimukset, johon kuuluvat käyttövuorojen ostaminen sekä muita yhteistoimintamuotoja. Tällaista yhteistyötä tehdään myös Savitaipaleen Vanhaintuki Ry:n kanssa toimintakeskus Suvannon uimahallin osalta. Kunnan maksaman yhteistyön arvo näiden kolmen toimijan kanssa on yhteensä noin 200 000€ vuodessa. (Valassaari, I. 3.12.2019.) Savitaipaleen kansalaisopisto toimii Lemminkäisen ja Savitaipaleen alueella. Kansalaisopisto saa rahoituksensa kunnallisveroista ja kunnan saamista valtionosuuksista. Kansalaisopiston toimisto sijaitsee Savitaipaleen kunnantalolla. (Loisa, T. 4.12.2019). Kansalaisopisto on Savitaipaleen merkittävin liikuntatoiminnan järjestäjä kurssi- ja osallistujamäärällään. Kansalaisopiston Savitaipaleella järjestettyjen liikuntaryhmien tunnuslukuja on esitelty taulukossa 1.

| Vuosi | Liikuntakurssien määrä | Osallistujat |
|-------|------------------------|--------------|
| 2018  | 35                     | 423          |
| 2019  | 32                     | 442          |

Taulukko 1. Savitaipaleella järjestettyjen kansalaisopiston liikuntakurssien ja osallistujien määrät vuosina 2018 & 2019

Savitaipaleen kunnassa toimii 10 liikuntaseuraa, joiden kanssa kunta tekee yhteistyötä liikuntapalveluiden järjestämisessä. Liikuntaseuroissa on yhteensä noin 1600 jäsentä. Kunta jakaa liikuntaa järjestäville seuroille vuosittain perus-, tapahtuma- ja koulutusavustuksia. Avustusten yhteenlaskettu määrä on 25 000€. Seurojen jäsenmäärät vaihtelevat muutamasta kymmenestä useampaan sataan ja niiden yhteenlaskettu jäsenmäärä on noin 1600. Savitaipaleen alueella toimii seurojen lisäksi yksityisiä liikuntapalvelujen tarjoajia. Savikunto Oy:n tarjonnassa on viikoittain 10 ohjatun ryhmäliikuntatunnin lisäksi henkilökohtaista valmennusta ja kuntosaliharjoittelumahdollisuus. Lavanda yoga & pilates järjestää omalla salillaan viikoittain 5 ryhmäliikuntatuntia. Paikkakunnalla toimii myös kaksi elämysliikuntayritystä sekä useita ratsastusalan yrityksiä.

Kirkonkylällä sijaitsevassa Savitaipaleen koulukeskuksessa toimivat 300 oppilaan Euroopaeuksen koulun ala- ja yläkoulut sekä 90 oppilaan Savitaipaleen lukio. Näiden lisäksi kunnan haja-asutusalueella toimii 46 oppilaan Heitinlahden koulu, jossa opiskelevat vuosiluokat 1-6. Euroopaeuksen koulu on ollut kehittämässä Liikkuva koulu- toimintaa hank-

keen pilottivaiheesta lähtien. Koulussa on kehitetty erityisesti liikunnallista toimintakulttuuria yläkoulussa ja onnistuttu oppilasvetoisen välituntiliikunnan ja kutsukerhojen vakiinnuttamisessa. Koulussa käytetään pidennettyä toimintavälituntia. Koulun liikuntaolosuhteita on kehitetty rakentamalla taukoliikuntatila väestösuojaan sekä lähiliikuntapaikka koulun pihalle. Ministeri Carl Haglund myönsi vuonna 2014 Etelä-Suomen Liikkuva koulu - koulupalkinnon Europaeuksen koululle. (Hjelt-Hansson, 2014.) Savitaipaleen koulukeskuksessa on töissä kaksi liikunnanopettajaa. Koulukeskuksessa on toiminut myös Liikkuva koulu -hankkeen rahoitusta saanut liikunnanohjaaja lukuvuosina 2017–2018 ja 2018–2019. Lukuvuotena 2019–2020 Savitaipaleen lukio sai Liikkuva opiskelu -hankerahaa liikunnanohjaajan palkkaamisen. Lukiossa fysioterapeutin koulutuksen omaava liikunnanohjaaja auttaa opiskelijoita tarjoamalla liikuntaneuvontaa, parantamalla työergonomiaa ja järjestämällä liikunnanohjausta teemoja vaihdellen. Liikunnanohjaajan muihin tehtäviin kuuluu taukoliikunnan ohjaaminen kunnan työntekijöille, hyvinvointiviikon järjestelyihin osallistuminen, oppilaskerhojen ohjaus sekä 26 välituntiliikunnanohjaajan toiminnan koordinointi. Tammikuussa 2020 Savitaipaleen lukiossa aloitettiin urheiluakatemiatoiminta, josta vastaavat liikunnanopettaja ja koulun liikunnanohjaaja. Urheiluakatemian tavoitteena on tarjota kansalliselle tai kansainväliselle tasolle tähtäävälle urheilijalle apua opiskelun ja urheilun yhdistämisessä. Kevätlukukautena 2020 akatemiatoiminnassa on mukana neljä lukion opiskelijaa. Savitaipaleen lukion tennislinja on ollut toiminnassa vuodesta 2011 saakka. Tennislinja on tarkoitettu kilpatason pelaajille ja harrastajille, jotka voivat suorittaa enintään 10 lukiokurssia tennislinjan kautta. Lukuvuotena 2019–2020 tennislinjalla opiskelee kuusi opiskelijaa.

Savitaipaleella suurin liikuntatapahtuma on Kuolimon retkiluistelu. Savitaipaleen Urheilijat ry on järjestänyt tapahtumaa vuodesta 1998 saakka ja 2010-luvulla sen kävijämäärät ovat vaihdelleet 1000–3000 kävijän välillä. Savitaipaleen kunnan organisoiman hyvinvointiviikon liikuntatapahtumiin osallistui 2019 elokuussa yhteensä 457 kävijää. Savitaipaleen kunnan ja Savitaipaleen Urheilijoiden yleisurheilumestaruuskilpailuissa oli vuonna 2019 syyskuussa 88 osallistujaa ja 30 katsojaa. Näiden tapahtumien lisäksi Savitaipaleella järjestettiin vuonna 2019 muita liikunta- ja urheilutapahtumia, joiden järjestämisestä ovat vastanneet Savitaipaleen koulukeskus, yhdistykset sekä yritykset.

#### **6.1.4 Pielaveden kunta**

Tässä luvussa kerrotaan Pielaveden liikuntastrategiaprosessin aloitustilanteesta vuodelta 2018 ja vertaillaan Pielaveden tunnuslukuja Savitaipaleen liikkumishjelman vuoden 2019 aloitustilanteeseen. Luvun lopussa käydään lävitse Pielaveden liikuntastrategiaprosessin vaiheet.

Tilastokeskuksen (2018) mukaan Pielavedellä asuu 4498 asukasta. Vuonna 2018 Suomen kuntien mediaanikoko oli 6081 asukasta (Kuntaliitto 2019). Puolet kunnista on asukasmäärältään suurempia ja puolet pienempiä kuin mediaani. Pielaveden ja Savitaipaleen kunnat kuuluvat pienempään puoliskoon.

Pielavedellä on monipuoliset ulko- ja sisäliikuntamahdollisuudet. Pielaveden ulkoilupaikkoja ovat yleisurheilukenttä, kolme ulkokaukaloa, parkour-alue, kaksi beach wolley kenttää, kaksi monitoimikenttää, frisbeegolfrata, uimala, seitsemän uimarantaa, kolme luontopolkua ja valaistuja sekä valaisemattomia hiihtolatuja. Pielaveden sisäliikuntatiloihin kuuluvat viisi liikuntasalia, kaksi kuntosalia, virtuaaliliikuntatila, keilahalli, ilma-aserata. (Moilanen 2019, 7–9.)

Pielaveden liikuntatoimessa työskentelee kokopäiväinen liikunta- ja vapaa-ajan ohjaaja, jonka esimiehenä toimii sivistysjohtaja. Kunnan liikuntapaikoista vastaa ympäristötoimi. Lisäksi Pielaveden kunnalla on hyvinvointivastaava ja hyvinvointikoordinaattori. (Moilanen 2019, 4–10.) Pielaveden kunnan liikuntatoimi työllistää siis kokopäiväisesti yhden henkilön kun Savitaipaleen liikuntatoimessa liikuntatoimienohjaaja työskentelee osapäiväisesti liikunnanopettajan työn ohella.

Pielaveden liikuntatoimi järjesti vuonna 2018 yhteensä 19 erilaista ohjattua liikuntaryhmää, jotka kokoontuivat 4–42 kertaa vuoden aikana. Ryhmiä oli järjestetty lapsille ja nuorille, aikuisille, ikääntyneille ja erityisryhmille. Pielavedellä toimii Pielavesi-Keiteleen kansalaisopisto, joka järjesti Pielavedellä vuonna 2018 yhteensä 89 liikuntakurssia, joissa kävi 867 asiakasta. (Moilanen 2019, 11–17.) Kansalaisopiston järjestämien liikuntakurssi- ja asiakasmäärä ovat yli kaksinkertaisia verrattuna Savitaipaleella järjestettyihin kansalaisopiston liikuntakurssi- ja asiakasmääriin.

Pielavedellä oli vuonna 2018 seitsemän aktiivista liikuntaa järjestävää seuraa, joissa yhteenlaskettu jäsenmäärä oli 591. Seurojen toiminnan tukemiseen kunta myönsi vuonna 2018 avustuksia 2250€ vuodessa. Näiden lisäksi Pielavedellä oli kolme liikuntapalveluja tarjoavaa yritystä. (Moilanen 2019, 11–17.) Liikuntaa järjestävien seurojen määrässä ei ole isoa eroa Pielaveden ja Savitaipaleen välillä, mutta jäsen- ja avustusmäärissä on: Savitaipaleen seuroissa on lähes kolminkertainen määrä jäseniä ja Savitaipaleen kunta avustaa seurojen toimintaa vuosittain yli kymmenkertaisella rahamäärällä.

Pielavedellä on neljä koulua. Kouluille oli myönnetty vuosille 2016–2019 Liikkuva koulu -hankerahaa. Kouluilla toimi lukuvuotena 2018–2019 kaksi hankerahan avulla palkattua

työntekijää. Kouluilla järjestettiin lukuvuotena 2017–2018 kaksitoista oppilaskerhoa, jotka oli suunnattu perusopetuksen ja lukion oppilaille. (Moilanen 2019, 5, 15–16.) Pielavedellä on kaksi koulua enemmän kuin Savitaipaleella ja kouluissa työskenteli kaksi Liikkuva koulu-hankerahalla palkattua työntekijää kun Savitaipaleen lukiossa työskenteli yksi hankerahalla palkattu liikunnanohjaaja.

Pielaveden kunnan liikunta- ja vapaa-ajanohjaaja oli huomannut parannettavaa liikuntatyön kehittämisessä keväällä 2018. Pielavedellä ei silloin ollut olemassa olevaa liikuntastrategiaa ja sen tekeminen koettiin ajankohtaiseksi kunnan liikuntatoimessa. Liikunta- ja vapaa-ajanohjaaja päätti tehdä syksyllä 2018 liikuntastrategiasta samalla YAMK-opinnäytetyön, jonka tutkimusstrategiseksi toimintatavaksi valikoitui toimintatutkimus. Työn tavoitteena oli laatia vuosille 2019–2022 konkreettinen ja helposti ymmärrettävä liikuntastrategia, jossa otetaan huomioon eri-ikäisten liikuntasuositukset sekä terveyden ja hyvinvoinnin kansallisia linjaukset ja peilataan niitä paikallisen toimintaan. Kehittämistyöllä haluttiin saada vastaukset seuraaviin kysymyksiin (Moilanen 2019, 66):

- Miten kuntalaisten terveyttä ja hyvinvointia turvataan sekä liikunta-aktiivisuutta edistetään liikuntastrategian avulla?
- Millainen on Pielaveden liikunnan nykytila?

Pielavedellä teetettiin kesällä 2018 liikunnan- ja vapaa-ajan asukaskysely, jonka tarkoituksena oli kartoittaa tulevan liikuntastrategiaprosessin lähtötilannetta. Kun liikuntastrategian tekeminen hyväksyttiin sivistyslautakunnassa joulukuussa 2018, alkoi strategiatyö myös virallisesti. Strategiaprosessin alkuvaiheesta asti haluttiin saada mukaan laaja kattaus liikunnasta päättäviä sekä liikunnan parissa työskenteleviä tahoja. Aluksi kasattiin liikuntastrategiatyöryhmä, johon kuuluivat sivistysjohtaja, sivistyslautakunnan puheenjohtaja ja kaksi jäsentä sekä liikunnan- ja vapaa-ajan ohjaaja. Työryhmä suunnitteli kyselylomakkeen, jota käytettiin ensimmäisen kerran liikuntafoorumin ryhmähaastattelun pohjana tammikuussa 2019. Liikuntafoorumiin koottiin edustajat eri hallintokunnista: kansalaisopisto, liikunta-, kulttuuri-, nuorisotoimi, perusopetus, perusturva, varhaiskasvatus ja ympäristösasto. Toisen kerran kyselylomaketta käytettiin seurafoorumissa, jossa se toimi pienryhmätyöskentelyn aiheena. Seurafoorumi koostui Pielaveden seurojen, järjestöjen, yhdistysten ja yrittäjien jäsenistä. (Moilanen 2019, 65–68.)

Foorumeissa käytetyn kyselylomakkeen SWOT-analyysien tulokset ja aiemmin tehdyn kuntalaiskyselyn vastaukset käytiin läpi helmikuussa 2019. Tämän jälkeen liikuntastrategiatyöryhmä loi ensimmäisen strategiaversion tavoitteet, painopisteet ja vision. Maaliskuussa 2019 kunnanjohtajalta ja johtoryhmältä pyydettiin ensimmäiseen versioon kom-



mentteja, joiden perusteella siihen tehtiin tarkennuksia ja parannuksia. Liikunta- ja vapaa-ajanohjaaja esitteli liikuntastrategian sivistyslautakunnassa 21.3.2019, jossa se hyväksyttiin. Tämän jälkeen liikuntastrategia hyväksyttiin kunnanhallituksessa ja valtuustossa. Näiden vaiheiden jälkeen liikuntastrategian jalkautus aloitettiin huhtikuussa 2019. (Moilanen 2019, 68–69.)

### **6.1.5 Tavoitteiden asettaminen**

Savitaipaleen liikuntasuunnitelman nimeksi tulee liikkumishjelma, koska se koettiin liikuntatoimessa helpommin lähestyttäväksi nimeksi kuin liikuntastrategia. Pielaveden liikuntatoimi aikoo vaihtaa tulevaisuudessa liikuntastrategiansa nimen liikkumishjelmaksi (Moilanen 11.12.2019). Pielaveden liikuntastrategia tehtiin ylemmän ammattikorkeakoulun (YAMK) opinnäytetyönä ja myös Savitaipaleen liikkumishjelma 2020–2022 tehdään opinnäytetyönä YAMK:ssa.

Savitaipaleen liikkumishjelma on tarkoitus saada jalkautusvaiheeseen kahdeksassa kuukaudessa. Liikkumishjelman luomisessa käytetään samoja käytänteitä kuin Pielaveden liikuntastrategian tekemisessä, mutta eri järjestyksessä. Seurafoorumi oli sovittu järjestää Etelä Karjalan Liikunta ja Urheilu ry:n (EKL) kanssa lokakuussa 2019 ennen kuin kehittämistyön tarpeet oli tunnistettu. Kehittämistyö kuitenkin aloitettiin ennen seurafoorumia ja sen myötä SWOT-analyysi ehdittiin suunnitella valmiiksi ennen foorumin koolle kutsumista. Benchmarking-yhteistyöstä sovittiin marraskuussa 2019, jonka jälkeen Savitaipaleen liikuntatoimenohjaaja tutustui Pielaveden liikuntastrategiasta tehtyyn opinnäytetyön vaiheisiin yksityiskohtaisesti ja sopi puhelinhaastattelun joulukuulle 2019 Pielaveden liikunta- ja vapaa-ajanohjaajan kanssa. Liikuntatoimenohjaaja perusti marraskuussa liikkumishjelmatyöryhmän johon kuuluvat sivistysjohtaja, sivistystoimen palvelusihteeri, terveyden ja hyvinvoinnin palvelujohtaja sekä liikuntatoimenohjaaja. Ennen joulukuuksi sovitua puhelinhaastattelua liikuntatoimenohjaaja lähetti sähköpostilla haastattelun kysymykset liikunta- ja vapaa-ajan ohjaajalle, jotta haastattelun aika saatiin käytettyä tehokkaasti hyväksi. Haastattelun aikana vertailtiin Pielaveden liikuntastrategiaprosessin aikataulua Savitaipaleen liikkumishjelman suunnitelmaan. Pielavedellä kysely teetettiin kesällä 2018. Tämän jälkeen strategiaproessin vaiheet toteutuvat joulukuun 2018 ja huhtikuun 2019 välisenä aikana. Pielavedellä liikuntastrategiatyöryhmän laatimaa kyselylomaketta käytettiin seura- sekä liikuntafoorumissa. Tämän perusteella Savitaipaleen liikuntatoimenohjaaja päätti käyttää seurafoorumiin laadittua SWOT-analyysiä myös liikuntafoorumissa. Seuraavaksi piti päättää liikuntakyselyn ja liikuntafoorumin järjestys: liikuntatoimenohjaaja päätyi Pielaveden malliin, jossa kysely pidettiin ennen liikuntafoorumia. Näin liikuntakyselyn tulokset saadaan esiteltyä liikuntafoorumissa. Liikuntakysely suunniteltiin

pidettäväksi vuoden 2020 tammikuussa ja liikuntafoorumi maaliskuussa. Pielaveden liikunta- ja vapaa-aikakysely julkaistiin vain sähköisessä muodossa. Liikunta- ja vapaa-ajanohjaaja epäili, että tämä vaikutti vanhimpien ikäluokkien vastauksiin: yli 60-vuotiaita vastanneita oli vain kuusi. Tämän seurauksena liikuntatoimenohjaaja päätti ehdottaa liikkumisohjelmatyöryhmälle paperisten kyselylomakkeiden ottamista mukaan Savitaipaleen liikuntakyselyyn, jotta myös internetiä käyttämättömät asukkaat saavat mahdollisuuden vastata kyselyyn. Pielaveden liikunta- ja vapaa-ajanohjaaja epäili täytettyjen paperisten kyselylomakkeiden tallentamisen sähköiseen järjestelmään lisäävän työmäärää liikuntakyselyn koontivaiheessa. Liikuntatoimenohjaaja päätti tämän perusteella kysyä kunnassa olevalta työharjoittelijalta mahdollisuutta tallentaa paperiset vastaukset sähköiseen järjestelmään. Pielaveden liikuntastrategian mittareissa oli maininta kouluterveyskyselystä. Kouluterveyskysely pidettiin Savitaipaleen kouluissa vuonna 2019 ja liikuntatoimenohjaaja päätti käyttää sen tuloksia soveltuvin osin vertailukohtana Savitaipaleen liikuntakyselyn tuloksille. Kun liikuntafoorumi on järjestetty maaliskuussa, noudatetaan Savitaipaleen liikkumisohjelman jalkautuksessa osittain samoja vaiheita kuin Pielavedellä: Liikuntatoimenohjaaja esittelee liikkumisohjelman liikkumisohjelmatyöryhmässä, jonka muokkausten jälkeen se esitellään sivistyslautakunnassa. Kun sivistyslautakunta on hyväksynyt liikkumisohjelman, on liikkumisohjelma valmis jalkautukseen toukokuussa 2020.

## **6.2 Verkostotyö Savitaipaleella**

### **6.2.1 Seurafoorumi**

Seurafoorumi on järjestetty vuosina 2016–2018. Sen ovat järjestäneet Savitaipaleen liikuntatoimi yhteistyössä EKLUn kanssa. Seurafoorumin perustamisvuonna foorumi koontui kaksi kertaa vuodessa ja kokoontumisiin osallistui 13 seurojen edustajaa viidestä eri seurasta. Vuonna 2017 foorumi kokoontui kerran ja siihen osallistui viisi seurojen edustajaa kahdesta eri seurasta. Vuonna 2018 Savitaipaleen kunnalla ei ole ollut liikuntaviranhaltijaa, joten sen vuoden seurafoorumista ei ole tehty muistiota. Seurafoorumin tarkoituksena on kehittää Savitaipaleen liikuntaelämää avoimessa vuoropuhelussa. ”Sen päätehtävänä on luoda yhteisiä kannanottoja urheilu- ja liikuntaseuroja koskettaviin kysymyksiin/asioihin sekä edistää ja synnyttää yhteistyötä.” (EKL, 2016.)

Liikuntatoimenohjaaja alkoi suunnitella EKLUn seurakoordinaattorin ja urheiluakatemia koordinaattorin kanssa seurafoorumiä elokuussa 2019. Seurafoorumin ajankohdaksi päätettiin 17.10.2019 ja kutsu seurafoorumiin lähetettiin yhdeksälle seuralle sähköpostilla 26.9.2019. Vain kolmesta seurasta tuli osallistujia paikalle. Yleisseura Savitaipaleen Urheilijoista tuli kaksi osallistujaa. Talven 2019 aikana seurojen sähköpostiosoitteet tarkistet-

tiin ajan tasalle. Tällä toimenpiteellä varmistetaan seurojen vastuuhenkilöiden parempi tavoitettavuus tulevaisuudessa.

Seurafoorumissa oli tarkoitus selvittää vuosina 2016–2017 muistioihin kirjattujen kannanottojen tilannetta. Ajankohtaisina asioina foorumissa käsiteltiin urheilija-akatemiayhteistyön aloitus sekä valmentaja-ohjaaja koulutuksen mukaan ottamista lukion kurssitarjontaan. Seurafoorumiin osallistuvien seurojen edustajilla teetettiin SWOT-analyysi savitaipaleen liikunnan nykytilasta (liite 2). SWOT-analyysin teettäminen oli noussut aiheelliseksi liikuntatoimenohjaajan tutkiessa edellisvuosien muistioiden sisältöä. Liikuntatoimenohjaaja halusi koota kasaan seurafoorumin osallistujien mielipiteet Savitaipaleen liikunnan nykytilasta nelikenttäanalyysin avulla. Lisäksi foorumissa kerrottiin tilavuorovarausten kausien pituuksista ja ohjeistettiin avustusten haussa.

Seurafoorumin kesto oli 15 minuuttia aiottua pidempi foorumissa heränneen keskustelun takia. EKLUn edustajien kanssa pohdittiin, että pitäisikö tulevissa kokoontumisissa keskustelu katkaista aikataulussa pysymisen vuoksi. Puheenvuorojen rajaamisen sijaan kuitenkin päätettiin lisätä tulevien seurafoorumeiden kestoja, jolloin asioiden läpikäymiseen jää paremmin aikaa.

EKLUn vastasi seurafoorumin aloituksesta ja lopetuksesta, liikuntatoimenohjaajan pitäessä muut osuudet. Tämä järjestely koettiin selkeäksi ja toimivaksi käytännöksi. Liikuntatoimenohjaaja kirjoitti foorumista muistion, joka toimii pohjana kunnan ja seurojen yhteistyölle. Muistioon kirjattiin ylös jokaisen osion kommentit ja kehitysehdotukset. Muistio lähetettiin sähköpostilla foorumeiden osallistujille sekä se lisättiin EKLUn internet-sivuille Savitaipaleen seurafoorumi osioon. Kannanotot ja kehitysehdotukset käydään liikuntatoimessa läpi ja tehdään tarvittavat toimenpiteet niiden toteuttamiseksi. Muistio toimii myös pohjana tulevien vuosien seurafoorumeille.

Seurafoorumin SWOT-analyysin kommentit Savitaipaleen liikunnan nykytilasta:

VAHVUUDET: Mitkä asiat ovat hyvin? Missä on onnistuttu?

Vastaukset:

- Toimiva hyvä (=siisti) liikuntatalo
- Uimahalli: lapset oppivat uimaan, vanhempi väki kuntoutuu.
- Talvella hiihtoladut pidetty hyvässä kunnossa.
- Monipuolinen lajivalikoima mahdollista pienessä kunnassa.
- Eri seurojen välillä ei ole kilpailua harrastajista.
- Tahtotila tänä vuonna.

- Uudistuksia hyvä!
- Kunnalta tukea lajeille: stipendit + tapahtumat.
- Monipuoliset lajivalikoimat.
- Suurilta osin toimivat olosuhteet/lajipaikat.
- Vielä sitoutuneita toimijoita.

HEIKKOUEDET: Mitkä asiat eivät ole hyvin? Missä on parannettavaa?

Vastaukset:

- Vanha koulun sali: kylmä, repaleiset verhot, ovi jumissa jne.
- Tilaongelmat: Liian pieni urheilutalo. KK-koulun salin nykyinen omistaja ongelmana.
- Liikuntatilat riittämättömät ja tarkoitukseen sopimattomat -> KYLMÄ SALI!
- Osa avustuskuviosta sisäpiirien tiedossa.
- Sali ei toimi lajiharjoittelussa kovinkaan hyvin.
- Ikärakenne alkaa olla negatiivinen.
- Uudistaminen ja kehittäminen voi jäädä kaiken muun jalkoihin.

MAHDOLLISUUDET: Miten liikunnan trendien kehitys vaikuttaa paikallisesti ja kansallisesti? Miten positiivista kehitystä voidaan vahvistaa?

Vastaukset:

- Tehdään paljon talkootyötä.
- Kylällä voimakasta yhteisöllisyyttä.
- Moneen lajiin on olosuhteet suhteellisen ok -> sitä kautta kuntaan voisi muuttaa uusia asukkaita.
- Seuroissa halua monipuoliseen liikuttamistyöhön.
- Seuroissa tehdään kehitystyötä.
- Junioriharrastajia tulee eri ikäryhmistä.
- Aikuisia liikkujiakin aloittaa lajissa.
- Lisää yhteistyötä seurojen kesken.

UHAT: Mitä tulisi välttää? Mitkä asiat estävät kehitystä?

Vastaukset:

- Paikat rapistuu hoidon puutteessa esim. Olkkolan kuntopolku.
- Kunnan tukea tarvitaan, se ei voi loppua, jotta myös vähävaraisilla on mahdollisuus liikkua.
- Nykyiset ikäluokat ovat niin pieniä, että joukkuelajeihin ei saa joukkueita.

- Riittämättömät tilat kehitystyöhön.
- Ei riittävästi taloudellista tukea kansainvälisissä kisoissa käyville.
- Toiminnan kehittämiseen tarvittavia henkilöitä puuttuu.

Seurafoorumin SWOT-analyseissä suurimmaksi haittaavaksi tekijäksi nousi vanhan kirkonkylän koulun sali. Tämä liikuntatila poistui käytöstä marraskuussa 2019 salin omistajan irtisanottua Savitaipaleen kunnan kanssa tehdyn vuokrasopimuksen. Salista vuoroja varanneille liikuntaseuroille järjestettiin väistötilat tilavaruskauden 2019–2020 loppuun asti. Kunnalta haettavista avustuksista saatiin myös palautetta SWOT-analyysissä. Saadun palautteen perusteella kunta laati uuden avustushakemuslomakkeen, joka otettiin käyttöön tammikuussa 2020. Uuden lomakkeen avulla yhdistykset voivat hakea monia eri avustuksia samalla kertaa, kun aikaisemmassa käytännössä jokaista avustusta haettiin eri lomakkeilla.

### **6.2.2 Liikuntafoorumi**

Liikuntafoorumi ei ole pidetty aikaisemmin Savitaipaleella. Kutsut liikuntafoorumiin lähetettiin 5.3.2020 ja päiväksi sovittiin 13.3.2020. Liikuntatoimenohjaaja kutsui liikuntafoorumiin kunnan teknisen johtajan, kansalaisopiston rehtorin, sivistysjohtajan, sivistystoimen palvelusihteerin sekä terveyden ja hyvinvoinnin palvelujohtajan.

Ennalta sovittu liikuntafoorumi jouduttiin perumaan kahdesti COVID-19 koronaviruksen aiheuttamien toimenpiteiden takia: Alkuperäisenä liikuntafoorumipäivänä 13.3. perjantaina kunnan johtoryhmä päätti, että kunnan hallinnoimat liikuntatilat suljetaan 14.3. lähtien koronaviruksen leviämisen estämiseksi. Tilojen sulkemisesta piti tiedottaa monia sidosryhmiä ja käyttäjiä. Tämän takia foorumi päätettiin siirtää seuraavalla työpäivälle. 16.3. maanantaina kunnan johtoryhmä kokoontui klo 9.00 ja liikuntafoorumin oli määrä alkaa klo 11.00. Johtoryhmän kokouksen kesto venyi yli klo 11.00 koronaviruksen aiheuttamien akuuttien toimenpiteiden takia, joten myös silloin liikuntafoorumi jouduttiin peruuttamaan.

Liikuntafoorumien järjestämisen sijaan kutsutuille lähetettiin liikuntakyselyn tulokset ja seurafoorumissa käytetty SWOT-analyysi. Viidestä SWOT-analyysistä neljä palautettiin täytettynä. Liikuntafoorumien peruuntumisen takia ryhmäkeskustelu liikuntakyselyn tuloksista ja SWOT-analyysien sisällöstä ei toteutunut maaliskuussa 2020. Tämän takia liikuntatoimenohjaaja järjestää kesän 2020 aikana liikuntafoorumien kokoontumisen tai videopalaverin, jossa keskustellaan sivistyslautakunnan hyväksymästä liikkumisohjelmasta ja sen jalkauttamisen aikataulusta.

### 6.3 Liikuntakysely

Savitaipaleen liikuntakyselyn tarkoitus oli kerätä tietoa liikkumishjelman aloitustilanteeseen. Liikuntakysely on yksi tiedonkeruumuodoista, jonka perusteella liikkumishjelmatyöryhmä luo liikkumishjelman sisällön. Liikuntakyselyn (liite 1) vastausaika oli 17.1.–30.1.2020. Kysely oli luotu Webropol-järjestelmällä ja siihen vastaaminen tapahtui internetissä sekä paperilomakkeella. Kyselystä tiedotettiin kunnan internet- ja Facebook-sivuilla sekä Länsi-Saimaan sanomissa. Kyselyssä käytettiin samoja sisältöjä kuin Pielaveden liikunta- ja vapaa-aikakyselyssä. 27 kysymystä sisältävä liikuntakysely hyväksyttiin liikkumishjelman työryhmässä, johon kuuluivat liikuntatoimenohjaajan lisäksi sivistysjohtaja, sivistystoimen palvelusihteri sekä terveyden ja hyvinvoinnin palvelujohtaja. Työryhmässä päätettiin, että kyselyn paperiversioiden nouto- ja jättöpaikkana toimii liikuntatalo, kirjasto ja kunnantalo. Kyselyn ensimmäistä versiota testattiin kolmella eri käyttäjällä, jotka kuuluivat 12–17-, 18–64- ja yli 64-vuotiaiden ikäluokkiin. Heidän kehitysehdotukset otettiin huomioon kyselyn lopullisessa versiossa.

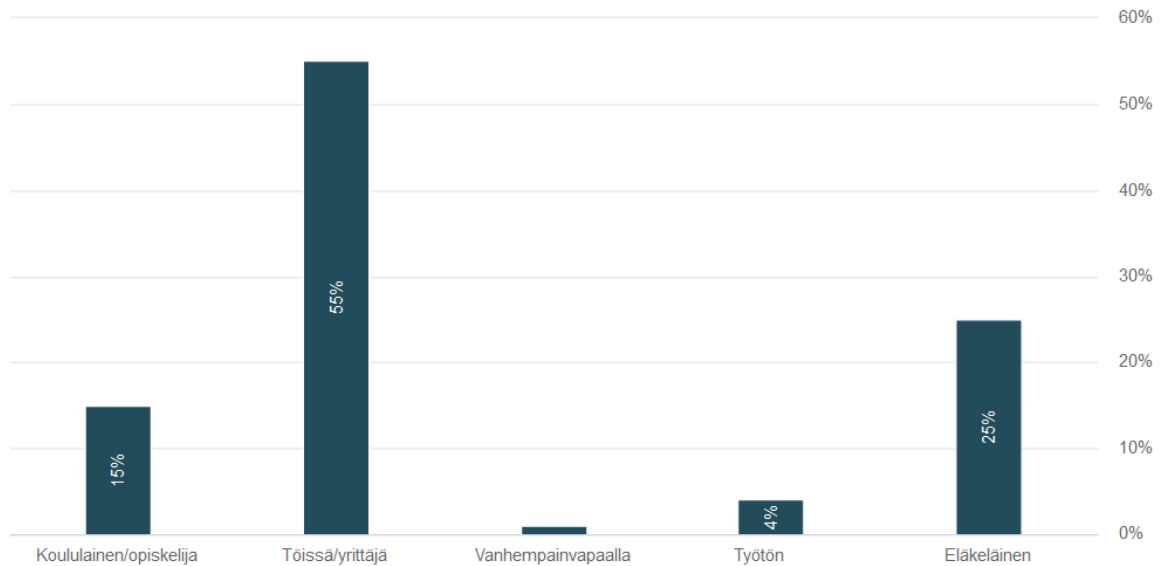
#### 6.3.1 Liikuntakyselyn tulokset

Kyselyyn tuli määräajassa 145 vastausta, joista 12 oli tehty paperilomaketta käyttäen. Savitaipaleen kunnalla työharjoittelussa ollut opiskelija kirjasi paperisten lomakkeiden vastaukset Webropol-järjestelmään, jonka jälkeen kyselyn tulokset voitiin koota. Kaikenkaikkiaan täytettyjä paperilomakkeita palautettiin määräaikaan mennessä 22 kappaletta, mutta vain 10 niistä oli täytetty oikein. Loput 12 lomaketta jouduttiin hylkäämään puutteellisten vastausten takia: lomakkeissa ei ollut vastattu pakollisiin kysymyksiin, jonka takia niitä ei voitu hyödyntää tuloksissa. Kaikki hylätyt paperilomakkeet olivat yli 64-vuotiaiden täyttämiä. Jos paperilomakkeet olisi täytetty oikein, olisi yli 64-vuotiaiden vastaajien määrä ollut 41 nykyisen 29 vastauksen sijaan. Kyselyyn vastasi 81 naista ja 64 miestä, joiden ikäluokat on esitetty taulukossa 2.

Taulukko 2. Vastaajien ikäluokat

| Ikäluokka       | Naiset | Miehet |
|-----------------|--------|--------|
| 7–12-vuotiaat   | 0      | 0      |
| 13–17-vuotiaat  | 6      | 12     |
| 18–64-vuotiaat  | 57     | 41     |
| yli 64-vuotiaat | 18     | 11     |

Vastaajien työtilannekysymyksessä suosituimmat vastausvaihtoehdot olivat vaihtoehdot töissä/yrittäjä ja eläkeläinen. Vastaajien työtilanne on kuvattu kuviossa 4.



Kuvio 4. Vastaajien työtilanne

Kysyttäessä päivittäisen liikkumisen määrää huomattiin 13–17-vuotiaiden vastauksista, että kaikki vastanneet liikkuvat päivittäin vähintään 30 minuuttia (taulukko 3). Nuori Suomi (2008a, 19) liikuntasuosituksen mukaan 13–17-vuotiaiden tulisi liikkua vähintään tunti päivässä. Näiden suositusten mukaan liikkuu 72 % 13–17-vuotiaista vastanneista.

Taulukko 3. 13–17-vuotiaiden päivittäisen liikunnan määrä

|   | n | Prosentti |
|---|---|-----------|
| Alle 30 minuuttia                           | 0 | 0%        |
| 30 – 59 minuuttia                           | 5 | 27,78%    |
| 1 tunti – 1 tunti 29 minuuttia              | 7 | 38,89%    |
| 1 tunti 30 minuuttia – 1 tunti 59 minuuttia | 2 | 11,11%    |
| 2 tuntia tai enemmän                        | 4 | 22,22%    |

Kysyttäessä täysi-ikäisiltä, kuinka kauan he liikkuvat sydämen sykettä kohottavasti viikoittain, huomattiin vastauksista, että reippaasti liikuttaessa yli 64-vuotiaat liikkuvat aktiivisemmin kuin 18–64-vuotiaat: yli 64-vuotiaista 100 % liikkui vähintään 30 minuuttia, kun 18–64-vuotiaista 88 % liikkui vähintään 30 minuuttia. Rasittavasti liikuttaessa 18–64-vuotiaat olivat taas aktiivisempia kuin yli 64-vuotiaat: viikoittain 18–64-vuotiaista 60 % liikkui vähintään 30 minuuttia rasittavasti kun vastaava luku yli 64-vuotiailla oli 33 %. (Taulukko 4.)

Taulukko 4. Yli 17-vuotiaiden vastaukset sydämen sykettä kohottavan liikunnan viikoittaisesta määrästä

| Reippaasti: syke nousee, mutta pystyt puhumaan normaalisti hengästymisestäsi huolimatta. | En ollenkaan | Alle 30 minuuttia | 30 minuuttia – 1 tunti 14 minuuttia | 1 tunti 15 minuuttia – 2 tuntia 29 minuuttia | 2 tuntia 30 minuuttia tai enemmän |
|--|--------------|-------------------|-------------------------------------|--|-----------------------------------|
| 18–64-vuotiaat   | 2,04%        | 10,2%             | 14,29%                              | 29,59%                                       | 43,88%                            |
| yli 64-vuotiaat  | 0%           | 0%                | 20,83%                              | 29,17%                                       | 50%                               |

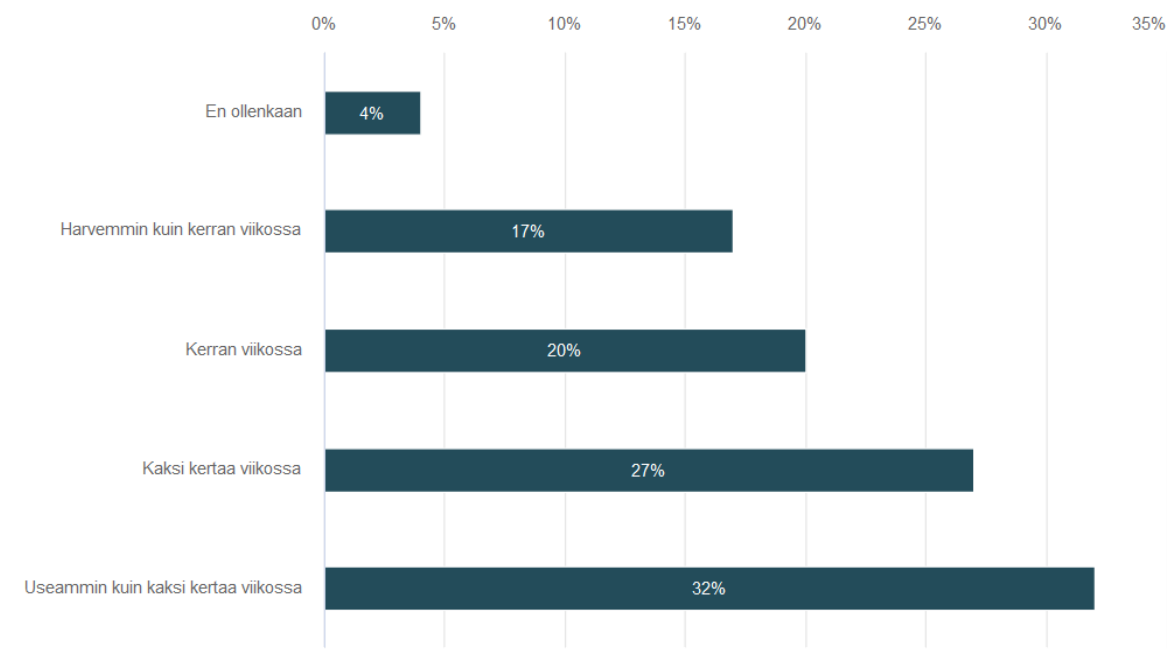
  

| Rasittavasti: puhuminen on hankalaa hengästymisestä johtuen. | En ollenkaan | Alle 30 minuuttia | 30 minuuttia – 1 tunti 14 minuuttia | 1 tunti 15 minuuttia – 2 tuntia 29 minuuttia | 2 tuntia 30 minuuttia tai enemmän |
|--|--------------|-------------------|-------------------------------------|--|-----------------------------------|
| 18–64-vuotiaat   | 14,28%       | 25,27%            | 32,97%                              | 14,29%                                       | 13,19%                            |
| yli 64-vuotiaat  | 13,33%       | 53,33%            | 20%                                 | 6,67%  | 6,67%                             |

UKK-instituutin (2019a; 2019b) suositusten mukaan sekä 18–64-vuotiaiden, että sitä vanhempien tulisi liikkua viikoittain reippaasti vähintään 2 tuntia 30 minuuttia tai rasittavasti vähintään 1 tunti 15 minuuttia. UKK-instituutin suositusten mukaan 18–64-vuotiaista liikkuu reippaasti 44 % ja rasittavasti 27 %. Suodattamalla vastauksia huomattiin, että suositusten mukaan reippaasti liikkuvista 46 % liikkuu myös suositusten mukaisesti rasittavasti. Huomioimalla tämän voidaan todeta, että 18–64-vuotiaista 59 % liikkuu suositusten mukaan sydämen sykettä kohottavasti. UKK-instituutin suositusten mukaisesti yli 64-vuotiaista vastanneista 50 % liikkuu reippaasti ja 13 % rasittavasti. Suodattamalla vastauksia huomattiin, että suositusten mukaan reippaasti liikkuvista 41 % liikkuu myös suositusten mukaisesti rasittavasti. Huomioimalla tämän voidaan todeta, että yli 64-vuotiaista 58 % liikkuu suositusten mukaan sydämen sykettä kohottavasti.

UKK-instituutin (2019a) suositusten mukaan lihaskuntoa ja liikehallintaa tulee harjoittaa vähintään kaksi kertaa viikossa. Kysyttäessä 18–64-vuotiailta heidän viikoittain harjoittamansa lihaskunnon ja liikehallinnan määrää huomattiin, että 59 % vastanneista harjoittaa näitä ominaisuuksia suositusten mukaisesti (kuvio 5).





Kuvio 5. 18–64-vuotiaiden vastaukset lihaskunnan ja liikehallinnan harjoittamisen määristä

UKK- instituutin (2019b) suositusten mukaan yli 64-vuotiaiden pitää harjoittaa lihasvoimaa, tasapainoa ja notkeutta kaksi kertaa viikossa. Kysyttäessä yli 64-vuotialta edellä mainittujen ominaisuuksien harjoittamisesta huomataan vastauksista, että suositusten mukaan näitä ominaisuuksia harjoittaa lihasvoiman osalta 52 %, tasapainon osalta 66 % ja notkeuden osalta 55 % vastanneista (taulukko 5).

Taulukko 5. Yli 64-vuotiaiden vastaukset lihasvoiman, tasapainon ja notkeuden harjoittamisen määristä

|              | En ollenkaan | Harvemmin kuin kerran viikossa | Kerran viikossa | Kahdesti viikossa | Kolmesti viikossa tai useammin | Keskiarvo |
|--------------|--------------|--------------------------------|-----------------|-------------------|--------------------------------|-----------|
| Lihaskvoimaa | 3,57%        | 10,72%                         | 28,57%          | 25%               | 32,14%                         | 3,71      |
| Tasapainoa   | 0%           | 13,79%                         | 20,69%          | 41,38%            | 24,14%                         | 3,76      |
| Notkeutta    | 3,45%        | 13,79%                         | 27,59%          | 24,14%            | 31,03%                         | 3,66      |

Kaikista vastaajista 56 % arvioi liikkuvansa riittävästi, 36 % mielestä liikkumista pitäisi lisätä ja 8 % mielestä liikkumista pitäisi lisätä huomattavasti. Kukaan vastaajista ei kokenut liikkuvansa liikaa ja olevansa alipalautunut.

Rajoittavin tekijä liikunnan harrastamisessa oli sen sopimattomuus aikatauluun, jonka valitsi 22 % vastanneista. 39 % vastanneista kuitenkin koki, ettei omaa liikunnan harrastamista rajoita juurikaan mitään. (Taulukko 6.)

Taulukko 6. Vastaukset liikunnan harrastamista rajoittavista tekijöistä

|  | n  | Prosentti |
|--|----|-----------|
| Harrastuspaikkojen puute                     | 6  | 4,14%     |
| Liikunnan harrastamiseen ei sovi aikatauluun | 32 | 22,07%    |
| Ohjatun liikunnan tarjonnan puute            | 3  | 2,07%     |
| Sopivan lajin puuttuminen                    | 4  | 2,76%     |
| Terveydelliset syyt                          | 14 | 9,65%     |
| Väsymys/stressi                              | 13 | 8,97%     |
| En koe liikunnan harrastamista tärkeäksi     | 0  | 0%        |
| Liikuntataitojen puute                       | 0  | 0%        |
| Liikkumistani ei rajoita juurikaan mikään    | 57 | 39,31%    |
| Muu, mikä?                                   | 16 | 11,03%    |

Liikunnan harrastamisen rajoittavimmaksi tekijäksi nousi avoimessa tekstikentässä talviolosuhteet (taulukko 7).

Taulukko 7. Avoimet vastaukset liikunnan harrastamista rajoittavista tekijöistä

| Vastausvaihtoehdot | Teksti   |
|--------------------|--|
| Muu, mikä?         | Työ  |
| Muu, mikä?         | Ajan puute   |
| Muu, mikä?         | Kuntosalilla vähän tilaa sekä laitteita/painoja ei riittävästi.                              |
| Muu, mikä?         | Leuto talvi (talvilajit eivät onnistu)   |
| Muu, mikä?         | Kolmivuorotyö  |
| Muu, mikä?         | Lasten hoito oman liikkumisen aikana   |
| Muu, mikä?         | Saamattomuus   |
| Muu, mikä?         | Lumen/Lumetettujen latujen puute   |
| Muu, mikä?         | Silloin kuin joku flunssa iskee  |
| Muu, mikä?         | laiskuus   |
| Muu, mikä?         | Salivuoro meni kesken kauden   |
| Muu, mikä?         | Sydäntalvella pimeys ja liukkaus (Pitäisi kävellä vähän enemmän, saada siihen motivaatiota.) |
| Muu, mikä?         | terveys, ulkoilusää  |
| Muu, mikä?         | Lumen puute, ei pääse hiihtämään   |
| Muu, mikä?         | Jonkin verran hinta.   |
| Muu, mikä?         | liukkaat tiet  |

Suosituimpia liikuntamuotoja vastaajien mukaan ovat omatoiminen ulkoilu 65 % ja kuntosaliharjoittelu 54 % (taulukko 8).

Taulukko 8. Vastaukset liikunnan harrastamisen muotoihin

|                        | <b>n</b> | <b>Prosentti</b> |
|------------------------|----------|------------------|
| En harrasta liikuntaa  | 1        | 0,69%            |
| Kuntosaliharjoittelu   | 78       | 53,79%           |
| Ohjattu ryhmäliikunta  | 38       | 26,21%           |
| Muu ohjattu liikunta   | 6        | 4,14%            |
| Joukkueurheilu         | 48       | 33,1%            |
| Yksilöurheilu          | 23       | 15,86%           |
| Uinti /vesiliikunta    | 39       | 26,9%            |
| Tanssi                 | 15       | 10,34%           |
| Ratsastus              | 6        | 4,14%            |
| Omatoiminen ulkoilu    | 94       | 64,83%           |
| Metsästys              | 7        | 4,83%            |
| Muuta liikuntaa, mitä? | 27       | 18,62%           |

77 % vastanneista oli käyttänyt vuoden 2019 aikana Savitaipaleen ulkoliikuntapaikkoja. Suosituimmat ulkoliikuntapaikat olivat merkatut ladut/latupohjat, kirkonkylän valaistu latu/latupohja, Olkkolan uimaranta ja jalkapallon tekonurmikenttä. 84 % vastanneista oli käyttänyt vuoden 2019 aikana Savitaipaleen sisäliikuntapaikkoja. Suosituimmat sisäliikuntapaikat olivat jäähalli, liikuntatalon kuntosali, liikuntatalon iso sali ja Savikunnan kuntosali. 53 % vastanneista oli osallistunut vuonna 2019 Savitaipaleella järjestettyyn liikuntatoimintaan. Neljä suosituinta liikuntatoiminnan järjestäjää oli seurojen järjestämä joukkueurheilu, seurojen ja yhdistysten järjestämä ryhmäliikunta, toimintakeskus Suvanto ja seurojen ja yhdistysten järjestämä muu liikuntatoiminta (taulukko 9).

Taulukko 9. Vastaukset Savitaipaleen liikuntatoimijoiden järjestettyyn liikuntatoimintaan osallistumisesta

|   | Harvemmin kuin kerran viikossa | Kerran viikossa | 2-3 kertaa viikossa | 4 kertaa viikossa tai useammin | Mediaani |
|---|--------------------------------|-----------------|---------------------|--------------------------------|----------|
| Savitaipaleen liikuntatoimi                             | 77,78%                         | 5,55%           | 11,11%              | 5,56%                          | 1        |
| Savitaipaleen koulukeskuksen oppilaiden liikuntakerhot  | 100%                           | 0%              | 0%                  | 0%                             | 1        |
| Savitaipaleen kansalaisopisto                           | 51,85%                         | 37,04%          | 11,11%              | 0%                             | 1        |
| Toimintakeskus Suvanto                                  | 64%                            | 24%             | 12%                 | 0%                             | 1        |
| Savikunto   | 56%                            | 36%             | 8%                  | 0%                             | 1        |
| Lavanda yoga & pilates                                  | 66,67%                         | 33,33%          | 0%                  | 0%                             | 1        |
| Eksote  | 100%                           | 0%              | 0%                  | 0%                             | 1        |
| Savitaipaleen liikunta- ja hyvinvointipalvelut (SLH)    | 70,59%                         | 23,53%          | 5,88%               | 0%                             | 1        |
| Seurojen järjestämä joukkueurheilu                      | 30,44%                         | 30,43%          | 39,13%              | 0%                             | 2        |
| Seurojen järjestämä yksilöurheilu                       | 84,62%                         | 15,38%          | 0%                  | 0%                             | 1        |
| Seurojen järjestämä ohjattu ratsastustoiminta           | 100%                           | 0%              | 0%                  | 0%                             | 1        |
| Seurojen ja yhdistysten järjestämä ryhmäliikunta        | 47,83%                         | 21,74%          | 30,43%              | 0%                             | 2        |
| Seurojen ja yhdistysten järjestämä muu liikuntatoiminta | 70,59%                         | 23,53%          | 0%                  | 5,88%                          | 1        |

Vastanneiden oman liikunnan harrastamisen kannalta neljäksi tärkeimmäksi seikaksi nousi liikuntapaikkojen pitäminen hyvässä kunnossa, liikuntapaikkojen saavutettavuus, liikuntaharrastamisen kustannukset ja aktiivinen urheiluseuratoiminta (taulukko 10).

Taulukko 10. Vastaukset oman liikunnan harrastamisen kannalta tärkeimmät tekijät

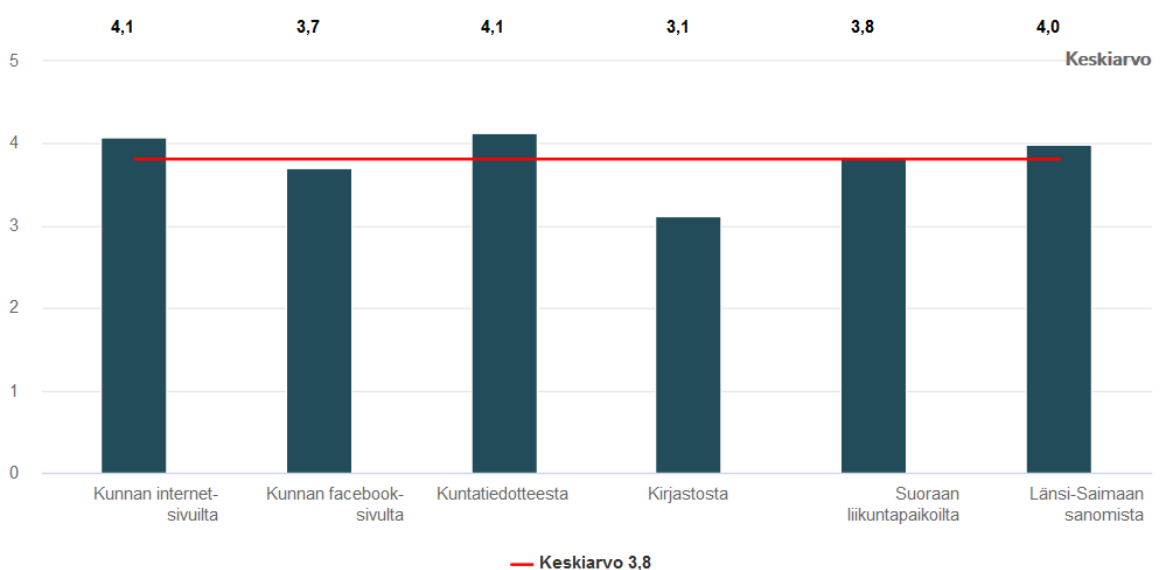
|   | En ollenkaan tärkeänä | Melko tärkeänä | Tärkeänä | Erittäin tärkeänä | Median |
|---|-----------------------|----------------|----------|-------------------|--------|
| Liikuntapaikat pidetään hyvässä kunnossa  | 0,92%                 | 9,17%          | 33,95%   | 55,96%            | 4      |
| Monipuolinen ohjatun liikunnan tarjonta   | 14,68%                | 30,28%         | 37,61%   | 17,43%            | 3      |
| Aktiivinen urheiluseuratoiminta           | 18,35%                | 26,61%         | 37,61%   | 17,43%            | 3      |
| Liikuntapaikkojen saavutettavuus          | 1,83%                 | 11,93%         | 45,87%   | 40,37%            | 3      |
| Monipuolinen liikuntapaikkatarjonta       | 0,92%                 | 21,1%          | 43,12%   | 34,86%            | 3      |
| Harrastaessa tapaa muita liikkuja         | 18,35%                | 33,94%         | 22,94%   | 24,77%            | 2      |
| Uusia lajeja pääsee kokeilemaan ohjatusti | 16,51%                | 47,71%         | 23,85%   | 11,93%            | 2      |
| Perheen ja ystävien tuki                  | 11,01%                | 34,86%         | 33,03%   | 21,1%             | 3      |
| Liikuntaharrastamisen kustannukset        | 8,26%                 | 33,03%         | 39,45%   | 19,26%            | 3      |
| Työnantaja tukee liikuntaa                | 26,6%                 | 18,35%         | 33,03%   | 22,02%            | 3      |

Kysyttäessä liikuntaan vaikuttavien asioiden toteutumista Savitaipaleella neljäksi tärkeimmäksi asiaksi nousivat liikuntapaikkojen saavutettavuus, liikuntapaikkojen kunnossapito, liikuntamahdollisuuksista on saatavilla tarpeeksi tietoa ja kevyen liikenteen väylien kunnossapito (taulukko 11).

Taulukko 11. Vastaukset liikuntaan vaikuttavien asioiden toteutumisesta

|   | En osaa sanoa | Huonosti | Kohtalaisesti | Melko hyvin | Hyvin  | Median |
|---|---------------|----------|---------------|-------------|--------|--------|
| Liikuntapaikkojen kunnossapito                                | 8,26%         | 1,83%    | 26,61%        | 49,54%      | 13,76% | 4      |
| Monipuolinen ohjatun liikunnan tarjonta                       | 28,44%        | 1,84%    | 23,85%        | 27,52%      | 18,35% | 3      |
| Aktiivinen urheiluseuratoiminta                               | 22,02%        | 4,59%    | 22,93%        | 40,37%      | 10,09% | 4      |
| Liikuntapaikkojen saavutettavuus                              | 2,75%         | 1,84%    | 18,35%        | 49,54%      | 27,52% | 4      |
| Liikuntapaikkojen esteettömyys                                | 38,53%        | 0%       | 19,27%        | 31,19%      | 11,01% | 3      |
| Kevyen liikenteen väylien kunnossapito                        | 12,84%        | 6,42%    | 30,28%        | 41,29%      | 9,17%  | 4      |
| Liikuntamahdollisuuksista on saatavilla tarpeeksi tietoa      | 5,51%         | 7,34%    | 39,45%        | 34,86%      | 12,84% | 3      |
| Kunnan liikuntapaikkojen varaaminen omaan käyttöön on helppoa | 59,63%        | 4,59%    | 11,01%        | 20,18%      | 4,59%  | 1      |
| Mahdollisuus saada liikuntaneuvontaa                          | 55,96%        | 4,59%    | 12,84%        | 22,02%      | 4,59%  | 1      |
| Ohjattu liikuntatoiminta koululaisille loma-aikoina           | 75,23%        | 2,75%    | 10,09%        | 11,93%      | 0%     | 1      |
| Liikuntatapahtumat  | 34,86%        | 6,42%    | 23,86%        | 28,44%      | 6,42%  | 3      |

Kysyttäessä mistä haluaisitte jatkossa saada tietoa tarjottavista liikuntamahdollisuuksista, nousi kuntatiedote, kunnan internet-sivut ja paikallislehti Länsi-Saimaan sanomat suosituimmiksi vaihtoehdoksi (kuvio 6).



Kuvio 6. Vastaukset Savitaipaleen tulevien liikuntamahdollisuuksien tiedotuskanavista

Kysyttäessä mihin liikuntapalveluun olisit valmis osallistumaan, nousi neljäksi suosituimmaksi vastausvaihtoehdoksi kuntosalipastukset, matalan kynnyksen helpot jumpat, opastetut vaellukset retkeilyreiteillä ja liikuntaneuvonta (taulukko 12).

Taulukko 12. Vastaukset kiinnostavista liikuntapalveluista

|   | En osaa sanoa | Ei lainkaan kiinnostavia | Melko kiinnostavia | Kiinnostavia | Erittäin kiinnostavia | Mediaani |
|---|---------------|--------------------------|--------------------|--------------|-----------------------|----------|
| Uimakoulut                                  | 28,44%        | 51,38%                   | 4,59%              | 9,17%        | 6,42%                 | 2        |
| Kuntosalipastukset                          | 16,51%        | 13,76%                   | 27,52%             | 33,95%       | 8,26%                 | 3        |
| Avoimet palloiluryhmät                      | 19,27%        | 34,86%                   | 23,85%             | 16,51%       | 5,51%                 | 2        |
| Matalan kynnyksen helpot jumpat             | 18,35%        | 28,44%                   | 17,43%             | 23,85%       | 11,93%                | 3        |
| Opastetut vaellukset retkeilyreiteillä      | 14,68%        | 28,44%                   | 26,6%              | 19,27%       | 11,01%                | 3        |
| Opastetut pyöräretket kunnan eri kohteisiin | 16,51%        | 40,37%                   | 20,18%             | 13,76%       | 9,18%                 | 2        |
| Kulttuurikävelyt                            | 18,35%        | 36,7%                    | 21,1%              | 17,43%       | 6,42%                 | 2        |
| Perheliikuntaryhmät                         | 30,28%        | 41,28%                   | 16,51%             | 10,09%       | 1,84%                 | 2        |
| Vertaisryhmät                               | 29,36%        | 38,53%                   | 21,1%              | 10,09%       | 0,92%                 | 2        |
| Liikuntaneuvonta                            | 22,02%        | 21,1%                    | 31,19%             | 20,18%       | 5,51%                 | 3        |
| Luistelukoulut                              | 24,77%        | 39,45%                   | 12,84%             | 14,68%       | 8,26%                 | 2        |

Kysyttäessä mikä muu liikuntapalvelu kiinnostaa, saivat tanssiin liittyvät ryhmät kolme mainintaa (taulukko 13).

### Taulukko 13. Avoimet vastaukset kiinnostavista liikuntapalveluista

|   |   |
|---|---|
| Y | naisten jalkapallo<br>naisten salibandy (aktiivinen kilpaileva joukkue)   |
| Y | Curling, ei muuten ole esiintynyt kyselyssä lajina tai sanana vielä kertaakaan. Sama koskee myös ainakin rullaluistelua. Varmaan puuttuu myös muita lajeja.   |
| Y | Jäähallin kunnossapito. Haluan että jäähallista pidetään hyvää huolta.  |
| Y | Talvella mahdollisuus avantouintiin joka päivä(aamu) !  |
| Y | Tanssi, ei lavis tai muu mummo laji   |
| Y | Tanssitunnit kuten bailatino tai Zumba  |
| Y | Hiihto kiinnostaa erityisesti, voisiko lumetusta hoitaa huonoina aikoina lyhyille reiteille, esim 1-2 km, kun luonnonlunta ei ole riittävästi. Eikös kunnalla ole lumitykkeitä jossain ja hallilta saisi apuja. Miten olisi golfkenttä? |
| Y | Eri palloilulajit, tennis, lentopallo ja salibandy kiinnostavat, mutta nivelvaivat estävät osallistumisen   |
| Y | bungee training!  |
| Y | Kamppailulajit  |
| Y | -   |
| Y | Käytän jo nyt aika paljon liikuntapalveluita. Haluaisin aloittaa uudestaan tenniksenpeluun, jos löytyisi samantasoisia pallottelijoita.   |
| Y | Zumba. Rivitanssi   |
| Y | Ryhmäluisteluretket jos jäätilanne sallii.  |
| Y | Melontaretket   |
| Y | Keilailun matkakulujen avustaminen.   |
| Y | -   |
| Y | moottoriturheilu  |

Kysyttäessä halutaanko liikuntavälineitä kirjaston lainausvalikoimaan vastasi kyllä 37 % ja 63 % ei. Suosituimmat liikuntavälineet olivat frisbee-golf kiekot, mölkky-peli ja petankki-setti (taulukko 14).

### Taulukko 14. Vastaukset halutuimmista kirjaston lainausvalikoiman liikuntavälineistä

|                       | n  | Prosentti |
|-----------------------|----|-----------|
| Kahvakuulia           | 7  | 18,92%    |
| Frisbeegolf-kiekkoja  | 21 | 56,76%    |
| Mölkky-peli           | 12 | 32,43%    |
| Petankki-setti        | 7  | 18,92%    |
| Rantalentopallo       | 6  | 16,22%    |
| Koripallo             | 4  | 10,81%    |
| Jalkapallo            | 5  | 13,51%    |
| Pingismailat ja pallo | 9  | 24,32%    |
| Joku muu, mikä?       | 12 | 32,43%    |

Liikuntakysely täytti kuntalaissa määrätyn kunnan velvollisuuden kuntalaisten kuulemisesta ja heidän vaikuttamis- ja osallistumismahdollisuuksista liikkumisohjelman suhteen. Lii-

kuntakysely täytti myös terveydenhuoltolaissa määrätyn vastuun kuntalaisten liikunta-aktiivisuuden arvioinnista. Liikuntakyselyä ei voi verrata aikaisempaan, koska sellaista ei ole aiemmin teetetty Savitaipaleen kuntalaisille. Kyselyyn ei vastannut yhtään 7–12-vuotiaita, mutta heidän vanhempansa (n19) kokivat perheliikuntaryhmät kiinnostavimpana liikuntapalveluna. Myös alle 7-vuotiaiden vanhempien (n19) mielestä perheliikuntaryhmät olivat kiinnostavin liikuntapalvelu. Liikkumisohjelmassa perheliikuntaryhmät tulevat olemaan alle 13-vuotiaiden ohjatun liikunnan painopisteenä. 13–17-vuotiaiden (n18) mielestä kiinnostavimmat liikuntapalvelut olivat kuntosalioipastukset, avoimet palloiluryhmät, liikuntaneuvonta ja luistelukoulu. Nämä palvelut tullaan huomioimaan liikkumisohjelman painopisteinä niin koulu- kuin loma-aikoina, koska 33 % 13–17-vuotiaista ei osannut sanoa miten koululaisten loma-ajan toiminta toteutuu Savitaipaleella ja vain 6 % piti toiminnan onnistumista hyvänä. 18–64-vuotiaista vastaajista 53 % ei ollut tietoisia koululaisten loma-ajan ohjelmasta. Koululaisten loma-ajan toiminnasta tiedottamisessa pitää ottaa huomioon myös 18–64-vuotiaiden ikäluokka, koska he ovat kouluikäisten lasten huoltajia. Tiedottamalla viimeistään maaliskuussa tulevan kesäloma-ajan ohjelmasta, voivat kouluikäisten lasten huoltajat suunnitella myös omia kesä-ajan aikataulujaan paremmin. Tämä huomioidaan liikuntatoimen vuosikellossa ja viestintäsuunnitelmassa. Yli 64-vuotiaista kyselyyn vastasi 28 kuntalaista. Heistä 58 % liikkui UKK-instituutin vähimmäissuosituksen mukaisesti. Kuitenkin 86 % koki liikkuvansa riittävästi ja vain 14 % mielestä liikuntaa pitäisi lisätä. Suosituiimpiin sisäliikuntapaikkoihin tullaan lisäämään yli 64-vuotiaiden- ja nuorempien liikuntasuosituksia, jotta tietoisuus liikunnan vähimmäissuosituksista lisääntyy. Yli 64-vuotiaat suosivat paperisia tiedotuskanavia ja tämä tullaan huomioimaan kohdennettaessa markkinointia heidän ikäluokalleen. Liikuntavälineiden lisääminen kirjaston lainausvalikoimaan aloitetaan keväällä 2020. Vaikka vain 34 % halusi liikuntavälineitä kirjaston valikoimaan, niin potentiaalisia liikuntavälineiden lainaajia tulee olemaan enemmän kesäaikaan kun kesäasukkaat tulevat paikkakunnalle.

#### **6.4 Muut kyselyt**

Savitaipaleen lukio on hyväksytty liikkuva opiskelu hankkeeseen lukuvuodeksi 2019–2020. Lukion opiskelijoille teetettiin lukion liikuntakysely helmikuussa 2020, jonka tulosten avulla kehitetään lähiopiskelupäivien aikana tapahtuvia liikuntamahdollisuuksia varuamalla lukiolaisten käyttöön liikuntatiloja sekä teettämällä videopalveluun virtuaalijumppia etäopiskelupäivien liikunnallistamiseen. Lukiolaisten liikuntakyselyn tulosten perusteella kehitetään myös lukiolaisten koulutustarjontaa ja loma-aikojen liikuntatoimintaa palkkaamalla liikunnanohjaaja kesäloman kahdelle ensimmäiselle viikolle. Savitaipale hyväksyttiin liikkuva varhaiskasvatus hankkeeseen vuonna 2020. Savitaipaleen varhaiskasvatustyksissä on 122 lasta. Hankkeessa teetetään kesän 2020 aikana kysely varhaiskasvatuksen



yksiköissä ja tulosten perusteella kehitetään lasten liikkumismahdollisuuksia päiväkodeissa. Savitaipaleen kunta hyväksyttiin vuodeksi 2020 Liikkuva työelämä -hankkeeseen. Hanke koskee kunnan 183 työntekijää. Huhtikuun 2020 aikana kunnan työntekijöille teetettiin oma liikuntakysely, jonka perusteella kunnan työntekijöille tehdään oma suunnitelma työ- ja toimintakykyä kehittävään liikuntaan niin etä- kuin lähityöjaksojen ajalle.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos teettää valtakunnallisen kouluterveyskyselyn kahden vuoden välein. Kouluterveyskysely teetettiin syksyllä 2019 Savitaipaleella perusopetuksen 4.–5. luokkalaisille ja 8.–9. luokkalaisille sekä lukion 1.–2. luokkalaisille. Kouluterveyskyselyyn vastasivat kyselypäivänä koulussa olleet oppilaat ja opiskelijat. Kyselyn tulosten mukaan vähintään tunnin päivässä liikkui 4.–5.-luokkalaisista 44,3 %, 8.–9.-luokkalaisista 13,2 % ja lukion 1.–2.-luokkalaisista 11,1 % (taulukko 15).

Taulukko 15. Kouluterveyskyselyn (2019a, 2019b) tulokset 2019.

|  | 4.–5. lk                              | 8.–9. lk                              | Lukion 1.–2. lk                       |
|--|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|
| Vähintään tunnin päivässä liikkuvat                                      | Savitaipale 44,3 %<br>Koko maa 39,5 % | Savitaipale 13,2 %<br>Koko maa 21,9 % | Savitaipale 11,1 %<br>Koko maa 13,9 % |
| Harrastaa hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan 1 h viikossa | -                                     | Savitaipale 18,9 %<br>Koko maa 28,3 % | Savitaipale 25,4 %<br>Koko maa 27,1 % |

## 6.5 Toimintaympäristön muutokset

Seura- ja liikuntafoorumien SWOT-analyysien tulosten perusteella liikkumishjelmatyöryhmä muodosti viisi eri kategoriaa liikkumishjelmakauden 2020–2022 toimintaympäristön muutoksiin.

Ikäluokkien pieneneminen vaikuttaa joukkuelajien tulevaisuuteen niin, että seurojen kotikunnista ei välttämättä riitä harrastajia joukkueiden muodostamiseen. On tärkeää neuvotella naapurikuntien kanssa yhteisjoukkueiden muodostamisesta, jotta joukkuelajien lajikkulttuuri ei pääse kuihtumaan.

Sote-uudistus sisältää sosiaali- ja terveyspalvelujen kehittämisen sekä rakenteiden uudistamisen. Tulevaisuudessa niistä vastaavat itsehallinnolliset alueet, jotka ovat suurempia kuin kunnat. Kunnat vastaavat jatkossakin terveyden ja hyvinvoinnin kehittämisestä ja liikunta, kulttuuri, päivähoito sekä opetus pysyvät kuntien omalla vastuulla. (Sote-

uudistus.) Liikkumisohjelmassa päävastuu liikunnan ja liikkumisen edistämässä on Savitaipaleen kunnalla. Liikkumisohjelmassa liikuntapalveluja kehitetään moniammatillisena yhteistyönä, jossa vuoropuhelu ja verkostoyhteistyö ovat tärkeässä asemassa. Sote- ja maakuntauudistuksen toteutuessa toimivat vuoropuhelun ja verkostoyhteistyön muodot ovat valmiina uusia kehityssuuntia varten.

Talouden kehitys ja resurssien vähäisyys ovat tulevaisuudessa haasteena. On tärkeää miettiä, mitä palveluita kunnan kannattaa itse tarjota, mitä palveluita voidaan tarjota yhteistyössä naapurikuntien sekä yksityisen ja kolmannen sektorin kanssa. Liikuntapalvelujen tuottaminen yhteistyöllä tulee korostumaan tulevaisuudessa. Liikkumisohjelmassa otetaan huomioon yhteistyömuodot eri toimijoiden kanssa sekä seuranta, jotta voidaan mitata kehitystä ja tehdä sen perusteella oikeat toimenpiteet talouden ja resurssien suhteen.

Ilmatieteenlaitoksen (2020) mukaan vuoden 2020 tammikuun alku on ollut suuressa osassa maata 6–10 astetta leudompi kuin vuosien 1981–2010 vastaavat ajankohdat. Ilmastonmuutos lyhentää talvien pituutta ja samalla myös talvilajien harrastaminen vähenee. Tämän seurauksena ilmasto suosii aikaisempaa enemmän kesälajien harrastamista. Liikkumisohjelmassa otetaan huomioon kesälajien harrastamisen mahdollisuudet sekä liikuntatapahtumien mahdollistaminen ympärivuotisesti.

Maailman terveysjärjestö WHO julisti koronavirusepidemian muuttuneen pandemiaksi 11.3.2020. Suomessa on rekisteröity 210 tautitapausta 14.3.2020. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2020.) Savitaipaleen kunta päätti sulkea hallinnoimansa liikuntapaikat toistaiseksi 14.3.2020 pisaratartuntana leviävän viruksen ehkäisemiseksi. Savitaipaleen kunnan liikuntatoimen viestintäsuunnitelmaan tullaan lisäämään ohjeistus epidemioista ja pandemioista tiedottamiseen.

## 7 Työn tulokset

Liikkumishjelmatyöryhmä asetti kolme tavoitetta liikkumishjelmakaudelle 2020–2022:

- Liikunta-aktiivisuuden edistäminen eri ikäluokissa.
- Yhteistyön, viestinnän ja tiedottamisen kehittäminen.
- Liikunnan olosuhteiden ja mahdollisuuksien kehittäminen.

Seura- ja liikuntafoorumien SWOT- analyysien sekä kunnan asukkaille teetätetyn liikunta-kyselyn tulosten perusteella liikkumishjelmatyöryhmä asetti yllä mainitut tavoitteet liikkumishjelmakaudelle. Liikkumishjelman tavoitteilla pyritään vastaamaan kuntalaisten tarpeisiin ja luodaan mahdollisuuksia liikunta-aktiivisuuden kehittämiseen omaehtoisen- ja ohjatun liikunnan kautta. Savitaipaleen lukion liikkuva opiskelu- ja Savitaipaleen kunnan Liikkuva työelämä -hankkeissa teetettiin keväällä 2020 omat kyselynsä. Kyselyjen vastausten perusteella lisättiin liikkumishjelmaan toimenpiteitä myös COVID-19 koronaviruksen aiheuttamiin etäopiskelu- ja etätyöjaksoihin. Näillä toimenpiteillä edesautetaan vuoden mittaisten hankkeiden toiminnan jatkumista koronaviruksen aiheuttamista rajoituksista huolimatta.

Liikkumishjelman ikäluokat mukailevat UKK-instituutin vuoden 2019 liikuntasuosittelun ikäluokkia, joka helpottaa kuntalaisten liikunta-aktiivisuuden arviointia myös tulevaisuudessa. Yhteistyöhön, viestintään ja tiedottamiseen nousi kehityskohteita seura- ja liikuntafoorumien SWOT-analyyseistä. Molempien foorumeiden järjestämistä jatketaan liikkumishjelmakaudella 2020–2022, jolla luodaan mahdollisuuksia yhteistyön kehittämiseen. Lisäksi liikuntatoimessa tehdään viestintäsuunnitelma kevään 2020 aikana, jossa otetaan huomioon viestinnän lisäksi tiedottamisen kehittäminen. Liikunnan olosuhteiden ja mahdollisuuksien kehittäminen nousi tärkeäksi kehityskohteeksi liikuntakyselyn kaikissa ikäluokissa. Liikunnan olosuhteiden ja mahdollisuuksien kehittämisessä otetaan huomioon omaehtoisen ja ohjatun liikunnan sekä liikuntatapahtumien mahdollistaminen ympärivuotisesti

### 7.1 Toimenpiteet liikkumishjelmakaudelle

Tässä luvussa kerrotaan liikkumishjelman 2020–2022 toimenpiteistä ja seurannasta. Liikuntatoimenohjaaja laati liikkumishjelman toimenpiteet ja mittarit, jotka hyväksyttiin liikkumishjelmatyöryhmässä. Liikuntatoimenohjaaja vastaa ohjelmassa mainituista toimenpiteistä ja seurannasta. Näitä toimenpiteitä seurataan vuositasolla talousarvion laadinnan yhteydessä.

### 7.1.1 Liikunta-aktiivisuuden edistäminen eri ikäluokissa

Lapset ja nuoret. Liikuntakyselyn 2020 mukaan alle 18-vuotiaat pitivät oman liikkumisen kannalta tärkeimpinä tekijöinä liikuntapaikkojen kunnossapitoa, liikuntapaikkojen saavutettavuutta, monipuolista liikuntapaikkatarjontaa ja aktiivista urheiluseuratoimintaa. Näihin tekijöihin panostetaan lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuuden nostamiseksi. Terveytensä kannalta liian vähän liikkuvia varten kehitetään maksuttomia liikuntapalveluita. Jatketaan yhteistyötä liikuntaa järjestävien toimijoiden kanssa ja luodaan yhdessä mahdollisuuksia liikuntakyselyistä nousseisiin kehityskohteisiin kuten perheliikuntaryhmiin ja koululaisten loma-ajan toimintaan.

- Varhaiskasvatukseen jokaiseen yksikköön nimetään liikuntavastaava. Liikuntavastaavat suunnittelevat yhdessä varhaiskasvatuksen liikuntakoordinaattorin kanssa lajikokeiluja tennis-, jää- ja uimahalliin. Varhaiskasvatustyöryhmien piha-alueita päivitetään palvelemaan paremmin liikuntamahdollisuuksia.
- Liikuntakyselyssä alle 13-vuotiaiden lasten huoltajat pitivät perheliikuntaa kiinnostavimpana palveluna. Neuvotellaan liikuntaa järjestävien toimijoiden kanssa perheliikuntaryhmien kehittämisestä ja uusien ryhmien perustamisesta.
- Koulujen loma-aikojen toimintaa kehitetään: Olemassa olevia käytänteitä kehitetään ja luodaan uusia mahdollisuuksia kyselyiden tulosten perusteella. Palkataan liikunnanohjaaja koululaisten ja lukiolaisten kesäloman toiminnan järjestämistä varten.
- Luodaan liikuntatoimijoiden kanssa uusia mahdollisuuksia liikuntakyselyistä nousseisiin liikuntamuotoihin kuten kuntosalipastuksiin ja avoimiin palloiluryhmiin.
- Jatketaan Liikkuva koulu-hankkeen hyviä käytänteitä Europaeuksen koulussa: liikunta-kerhot, pitkät välitunnit ja välituntiliikuntaohjaajakoulutus.
- Lukiolaisen liikuntakyselyistä nousseet kehityskohteet: Liikuntatutor-toiminnan- ja koulutuksen aloittaminen. Suosituimpien liikuntamuotojen harrastusmahdollisuuksien kehittäminen Savitaipaleella & virtuaalijumppavaihtoehdot etäopiskelupäivien liikunnallistamiseen.
- Valmentaja-ohjaajakoulutus lukion kurssivalikoimaan: kurssin kautta saadaan uusia ohjaajia liikuntaseuroille ja samalla lasten ryhmiin lisää ohjaajia.
- Urheiluakatemiatoiminnan kehittäminen: markkinointi, vierailevat luennoitsijat ja yhteistyö savitaipalelaisten toimijoiden kanssa.

Alle 18-vuotiaiden toimenpiteiden mittarit & seuranta:

- Kolmen vuoden välein toteutetaan asukaskysely, jolla saadaan tietoa liikunta-aktiivisuudesta, liikuntamuodoista ja kunnassa tarjottavien liikuntapalveluiden kehityskohteista.
- Säännöllisin väliajoin toteutettavat kyselyt lukion ja perusopetuksen oppilaille. Hyödynnetään valtakunnallisia terveystarkastuksia sekä hankkeisiin liittyviä kyselyitä.
- Lasten ja nuorten tapahtumien, liikuntaryhmien, osallistujien ja ohjaustuntien määrä ja niiden vuosittainen kehittyminen.
- Hyvinvointikertomus, kouluterveyskysely, lukiolaisten liikkuva opiskelu- hankkeen kyselyt ja Move-testitulokset.
- Kerättyjen palautteiden perusteella liikuntapalveluiden kehittäminen.
- Uudet hankkeet ja niiden rahoitus.

Aikuisväestö. Liikuntakyselyn 2020 mukaan 18–64-vuotiaat pitivät oman liikkumisen kannalta tärkeimpinä tekijöinä liikuntapaikkojen kunnossapitoa, liikuntapaikkojen saavutettavuutta, monipuolista liikuntapaikkatarjontaa ja aktiivista urheiluseuratoimintaa. Näihin tekijöihin panostetaan aikuisväestön liikunta-aktiivisuuden nostamiseksi. Terveystensä kannalta liian vähän liikkuvia varten kehitetään maksuttomia liikuntapalveluita. Jatketaan yhteistyötä liikuntaa järjestävien toimijoiden kanssa ja luodaan yhdessä mahdollisuuksia liikuntakyselystä nousseisiin kehityskohteisiin.

- Maksuttoman liikuntaneuvontapalvelun kehittäminen.
- Liikuntakyselystä nousseiden liikuntamuotojen järjestetyn toiminnan kehittäminen yhdessä liikuntatoimijoiden kanssa. Liikuntamuodot: opastetut vaellukset retkeilyreiteillä, kuntosaliopastukset, matalan kynnyksen helpot jummat ja opastetut pyöräretket kunnan eri kohteisiin.
- Monipuolisen liikuntatarjonnan mahdollistaminen yhteistyössä liikuntaa järjestävien toimijoiden kanssa.
- Kunnan työntekijöiden työhyvinvointia lisäävän liikunnan kehittäminen Liikkuva työelämä -hankkeen käytänteillä: liikuntakampanjat, ohjatun liikunnan mahdollisuudet, virtuaalijummat ja istumisen tauottaminen.
- Liikuntakampanjoiden, avoimien ovien ja teemaviikkojen järjestäminen liikunta-aktiivisuuden lisäämiseksi.
- Liikuntakyselyn perusteella suosituimpien liikuntapaikkojen aukioloaikojen, lajimahdollisuuksien ja kunnossapitämisen kehittäminen.

18–64-vuotiaiden toimenpiteiden mittarit & seuranta:

- Kolmen vuoden välein toteutetaan asukaskysely, jolla saadaan tietoa liikunta-aktiivisuudesta, liikuntamuodoista ja kunnassa tarjottavien liikuntapalveluiden kehityskohteista.
- 18–64-vuotiaiden liikuntaryhmien, osallistujien ja ohjaustuntien määrä ja niiden vuosittainen kehittyminen.
- Hyvinvointikertomus, kunnan työntekijöiden Liikkuva työelämä -hankkeen kyselyt, toimintakykymittaukset ja työhyvinvoinnin toimenpiteet.
- Kerättyjen palautteiden perusteella liikuntapalveluiden kehittäminen.
- Uudet hankkeet ja niiden rahoitus.

Yli 64-vuotiaat. Liikuntakyselyn 2020 mukaan yli 64-vuotiaat pitivät oman liikkumisen kannalta tärkeimpinä tekijöinä liikuntapaikkojen kunnossapitoa, liikuntapaikkojen saavutettavuutta, monipuolista liikuntapaikkatarjontaa ja monipuolista ohjatun liikunnan tarjontaa. Näihin tekijöihin panostetaan yli 64-vuotiaiden liikunta-aktiivisuuden nostamiseksi. Terveystensä kannalta liian vähän liikkuvia varten kehitetään maksuttomia liikuntapalveluita. Jatketaan yhteistyötä liikuntaa järjestävien toimijoiden kanssa ja luodaan yhdessä mahdollisuuksia liikuntakyselystä nousseisiin kehityskohteisiin.

- Maksuttoman liikuntaneuvontapalvelun kehittäminen.
- Liikuntakyselystä nousseiden liikuntamuotojen järjestetyn toiminnan kehittäminen yhdessä liikuntatoimijoiden kanssa. Liikuntamuodot: kuntosaliopastukset, opastetut vaelukset retkeilyreiteillä, matalan kynnyksen helpot jumpat ja liikuntaneuvonta.
- Monipuolisen liikuntatarjonnan mahdollistaminen yhteistyössä liikuntaa järjestävien toimijoiden kanssa.
- Liikuntakampanjoiden, avoimien ovien ja teemaviikkojen järjestäminen liikunta-aktiivisuuden lisäämiseksi.
- Liikuntakyselyn perusteella suosituimpien liikuntapaikkojen aukioloaikojen, lajimahdollisuuksien ja kunnossapitämisen kehittäminen.

Yli 64-vuotiaiden toimenpiteiden mittarit & seuranta:

- Kolmen vuoden välein toteutetaan asukaskysely, jolla saadaan tietoa liikunta-aktiivisuudesta, liikuntamuodoista ja kunnassa tarjottavien liikuntapalveluiden kehityskohteista.
- Yli 64-vuotiaiden liikuntaryhmien, osallistujien ja ohjaustuntien määrä ja niiden vuosittainen kehittyminen.

- Hyvinvointikertomus ja toimintakykymittaukset.
- Kerättyjen palautteiden perusteella liikuntapalveluiden kehittäminen.
- Uudet hankkeet ja niiden rahoitus.

### **7.1.2 Yhteistyön, viestinnän ja tiedottamisen kehittäminen**

Savitaipaleella on useita eri toimijoita, jotka järjestävät ympärivuotista liikuntatoimintaa ja liikuntatapahtumia eri-ikäisille kuntalaisille. Liikuntaa järjestävien tahojen toimintaedellytyksiä tuetaan ja turvataan avustuksilla ja yhteistyömuodoilla Savitaipaleen kunnan kanssa. Yhteistyössä otetaan huomioon liikuntakyselyn painopisteet. Toimenpiteet aikataulutetaan vuosikelloon, joka helpottaa suunnittelua sekä ehkäisee tapahtumien ja tilaisuuksien päällekkäisyyttä. Tämän lisäksi luodaan liikuntatoimen viestintäsuunnitelma johon sisältyy viestinnän tavoitteet, tavat, sidosryhmät, koulutukset, tapahtumat ja kriisiviestintä. Liikuntatilojen käyttövuorot päivitetään liikuntapaikkojen ilmoitustauluille sekä kunnan internet-sivuille. Ajankohtaiset liikuntasuositukset päivitetään liikuntapaikoille lisäämään tietoisuutta liikunnan vähimmäissuosituksista.

- Erilaisten yhteistyömuotojen kehittäminen savitaipalelaisten liikuntatoimijoiden kanssa.
- Neuvottelut naapurikuntien liikuntatoimijoiden kanssa joukkuelajien mahdollisuuksien kehittämisestä.
- Seurafoorumin ja liikuntafoorumin järjestäminen vuosittain.
- Liikuntamahdollisuuksien markkinointi liikuntakyselyn perusteella suosituimmista viestintäkanavissa: kunnan internet-sivut, kuntatiedote, Länsi-Saimaan sanomat sekä liikuntapaikkojen ilmoitustaulut.
- Vuosikellon laatiminen: avustuksen hakuajankohdat, liikuntapaikkojen käyttövuorojen haku-ajat, liikuntatapahtumat ja poikkeavat aukioloajat.
- Liikuntatalon ison salin ja kuntosalin käyttövuorot ja tapahtumat päivitetään paperiversiona liikuntatalolle ja sähköisenä versiona kunnan internet-sivuille.

Yhteistyön, viestinnän ja tiedottamisen kehittämisen mittarit & seuranta:

- Säännöllisten ja uusien liikuntaryhmien määrä ja kävijämäärät.
- Analyysi-kyselyt Savitaipaleen liikunnan tilasta vuosittain pidettävissä liikunta- ja seurafoorumissa.
- Kolmen vuoden välein toteutetaan asukaskysely, jolla saadaan tietoa kunnassa tarjottavien liikuntapalveluiden, sekä tiedotuksen ja viestinnän kehityskohteista.
- Kerättyjen palautteiden perusteella liikuntapalveluiden kehittäminen.

### 7.1.3 Liikunnan olosuhteiden ja mahdollisuuksien kehittäminen

Savitaipaleella on monipuoliset harrastuspaikat sisä- ja ulkoliikuntaan. Liikuntakyselyn 2020 mukaan kuntalaisten mielestä liikuntapaikkojen kunnossapito ja saavutettavuus olivat tärkeimpiä tekijöitä omassa liikuntaharrastamisessa. Liikuntakyselyssä suosituin ulkoliikuntamuoto on omatoiminen ulkoilu ja suosituin sisäliikuntamuoto on kuntosaliharjoittelu. Omaehtoista ja ohjattua liikkumista mahdollistetaan ulkoliikuntapaikkojen ja kevyenliikenteen väylien ympärivuotisella kunnossapidolla, sekä ottamalla huomioon eri käyttäjäryhmät liikuntapaikkojen aukioloajoissa. Liikuntapaikkarakentamisessa ja kalustohankinnoissa otetaan huomioon saavutettavuus, esteettömyys ja uudet kehityssuunnat. Liikuntapaikoilla ja tapahtumissa kohdataan myös muita liikkujia, joka lisää kuntalaisten yhteisöllisyyttä. Kirjaston lainausvalikoimaan lisätään liikuntakyselyn tulosten perusteella liikuntavälineitä, joilla pääsee harrastamaan eri lajeja Savitaipaleella.

- Retkeilyreittien kunnostustoimenpiteet ja neuvottelut maanomistajien kanssa maastopyöräilyreittien kehittämisestä.
- Kevyenliikenteen väylien ympärivuotinen kunnossapito eri käyttäjäryhmät huomioiden.
- Uusien liikuntamahdollisuuksien markkinointi ja ilmaiset tutustumiset.
- Kirjaston lainausvalikoimaan frisbeegolf-kiekkoja, mölkky-peli sekä petankki- ja pingisetit.
- Kuntosalin laite- ja välinehankinnoissa sekä esteettömyydessä huomioidaan eri käyttäjäryhmät sekä liikuntatrendit.
- Luodaan mahdollisuuksia liikuntatapahtumille jokaisena vuodenaikana.

Liikunnan olosuhteiden ja mahdollisuuksien kehittämisen mittarit & seuranta:

- Kolmen vuoden välein toteutettava asukaskysely, jolla saadaan tietoa liikuntamuodoista ja kunnassa tarjottavien liikuntapalveluiden kehityskohteista.
- Kirjaston tilastointi lainatuista välineistä.
- Uusien maastopyöräilyreittien määrä.
- Uusien liikuntapaikkojen määrä.
- Liikuntatapahtumien määrä ja kävijämäärät.
- Kerättyjen palautteiden perusteella olosuhteiden ja mahdollisuuksien kehittäminen.

### 7.2 Miten liikkumisojelman rakennetaan tulevaisuudessa?

Liikkumisojelmatyöryhmä luo jatkossa Savitaipaleen liikkumisojelman strategiaohjelman mukaan. Nykyinen kuntastrategiakausi päättyy vuonna 2021. Seuraavan strategiakauden 2022–2025 ensimmäisen vuoden lopulla rakennetaan uusi liikkumisojelman, jossa otetaan



huomioon hyvinvoinnin ja vapaa-ajan uudet strategiset painopisteet. Seura- ja liikuntafoorumien kehittämissuunnitelma on esitetty kappaleessa 7.2.3.

### **7.2.1 Vuosittaiset toimenpiteet**

Savitaipaleen liikkumisohjelman 2020–2022 tavoitteet ovat liikunta-aktiivisuuden edistäminen eri ikäluokissa; yhteistyön, viestinnän ja tiedottamisen kehittäminen sekä liikunnan olosuhteiden ja mahdollisuuksien kehittäminen. Näiden tavoitteiden toteutumista seurataan vuosittain talousarvion laadinnan yhteydessä erilaisilla mittareilla, jotka ovat mainittu liikkumisohjelmassa. Esimerkiksi kävijämääriä seuraamalla saadaan tietoa järjestetyn liikuntatoiminnan laajuudesta ja kannattavuudesta. Kerättyjen tietojen avulla saadaan tilastoitua usean toimintakauden ajalta tietoa, josta on hyötyä myös seuraavaan liikkumisohjelman laadinnassa. Jos vuosina 2020–2022 jonkin liikkumismuodon suosio nousee, pystytään seuraavassa liikkumisohjelman laadinnassa käytettävässä liikuntakyselyssä ottamaan paremmin tämän liikkumismuodon kehittäminen huomioon.

Seura- ja liikuntafoorumeissa teetetävät SWOT-analysit Savitaipaleen liikunnan nykytilasta toimivat liikunnan järjestäjien ja kunnan päättäjien mielipidemittarina, ja niiden muutoksia seurataan vuositasolla. Liikkuva opiskelu ja Liikkuva työelämä -hankkeissa toteutetaan kyselyt kerran vuodessa.

### **7.2.2 Strategiakausittain tehtävät toimenpiteet**

Savitaipaleen kuntastrategia päivitetään kerran valtuustokaudessa eli neljän vuoden välein. Savitaipaleen liikkumisohjelman 2020–2022 laadinnassa käytettiin apuna kuntalaisille teetettyä liikuntakyselyä ja tätä tiedonkeruumuotoa käytetään myös tulevaisuudessa liikkumisohjelmaa päivitettäessä. Seuraava liikuntakysely toteutetaan vuoden 2022 lopussa.

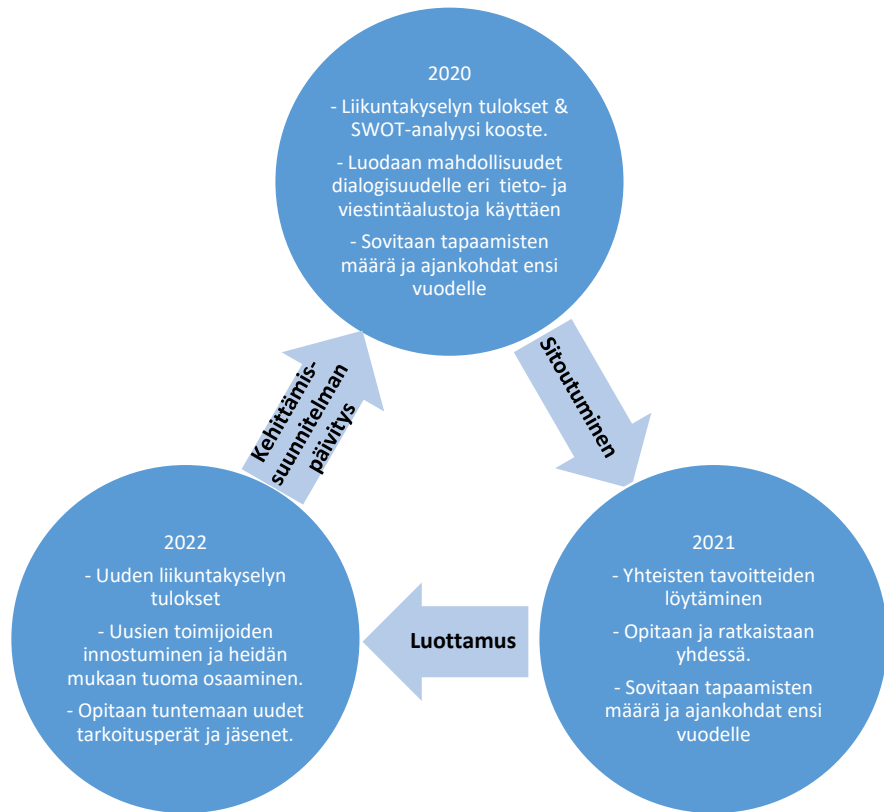
Seuraavia liikkumisohjelmia laadittaessa on tärkeää ottaa huomioon edelleen myös ne kuntalaiset, joilla ei ole mahdollista vastata sähköisessä muodossa olevaan kyselyyn. Liikuntakyselyssä 2020 nämä kuntalaiset oli otettu huomioon paperisilla kyselylomakkeilla, joilla oli kolme nouto- ja jättöpaikkaa. 22 paperilomaketta palautettiin määräaikaan mennessä, mutta vain 10 niistä oli täytetty oikein. Kaikki hylätyt paperilomakkeet olivat yli 64-vuotiaiden täyttämiä. Paperilomakkeita parempi tiedonkeruutapa jatkossa on järjestää tilaisuuksia, jossa kunnan edustaja kerää haastattelemalla vastaukset suoraan sähköiseen järjestelmään. Tällä tavalla vältetään puutteellisten vastausten antaminen niiden osalta, jotka eivät pysty vastaamaan omatoimisesti sähköisessä muodossa olevaan kyselyyn.

### 7.2.3 Foorumien kehittämissuunnitelma

Savitaipaleen foorumien verkostotyön kolmivuotinen kehittämissuunnitelma on esitetty kuviossa 7. Vuonna 2020 yhteistyömuotona foorumeissa käytetään ensisijaisesti kokoon-tumisia, mutta COVID-19 koronaviruksen takia nämä eivät välttämättä tule onnistumaan suunnitellusti. Vaihtoehtoisia yhteistyömuotoja foorumeille ovat videopalaverit ja ryhmä-puhelut, joita käytetään tarvittaessa. Liikunta- sekä seurafoorumi kokoontuvat kerran vuo- dessa. Foorumeista luodaan muistiot, jotka lähetetään osallistujille tarkistettavaksi. Muisti- ot toimivat tietoaalustoina, joista voidaan tarkistaa foorumeiden sisällöt ja päätökset. Vies- tintäalustoina foorumien sisällä toimivat ensisijaisesti sähköpostiviestiketjut, mutta myös muita ryhmäviestintämuotoja käytetään tarvittaessa. Sähköpostiviestiketjujen yhteystiedot tarkastettiin talven 2019 aikana. Liikuntafoorumissa käydään vuonna 2020 lävitse liikunta- kyselyn perusteella luotu liikkumisohjelma ja sekä liikuntafoorumin jäsenten, että seura- foorumin SWOT-analyysi koosteet ja niiden vaikutukset toimintaympäristöön tulevaisuu- dessa. Seurafoorumissa käydään vuonna 2020 lävitse liikkumisohjelman sisältö ja sen yhdistyksiä koskevat toimenpiteet sekä toimintaympäristön muutokset. Foorumeissa to- teutettavilla toimenpiteillä levitetään tietoa ja luodaan ymmärrystä keskustelemalla sekä sitoutetaan toimijoita yhteisiin tavoitteisiin.

Vuonna 2021 foorumien kokoontumiskertoja lisätään edellisen vuoden yhdessä sovittujen toimenpiteiden mukaan. Foorumeissa luodaan mahdollisuuksia yhteisten tavoitteiden, ratkaisujen ja oppimisen löytymiseen palvelumuotoilun keinoin. Liikkumisohjelma toimii kehittämissuunnitelman pohjana ja yhteinen kehittämistyö mahdollistaa foorumien tehok- kaan toiminnan. Toimiva yhteistyö luo luottamusta foorumien sisällä.

Vuoden 2022 lopussa teetetään uusi liikuntakysely Savitaipaleen kuntalaisille. Tämän vuoden aikana pyritään saamaan uusia jäseniä foorumeihin. Liikuntakyselyn tuloksista saadaan uutta tietoa foorumien perustyöhön ja foorumien uusien jäsenten mukaantulon myötä saadaan uutta osaamista toiminnan kehittämiseen. Nämä toimenpiteet valmistavat foorumeita murrosvaiheeseen, jossa opetellaan tuntemaan foorumien tarkoitus ja uudet jäsenet. Vuodesta 2023 alkaen luodaan uuden liikkumisohjelman perusteella uusi fooru- mien kehittämissuunnitelma.



Kuvio 7. Savitaipaleen foorumien verkostotyön kehittämissuunnitelma

## 8 Pohdinta

Liikuntakyselyyn vastasi 145 Savitaipaleen asukasta. Liikuntakyselyssä oman liikuntaharrastamisen kannalta neljä tärkeintä asiaa olivat ”liikuntapaikat pidetään hyvässä kunnossa”, ”monipuolinen liikuntapaikkatarjonta”, ”monipuolinen ohjatun liikunnan tarjonta” ja ”liikuntapaikkojen saavutettavuus”. Näiden liikuntaharrastamisen kannalta tärkeiden asioiden painotus vaihtelee liikkumisohjelman eri ikäluokkien liikunta-aktiivisuuden edistämisen ohjelmissa. Nämä vastausvaihtoehdot korostuivat myös Savitaipaleella vuonna 2019 toteutuneessa liikunnassa, joten niiden toteutuminen on hyvällä tasolla myös lähtötilanteessa.

Alaikäisten huollettavien kanssa asui 39 vastaajaa. Alle 13-vuotiaiden lasten huoltajien mielestä kiinnostavin liikuntapalvelu oli perheliikuntaryhmät. Alaikäisten lasten vanhempien suurin liikunnan harrastamista haittaava tekijä oli ”liikunnan harrastaminen ei sovi aikatauluun”. Tarjoamalla lapsiperheille perheliikuntaryhmiä helpotetaan sekä lasten, että aikuisten liikunnan mahdollistamista viikoittaiseen aikatauluun. Savitaipalelaisten liikuntatoimijoiden kanssa on alettu suunnittelemaan uusia ideoita perheliikuntaryhmien toteuttamiseksi vuoden 2020 aikana. Liikunnan sovittaminen aikatauluun nousi alaikäisten lasten huoltajien lisäksi myös muilla liikuntakyselyn vastaajilla suurimmaksi liikunnan harrastamista haittaavaksi tekijäksi, jonka takia liikuntapaikkojen aukioloajoissa otetaan huomioon eri käyttäjäryhmien tarpeet.

18–64-vuotiaista liikuntakyselyyn vastasi 98 asukasta. Vastanneista 50 % ei ollut tietoisia liikuntaneuvonnan mahdollisuudesta. Kunnassa on ollut tarjolla liikuntaneuvontapalvelua, mutta se on painottunut alle 18-vuotiaisiin ja yli 64-vuotiaisiin. Savitaipaleen liikuntatoimi suunnittelee yhdessä Etelä-Karjalan Liikunta ja Urheilu ry:n ja Etelä-Karjala sosiaali- ja terveystieteiden kanssa uutta palvelupolkua liikuntaneuvontaan. Savitaipaleelle suunniteltu liikuntaneuvontapalvelu toteutetaan moniammatillisena yhteistyönä ja se aloitetaan vuoden 2020 aikana.

Liikuntakyselyn mukaan järjestettyyn liikuntatoimintaan oli osallistunut 76 vastaajaa. Suosituimmat ohjatun liikunnan muodot olivat ”seurojen järjestämä joukkueurheilu” ja ”seurojen ja yhdistysten järjestämä ryhmäliikunta”. Näiden toimijoiden toimintaedellytyksiä tuetaan liikkumisohjelmassa laatimalla yhteinen toiminnan ja tapahtumien vuosikello, jonka avulla vältetään tapahtumien päällekkäisyys sekä selkeytetään tilavarausten ja avustusten hakemista. Liikuntakyselyssä kiinnostavimmat liikuntapalvelut olivat kuntosalioipastukset, opastetut vaellukset retkeilyreiteillä ja matalan kynnyksen helpot jumpat. Näihin liikuntapalveluihin panostetaan liikkumisohjelman ensimmäisenä vuotena, jolloin niiden toteutu-

misen onnistumisesta voidaan kerätä palautetta tulevien vuosien toiminnan kehittämistä varten.

Vastaajista 56 % oli naisia ja 44 % miehiä, joten sukupuolijakauma ei ole merkittävä tekijä liikuntakyselyn tuloksissa. Kaikista kyselyyn vastanneista ikäluokista yli puolet liikkui vähimmäissuosituksen mukaan ja kukaan vastaajista ei ollut sitä mieltä, että liikunnan harrastaminen ei olisi tärkeää. Tämä voi vääristää kyselyn tuloksia positiivisemmaksi liikuntaaktiivisuuden suhteen, kuin mitä ne todellisuudessa ovat yli 3000 asukkaan kunnassa. Tutkimusetiikan vuoksi on tärkeää vertailla liikuntakyselyn tuloksia muihin kyselyihin: Liikuntakyselyn mukaan 72 % 13–17-vuotiaista liikkui vähintään tunnin päivässä. Vuonna 2019 teetetyn kouluterveyskyselyn mukaan 8-9. luokkalaisista 13,2 % ja lukion 1.-2. luokkalaisista 11,1 % liikkuvat päivittäin vähintään tunnin. Tuloksissa on isot erot, jonka takia liikkumishjelmassa on tärkeää huomioida oman terveytensä kannalta liian vähän liikkuvat omana kehityskohtanaan. Kuntalaisista 135 vastasi sähköiseen liikuntakyselyyn ja 10 vastasi paperilomakekyselyyn. Sähköisessä kyselyssä vastaajien anonymiteetti on parempi, jonka perusteella vastaukset on helpompi antaa rehellisesti. Liikuntakyselyyn ei vastannut ollenkaan alle 13-vuotiaita kuntalaisia, jonka takia alakoululaisilta ei saatu vastausmateriaalia kyselyn tuloksiin. Paperisilla kyselylomakkeilla oli kolme nouto- ja jättopaikkaa, jolla pyrittiin lisäämään vastanneiden anonymiteettiä. Paperisilla kyselylomakkeilla koetettiin tavoittaa internetiä käyttämättömät kuntalaiset. Kaikki palautetut paperiset kyselylomaketta olivat yli 64-vuotiaiden täyttämisiä, joka lisäsi vanhimman ikäluokan vastausmäärää merkittävästi. Seurafoorumiin osallistui neljä edustajaa kolmesta eri seurasta. Kutsu seurafoorumiin oli lähetetty kaikille Savitaipaleen liikunta – ja urheiluseuroille, mutta vain alle puolet tuli paikalle. Jatkossa seurafoorumin kutsuttavat järjestöihin tulee ottaa yhteyttä myös puhelimella, jotta seurafoorumin koko ei pienene enää nykyisestä.

Kehittämistyön tavoitteena oli laatia liikkumishjelma Savitaipaleen kuntaan vuosille 2020–2022. Tämän lisäksi tavoitteen oli luoda ohjeistus liikkumishjelman rakentamiseen tulevaisuudessa. Savitaipaleen liikkumishjelman teossa käytettiin Pielaveden liikuntastrategiaprosessin parhaita käytänteitä: liikkumishjelmalle luotiin oma työryhmä, kuntalaisille teetettiin liikuntakysely ja kutsuttiin koolle seura- ja liikuntafoorimit pohtimaan Savitaipaleen liikunnan nykytilaa. Liikuntakyselyssä kartoitettiin kuntalaisten liikunta-aktiivisuutta, liikuntamuotoja, liikuntapaikkojen suosiota, liikunnan harrastamisen arvoja, tietolähteitä liikuntamahdollisuuksien tutkimiseen ja liikunnan kehityskohteita. Seurafoorumissa ja liikuntafoorumiin kutsutuille teetettyjen SWOT-analyysien avulla saatiin tietoa Savitaipaleen nykytilasta ja toimintaympäristössä tapahtuvista muutoksista. Liikkuva opiskelu ja Liikkuva työelämä -hankkeiden kyselyiden tulosten perusteella pystyttiin tekemään toimenpiteitä etäopiskelu- ja etätöypäivien liikunnallistamiseksi. Kehittämistyön tulokset ovat konkreetti-

sia ja ne ovat hyödynnettävissä. Tuloksena syntyi liikkumisohjelman versio (liite 3), joka esitellään sivistyslautakunnassa toukokuussa 2020. Tavoitteena oli jalkauttaa liikkumisohjelma toukokuussa 2020 kahdeksan kuukauden valmistelun jälkeen. COVID-19 koronaviiruksen aiheuttamien toimenpiteiden vuoksi liikkumisohjelma esitellään sivistyslautakunnassa toukokuussa 2020 ja se otetaan käyttöön lautakunnan hyväksynnän jälkeen vaiheittain kesän 2020 aikana. Liikkumisohjelman jalkautuksen jälkeen sen toteutumista seurataan liikkumisohjelmassa mainituilla mittareilla. Seuraavan liikkumisohjelman tekemisessä hyödynnetään tämän kehittämistyön tuloksena syntynyttä liikkumisohjelman rakentamisen ohjeistusta, joka on esitelty kappaleessa 7.2. Ohjeistuksessa on myös osana kolmivuotinen foorumien kehittämishjelma, joka toimii verkostotyön kehittämisen suunnitelmana liikkumisohjelman ajan.

Liikkumisohjelma on tehty vuosille 2020–2022. Ensimmäisen vuoden jälkeen olisi kiinnostavaa tutkia liikkumisohjelman toteutumista kyselytutkimuksella, jonka perusteella voitaisiin kehittää toimenpiteitä palvelemaan liikkumisohjelman tavoitteita viimeiselle toimintavuodelle. Kuntatalouden tiukentuessa ovat uudet kuntaliitokset mahdollisia myös Etelä-Karjalassa. Jos Savitaipale muodostaisi lähivuosina kuntaliitoksen jonkun naapurikunnan kanssa, olisi mielenkiintoista teettää kuntaliitoksen asukkaille liikuntakysely ja verrata sen tuloksia tämän kehitystyön tuloksiin. Vertailun tuloksen perusteella syntyisi todennäköisesti jatkotutkimustarve uuden liikunnan kehittämissuunnitelman tekemiseen.

Tämän kehittämistyön kirjoittaja aloitti työt Savitaipaleella elokuussa 2019. Kehittämistyön tarpeet tunnistettiin lokakuussa 2019, jonka jälkeen kirjoittaja alkoi tutustua erilaisiin tutkimustapoihin. Savitaipaleen olemassa oleva kuntastrategia oli jalkautettu jo vuonna 2017, jonka takia kirjoittaja ei halunnut käyttää strategiaproessin jalkautusta tutkimustapana. Tutkimustavoiksi valikoitui benchmarking ja verkostojen johtaminen. Kirjoittaja tutustui näiden tutkimustapojen lähdekirjallisuuteen liikkumisohjelman suunnittelun alkuvaiheessa. Benchmarking-tutkimustavasta ei ollut olemassa kirjallisuutta, joka olisi tehty kuntahallinnon näkökulmasta, mutta uusi organisaatio ja uudet tulokulmat toivat sopivasti mielenkiintoista haastetta kehitystyöhön. Marraskuussa 2020 benchmarking-kohteen löydyttyä alettiin käytännön toimiin ja perustettiin liikkumisohjelmalle työryhmä. Kirjoittaja tiedusteli marraskuussa 2019 opiskelija-apua kyselytutkimuksen teettämiseen, mutta aikataulullisten syiden vuoksi kyselytutkimus piti luoda itse. Kirjoittaja tutustui Webropol-palveluun ja päätti käyttää sitä kyselytutkimuksen toteutukseen. Liikkumisohjelmatyöryhmän ja testihenkilöiden kehittämisohjeiden jälkeen kyselytutkimus toteutettiin aikataulun mukaan tammi-kuussa 2020. Helmikuun jälkeen kyselytutkimuksen tulokset oli koottu ja liikkumisohjelma oli valmis liikuntafoorumin ja sivistyslautakunnan kommentoitavaksi. Kumpikaan kommenttikierros ei toteutunut tämän kehittämistyön aikana koronaviiruksen aiheuttamien ra-

joitusten ja toimenpiteiden takia. Kirjoittaja toteuttaa kuitenkin aiotut toimenpiteet tämän kehittämistyön jälkeen, koska uskoo kehittämistyön suunnitelman läpiviemisen tuovan parhaat lähtökohdat liikkumisohjelman toteuttamiselle. Kirjoittajalla ei ollut kehittämistyön lähtötilanteessa vahvaa kuvaa kunnan liikunnan nykytilasta ja käytänteistä. Noudattamalla aikataulutettua opinnäytetyön suunnitelmaa, hahmottui kunnan liikunnan kokonaiskuva kehittämistyön prosessin aikana. Vaikka liikkumisohjelma on vasta kommentointivaiheessa, uskoo kirjoittaja sen olevan sen jo lähellä lopullista muotoaan. Käyttämällä monipuolisia tutkimustapoja ja tiedonkeruumuotoja kirjoittaja on saanut vahvan tietoperustan liikkumisohjelmalle. Opinnäytetyöprosessin alkuvaiheessa olleet haasteet on voitettu ja kirjoittaja on oppinut prosessin aikana paljon uusista tutkimustavoista ja tiedonkeruumenetelmistä. Opinnäytetyöprosessin lopputuloksena syntyi kolmivuotinen liikkumisohjelma sekä ohjeistus sen tekemiseen jatkossa, jotka molemmat ohjaavat Savitaipaleen liikuntatoimen toimintaa tulevaisuudessa.

## Lähteet

Alanne, M. & Koskivirta, R. 2014. Kahvittelu on tärkeä osa verkostotyötä. Blogi. Luettavissa: <https://blogit.metropolia.fi/uudistuva-sosiaalialan-osaaminen/2014/03/31/kahvittelu-on-tarkea-osa-verkostotyota/>. Luettu 5.4.2020.

Anttonen, A. 2014. Hollolan kunnan liikuntapalveluiden kehittäminen. Luettavissa: <https://www.theseus.fi/handle/10024/73427>. Luettu: 6.12.2019.

Camp, R. 1989. Benchmarking - The Search for Industry Best Practices That Lead to Superior Performance. ASQC Quality Press. Milwaukee, WI, USA.

EKLU 2016. Seurafoorumi. Luettavissa <https://www.eklu.fi/?x254229=319707>. Luettu 17.9.2019.

Hjelt-Hansson, U. 2014. Savitaipaleen Europaeuksen koululle palkinto Liikkuva koulu – toiminnasta. Tiedote. Luettavissa: [https://www.avi.fi/web/avi/opetus-ja-kulttuuri/-/asset\\_publisher/Egs4fP1u1Dn7/content/savitaipaleen-europaeuksen-koululle-palkinto-liikkuva-koulu-toiminnasta-etela-suomi;jsessionid=D3C461AA14CD7609BB0000CF6154A5A7](https://www.avi.fi/web/avi/opetus-ja-kulttuuri/-/asset_publisher/Egs4fP1u1Dn7/content/savitaipaleen-europaeuksen-koululle-palkinto-liikkuva-koulu-toiminnasta-etela-suomi;jsessionid=D3C461AA14CD7609BB0000CF6154A5A7). Luettu: 5.12.2019.

Ilmatieteenlaitos 2020. Tiedotarkisto: 2020. Alkutilvi on ollut hyvin leuto. Luettavissa: <https://www.ilmatieteenlaitos.fi/tiedote/1231244452>. Luettu 9.4.2020.

Järvensivu, T. 2019. Verkostojen johtaminen. Opi ja etene yhdessä. Books on Demand. Helsinki.

Jyrämä, A. & Mattelmäki, T. 2015. Palvelumuotoilu saapuu verkostojen kaupunkiin. Verkosto- ja muotoilunäkökulmia kaupungin palvelujen kehittämiseen. Aalto-yliopiston julkaisusarja TAIDE+MUOTOILU+ARKKITEHTUURI 1/2015. Unigravia Oy. Helsinki.

Kaivos, P., Laamanen, K., Salonen, L. & Valpola, A. 1995. Benchmarking. Huipputasosta oppiminen. Suomalaisia käytännön kokemuksia. Metalliteollisuuden Kustannus Oy. Helsinki.

Karlöf, B. & Östblom, S. 1993. Benchmarking. Gummerus kirjapaino Oy. Jyväskylä.

Karlöf, B., Lundgren, K. & Edenfeldt Froment, M. 2003. Ota oppia parhaista! Tehoa vertailuoppimisesta. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.

Kouluterveyskysely 2019a. Aluevertailu, perusopetus 4. ja 5. luokka, 2017 ja 2019. Luettavissa: [https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk4/summary\\_aluevertailu2](https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk4/summary_aluevertailu2). Luettu 15.3.2020.

Kouluterveyskysely 2019b. Aluevertailu, nuoret 2017 ja 2019. Luettavissa: [https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/summary\\_aluevertailu2](https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/summary_aluevertailu2). Luettu 15.3.2020.

Kuntalaki 490/2015. Luettavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150410>. Luettu: 11.4.2020.

Kuntaliitto 2019. Kaupunkien ja kuntien väestötiedot ja lukumäärät. Luettavissa: <https://www.kuntaliitto.fi/tilastot-ja-julkaisut/kaupunkien-ja-kuntien-lukumaarat-ja-vaestotiedot>. Luettu: 28.11.2019.

Kuusisto, R. 2013. Laatu perusopetuksessa. PS-kustannus, Jyväskylä.



- Lappeenranta 2018. Lappeenrannan liikkumishjelma. Luettavissa: <https://www.lappeenranta.fi/loader.aspx?id=6943b886-7397-47a1-9b50-9c7f00f1a80e>. Luettu 6.12.2019.
- Liikuntalaki 10.4.2015/390. Luettavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150390>. Luettu 11.4.2020.
- Loisa, T. 4.12.2019. Rehtori. Savitaipaleen kansalaisopisto. Haastattelu.
- Maamies, S. 1997. Benchmarking. Luettavissa: <https://www.kielikello.fi/-/benchmarking>. Luettu 14.11.2019.
- Moilanen, T. 2019. Pielaveden kunnan liikuntastrategia 2019-2020. Opinnäytetyö. Luettavissa: [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/169609/Moilanen\\_Tuula.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/169609/Moilanen_Tuula.pdf?sequence=2&isAllowed=y). Luettu: 6.12.2019.
- Moilanen, T. 11.12.2019. Liikunta- ja vapaa-ajan ohjaaja. Pielaveden kunta. Puhelinhaastattelu.
- Niva, M. & Tuominen, K. 2005. Benchmarking käytännössä: Itsearviointin työkirja. Oy Benchmarking Ltd, Turku.
- Nuori Suomi 2008a. Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7–18-vuotiaille. Luettavissa: [https://www.ukkinstituutti.fi/filebank/1477Fyysisen\\_aktiivisuuden\\_suositus\\_kouluikaisille.pdf](https://www.ukkinstituutti.fi/filebank/1477Fyysisen_aktiivisuuden_suositus_kouluikaisille.pdf). Luettu: 26.2.2020.
- Nuori Suomi 2008b. Vauhti virkistää. Luettavissa: <https://www.ukkinstituutti.fi/filebank/78-nuorten-liikuntaesite.jpg>. Luettu 20.3.2020.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016: 21. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016.
- Savitaipale kuntastrategia 2017. Luettavissa: [https://www.savitaipale.fi/download\\_file/view/779/276](https://www.savitaipale.fi/download_file/view/779/276). Luettu: 6.12.2019.
- Shmula 2017. What Are the 3 Types of Benchmarking? Luettavissa: <https://www.shmula.com/what-are-the-3-types-of-benchmarking/24457/>. Luettu 24.11.2019.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2020. Terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen kannattaa. Liikunta ja terveellinen ruoka ehkäisevät sairauksia. Luettavissa: <https://stm.fi/terveyden-ja-hyvinvoinnin-edistaminen-kannattaa>. Luettu 11.4.2020.
- Sote-uudistus. Mikä sote-uudistus? Luettavissa: <https://soteuudistus.fi/mika-sote-uudistus>. Luettu 8.3.2020.
- Strömmer, P. 1998. Benchmarking käsikirja. Laatu keskus. Esa Print. Lahti. Terveystalolaki 30.12.2015. Luettavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326>. Luettu 14.4.2020.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2020. Ajankohtaista koronaviruksesta COVID-19. Luettavissa <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19>. Luettu: 15.3.2020.

Tilastokeskus 2018. Kuntien avainluvut. Luettavissa:  
<https://www.stat.fi/tup/alue/kuntienavainluvut.html#?year=2019&active1=739&active2=73>.  
Luettu 7.12.2019.

Tilastokeskus 2019. Väestöennuste 2019: Väestö iän ja sukupuolen mukaan alueittain, 2019-2040. Luettavissa:  
[http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin\\_\\_vrm\\_\\_vaenn/statfin\\_vaenn\\_pxt\\_128v.px/](http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin__vrm__vaenn/statfin_vaenn_pxt_128v.px/). Luettu 15.3.2020.

Total Quality Management 2008. Benchmarking: The Xerox Case. Blogi. Luettavissa:  
<https://totalqualitymanagement.wordpress.com/2008/09/12/benchmarking/>. Luettu 14.11.2019.

UKK-instituutti 2020a. Aikuisten liikkumisen suositus. Luettavissa:  
<https://www.ukkinstituutti.fi/liikkumisensuositus/aikuisten-liikkumisen-suositus>. Luettu 20.3.2020.

UKK-instituutti 2020. Liikkumisen suositus yli 65-vuotiaille. Luettavissa:  
<https://www.ukkinstituutti.fi/liikkumisensuositus/yli-65-vuotiaiden-liikkumisen-suositus>. Luettu 20.3.2020.

Valassaari, I. 3.12.2019. Palvelusihteeri. Savitaipaleen kunta. Haastattelu.

## Liitteet

### Liite 1. Liikuntakysely 2020.

#### Liikuntakysely 2020

Kyselyllä selvitetään Savitaipaleen liikunnan nykytilaa. Vastaamalla voit vaikuttaa kunnan liikuntatarjontaan tulevaisuudessa. Kyselyyn voi vastata 30.1. asti. Kysymykset koskevat vastaajan taustatietoja, aktiivisuutta ja liikuntatottumuksia sekä toiveita ja mieltymyksiä liikuntapalvelujen suhteen. Vastaaminen kestää noin 10 minuuttia. Tähdelliset (\*) kysymykset ovat pakollisia. Palauta kyselylomake Liikuntatalolle, kunnantalolle tai kirjastoon 30.1. mennessä.

1. Sukupuoli \*

- Mies
- Nainen

2. Minkä ikäinen olet? \*

- 7–12-vuotias
- 13–17-vuotias
- 18–64-vuotias
- yli 64-vuotias

3. Lisäkysymys vastaajille, jotka ovat alaikäisten lasten huoltajia.

Minkä ikäisiä lapsia asuu samassa taloudessa?

Voit valita useamman vaihtoehdon.

- alle 7-vuotiaita
- 7–12-vuotiaita
- 13–17-vuotiaita

4. Koulutustaso \*

- Peruskoulu/kansakoulu
- Lukio tai ammatillinen koulutus
- Yliopisto tai ammattikorkeakoulututkinto
- Ei tutkintoa

## 5. Työtilanne

\*

- Koululainen/opiskelija
- Toissää/rittää
- Vanhempainvapaalla
- Työtön
- Eläkeläinen

## 6. Millä Savitaipaleen alueella asut?

\*

- Havo
- Heitunlahti
- Hyrkkälä
- Kuivasensaari
- Paimensaari
- Partakoski
- Kirkonkylä
- Säänjärvi
- Välijoki

## 7. Kysymys 7–17-vuotiaille: kuinka paljon liikut päivittäin?

Liikkumisesimerkit: koulumatkat jalan tai polkupyörällä, välitunti- ja koululiikunta, liikuntaharrastukset ja muu vapaa ajan liikunta.

- Alle 30 minuuttia
- 30 – 59 minuuttia
- 1 tunti – 1 tunti 29 minuuttia
- 1 tunti 30 minuuttia – 1 tunti 59 minuuttia
- 2 tuntia tai enemmän

8. Kysymys 18 vuotta täyttäneille: kuinka kauan liikut sydämen sykettä kohottavasti viikoittain?

|   | En ollenkaan          | Alle 30 minuuttia     | 30 minuuttia – 1 tunti 14 minuuttia | 1 tunti 15 minuuttia – 2 tuntia 29 minuuttia | 2 tuntia 30 minuuttia tai enemmän |
|---|-----------------------|-----------------------|-------------------------------------|--|-----------------------------------|
| Reippaasti: syke nousee, mutta pystyt puhumaan normaalisti hengästymisestääsi huolimatta. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>               | <input type="radio"/>                        | <input type="radio"/>             |
| Rasittavasti: puhuminen on hankalaa hengästymisestää johtuen.                             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>               | <input type="radio"/>                        | <input type="radio"/>             |

9. Kysymys 18–64-vuotiaille: kuinka usein harjoitat lihaskuntoa ja liikehallintaa?

Lajiesimerkit: porraskävely, ryhmäliikunta, kuntosaliharjoittelu ja pallopelit.

- En ollenkaan
- Harvemmin kuin kerran viikossa
- Kerran viikossa
- Kaksi kertaa viikossa
- Useammin kuin kaksi kertaa viikossa

10. Kysymys yli 64-vuotiaille: kuinka usein harjoitat seuraavia ominaisuuksia? Lajiesimerkit:

kuntosaliharjoittelua, ryhmäliikunta, jooga, tanssi ja kotivoimistelu.

|             | En ollenkaan          | Harvemmin kuin kerran viikossa | Kerran viikossa       | Kahdesti viikossa     | Kolmesti viikossa tai useammin |
|-------------|-----------------------|--------------------------------|-----------------------|-----------------------|--------------------------------|
| Lihisvoimaa | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          |
| Tasapainoa  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          |
| Notkeutta   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          |

11. Miten arvioisit nykyisen liikunnan määrän? \*

- Pitäisi lisätä huomattavasti
- Pitäisi lisätä
- Liikun riittävästi

- Liikun liikaa, en ehdi palautua
- En osaa sanoa

**12. Mikä tekijä rajoittaa omaa liikunnan harrastamistasi eniten? \***

- Harrastuspaikkojen puute
- Liikunnan harrastamiseen ei sovi aikatauluun
- Ohjatun liikunnan tarjonnan puute
- Sopivan lajin puuttuminen
- Terveydelliset syyt
- Väsymys/stressi
- En koe liikunnan harrastamista tärkeäksi
- Liikuntataitojen puute
- Liikkumistani ei rajoita juurikaan mikään
- Muu, mikä?

**13. Millaista liikuntaa harrastat?**

**Voit valita useamman vaihtoehdon. \***

- En harrasta liikuntaa
- Kuntosaliharjoittelu
- Ohjattu ryhmäliikunta
- Muu ohjattu liikunta
- Joukkueurheilu
- Yksilöurheilu
- Uinti /vesiliikunta
- Tanssi
- Ratsastus
- Omatoiminen ulkoilu
- Metsästys
- Muuta liikuntaa, mitä?

14. Käytitkö vuoden 2019 aikana Savitaipaleen ulkoliikuntapaikkoja? \*

- Kyllä  
 En

15. Jos vastasit edelliseen kysymykseen kyllä, niin merkaa alla olevaan taulukoon käyttämiäsi ulkoliikuntapaikkojen käyntikerrat.

|                                     | Harvemmin kuin<br>kerran viikossa | Kerran<br>viikossa    | 2-3 kertaa<br>viikossa | 4 kertaa viikossa<br>tai useammin |
|-------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------|------------------------|-----------------------------------|
| Koulukeskuksen lähiliikuntapaikka   | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Liikuntapuiston skeittipaikka       | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Tempplaskurinne Backyard park       | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Jalkapallon tekonurmikenttä         | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Liikuntapuiston frisbeegolfrata     | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Ulkotenniskentät                    | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Yleisurheilukenttä                  | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Kirkonkylän valaistu latu/latupohja | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Heitunlahden koulun piha/kaukalo    | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Heitunlahden valaitu latu/latupohja | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Heitunlahden frisbeegolfrata        | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Havon kaukalo                       | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Merkatut ladut/latupohjat           | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Kirkonkylän yläkenttä               | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Olkolan uimaranta                   | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Olkolan ulkoilureitti               | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Olkolan petankkikenttä              | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Orrain polku                        | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Hakamäen kuntoiluportaat            | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Ratsastuksen harrastuspaikat        | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Ampumaradat                         | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Lepänkannon uimaranta               | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |

16. Käytitkö vuoden 2019 aikana Savitaipaleen sisäliikuntapaikkoja?

\*

Kyllä

En

17. Jos vastasit edelliseen kysymykseen kyllä, niin merkkää alla olevaan taulukoon käyttämiesi sisäliikuntapaikkojen käyntikerrat.

|                                 | Harvemmin kuin<br>kerran viikossa | Kerran<br>viikossa    | 2-3 kertaa<br>viikossa | 4 kertaa<br>viikossa tai<br>enemmän |
|---------------------------------|-----------------------------------|-----------------------|------------------------|-------------------------------------|
| Liikuntatalon kuntosali         | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>               |
| Liikuntatalon iso sali          | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>               |
| SLH:n tennishalli               | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>               |
| Savitaipaleen jäähalli          | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>               |
| Heitinlahden nuorisoseurantalo  | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>               |
| Väljoen Männistö                | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>               |
| Havon koulu                     | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>               |
| Pettilän kyläkeskus             | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>               |
| Säänjärven lava                 | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>               |
| Savikunnan kuntosali            | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>               |
| Toiminkeskus Suvannon uimahalli | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>               |
| Vanha kirkonkylän koulun sali   | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>               |
| Villa Lavandan sali             | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>               |

18. Osallistuitko Savitaipaleelle järjestetyyn liikuntatoimintaan vuonna 2019?

\*

Kyllä

En



**19. Jos vastasit edelliseen kysymyksen kyllä, niin merkitse käyntikerrat alla olevaan taulukkoon niiden liikuntatoimijoiden osalta, jonka järjestettyyn toimintaan osallistuit.**

|  | Harvemmin kuin<br>kerran viikossa | Kerran<br>viikossa    | 2-3 kertaa<br>viikossa | 4 kertaa viikossa<br>tai useammin |
|--|-----------------------------------|-----------------------|------------------------|-----------------------------------|
| Savitaipaleen liikuntatoimi                                | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Savitaipaleen koulukeskuksen<br>oppilaiden liikuntakerhot  | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Savitaipaleen kansalaisopisto                              | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Toimintakeskus Suvanto                                     | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Savikunto  | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Lavanda yoga & pilates                                     | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Eksote   | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Savitaipaleen liikunta- ja<br>hyvinvointipalvelut (SLH)    | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Seurojen järjestämä joukkueurheilu                         | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Seurojen järjestämä yksilöurheilu                          | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Seurojen järjestämä ohjattu<br>ratsastustoiminta           | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Seurojen ja yhdistysten järjestämä<br>ryhmäliikunta        | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |
| Seurojen ja yhdistysten järjestämä muu<br>liikuntatoiminta | <input type="radio"/>             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>             |

**20. Kuinka tärkeänä pidät oman liikunnan harrastamisen kannalta seuraavia asioita? \***

|   | En ollenkaan<br>tärkeänä | Melko<br>tärkeänä     | Tärkeänä              | Erittäin<br>tärkeänä  |
|---|--------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Liikuntapaikat pidetään hyvässä<br>kunnossa | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Monipuolinen ohjatun liikunnan tarjonta     | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Aktiivinen urheiluseuratoiminta             | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Liikuntapaikkojen saavutettavuus            | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Monipuolinen liikuntapaikkatarjonta         | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Harrastaessa tapaa muita liikkuja           | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

|   | En ollenkaan tärkeänä | Melko tärkeänä        | Tärkeänä              | Erittäin tärkeänä     |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Uusia lajeja pääsee kokeilemaan ohjatusti | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Perheen ja ystävien tuki                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Liikuntaharrastamisen kustannukset        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Työnantaja tukee liikuntaa                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

**21. Miten seuraavat asiat toteutuvat Savitaipaleella? \***

|   | En osaa sanoa         | Huonosti              | Kohtalaisesti         | Melko hyvin           | Hyvin                 |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Liikuntapaikkojen kunnossapito                                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Monipuolinen ohjatun liikunnan tarjonta                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Aktiivinen urheiluseuratoiminta                               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Liikuntapaikkojen saavutettavuus                              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Liikuntapaikkojen esteettömyys                                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Kevyen liikenteen väylien kunnossapito                        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Liikuntamahdollisuuksista on saatavilla tarpeeksi tietoa      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Kunnan liikuntapaikkojen varaaminen omaan käyttöön on helppoa | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Mahdollisuus saada liikuntaneuvontaa                          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ohjattu liikuntatoiminta koululaisille loma-aikoina           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Liikuntatapahtumat  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

**22. Mistä haluaisitte jatkossa saada tietoa Savitaipaleella tarjottavista liikuntamahdollisuuksista? \***

|                          | En osaa sanoa         | En lainkaan samaa mieltä | Jokseenkin eri mieltä | Jokseenkin samaa mieltä | Täysin samaa mieltä   |
|--------------------------|-----------------------|--------------------------|-----------------------|-------------------------|-----------------------|
| Kunnan internet-sivuilta | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Kunnan facebook-sivulta  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |

|                           | En osaa sanoa         | En lainkaan samaa mieltä | Jokseenkin eri mieltä | Jokseenkin samaa mieltä | Täysin samaa mieltä   |
|---------------------------|-----------------------|--------------------------|-----------------------|-------------------------|-----------------------|
| Kuntatiedotteesta         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Kirjastosta               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Suoraan liikuntapaikoilta | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| Länsi-Saimaan sanomista   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |

**23. Kuinka kiinnostavia seuraavat liikuntapalvelut olisivat oman liikkumisesi kannalta (olisitko valmis osallistumaan)? \***

|   | En osaa sanoa         | Ei lainkaan kiinnostavia | Melko kiinnostavia    | Kiinnostavia          | Erittäin kiinnostavia |
|---|-----------------------|--------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Uimakoulut                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Kuntosaliopastukset                         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Avoimet palloiluryhmät                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Matalan kynnyksen helpot jumpat             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Opastetut vaellukset retkeilyreiteillä      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Opastetut pyöräretket kunnan eri kohteisiin | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Kulttuurikävelyt                            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Perheliikuntaryhmät                         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vertaisryhmät                               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Liikuntaneuvonta                            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Luistelukoulut                              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

**24. Mikä muu liikuntapalvelu kiinnostaisi sinua?**

|  |
|--|
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

25. Haluaisitko liikuntavälineiden lainausmahdollisuuden Savitaipaleen kirjastoon? \*

- Kyllä  
 En

26. Jos vastasit kyllä, niin mitä liikuntavälineitä haluaisit kirjaston valikoimaan? Voit valita useamman vaihtoehdon.

- Kahvakuulia  
 Frisbeegolf-kiekkoja  
 Mөлky-peli  
 Petankki-setti  
 Rantalentopallo  
 Koripallo  
 Jalkapallo  
 Pingismailat ja pallo  
 Joku muu, mikä?

27. Jos sinulla on palautetta tai ideoita liikuntatoimelle, niin kirjoita ne tähän.

|  |
|--|
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

28. Jos sinulta saa kysyä tarkentavia kysymyksiä esimerkiksi ideoista ja palautteesta, niin kirjoita puhelinnumerosi tähän.

Puhelinnumero

## Liite 2. SWOT-analyysi.

### SAVITAIPALEEN KUNNAN LIIKUNNAN NYKYTILAN ARVIOINTI SWOT-ANALYYSIN AVULLA

VAHVUUDET: Mitkä asiat ovat hyvin? Missä on onnistuttu?

HEIKKOUEDET: Mitkä asiat eivät ole hyvin? Missä on parannettavaa?

MAHDOLLISUUDET: Miten liikunnan trendien kehitys vaikuttaa paikallisesti ja kansallisesti?  
Miten positiivista kehitystä voidaan vahvistaa?

UHAT: Mitä tulisi välttää? Mitkä asiat estävät kehitystä?

|                    | <b>+</b><br><b>VAHVUUDET</b> | <b>-</b><br><b>HEIKKOUEDET</b> |
|--------------------|------------------------------|--------------------------------|
| <b>NYKYTILA</b>    |                              |                                |
| <b>TULEVAISUUS</b> | <b>MAHDOLLISUUDET</b>        | <b>UHAT</b>                    |
|                    |                              |                                |

**SAVITAIPALEEN**  
**LIKKUMISOHJELMA**  
**2020–2022**



### Liikkumisohjelman lähtökohdat ja seuranta

Savitaipaleen vuonna 2017 valmistuneen kuntastrategian mukaan ”Monipuoliset liikunta- ja kulttuuripalvelut ovat kuntamme vahvuutena, ja kaikilla kuntalaisilla on mahdollisuus harrastuksiin oman kunnan alueella. Palvelut ovat helposti saatavilla ja saavutettavissa.” Tämän perusteella Savitaipaleen liikuntatoimessa päätettiin syksyllä 2019 tehdä liikkumisohjelma vuosille 2020–2022. Liikkumisohjelman luomisessa käytettiin benchmarking-menetelmää, jossa esikuva-analyysi kohteena toimi vuonna 2019 valmistunut Pielaveden kunnan liikuntastrategia. Liikkumisohjelman lähtötilanteessa kuntalaisille teetettiin liikuntakysely, jossa otettiin huomioon uusimmat liikuntasuosituksot, sekä kartoitettiin Savitaipaleen liikunnan nykytilaa eri toimijoiden kanssa. Liikkumisohjelma toimii tavoitteineen ja toimenpiteineen vuosina 2020–2022 liikuntatoimen ohjenuorana. Liikkumisohjelmassa otetaan huomioon myös yhteistyö eri sidosryhmien kanssa, toimintaympäristön muutokset ja toimenpiteiden seuranta erilaisilla mittareilla. Liikkumisohjelman toteutumista seurataan vuosittain talousarvion laadinnan yhteydessä. Liikkumisohjelmalla varmistetaan kunnan liikuntapalveluiden elinvoimaisuus, joka palvelee tulevaisuudessa kuntalaisten lisäksi myös liikuntamatkailijoita ja kesäasukkaita.

#### Lisätiedot:

Savitaipaleen liikuntatoimi  
Liikuntatoimenohjaaja Teemu Lepistö  
puh. 0406313372  
teemu.lepisto@savitaipale.fi



## Liikunta-aktiivisuuden edistäminen eri ikäluokissa

### Lapset ja nuoret.

Liikuntakyselyn 2019 mukaan alle 18-vuotiaat pitivät oman liikkumisen kannalta tärkeimpinä tekijöinä liikuntapaikkojen kunnossapitoa, liikuntapaikkojen saavutettavuutta, monipuolista liikuntapaikkatarjontaa ja aktiivista urheiluseuratoimintaa. Näihin tekijöihin panostetaan lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuuden nostamiseksi. Terveytensä kannalta liian vähän liikkuvia varten kehitetään maksuttomia liikuntapalveluita. Jatketaan yhteistyötä liikuntaa järjestävien toimijoiden kanssa ja luodaan yhdessä mahdollisuuksia liikuntakyselyistä nousseisiin kehityskohteisiin kuten perheliikuntaryhmiin ja koululaisten loma-ajan toimintaan.

- Varhaiskasvatuksen jokaiseen yksikköön nimetään liikuntavastaava. Liikuntavastaavat suunnittelevat yhdessä varhaiskasvatuksen liikuntakoordinaattorin kanssa lajikokeiluja tennis-, jää- ja uimahalliin. Varhaiskasvatusyksiköiden piha-alueita päivitetään palvelemaan liikuntamahdollisuuksia.
- Liikuntakyselyssä alle 13-vuotiaiden lasten huoltajat pitivät perheliikuntaa kiinnostavimpana palveluna. Neuvotellaan liikuntaa järjestävien toimijoiden kanssa perheliikuntaryhmien kehittämisestä ja uusien ryhmien perustamisesta.
- Koulujen loma-aikojen toimintaa kehitetään: Olemassa olevia käytänteitä kehitetään ja luodaan uusia mahdollisuuksia kyselyiden tulosten perusteella. Palkataan liikunnanohjaaja koululaisten ja lukiolaisten kesäloman toiminnan järjestämistä varten.
- Luodaan liikuntatoimijoiden kanssa uusia mahdollisuuksia liikuntakyselyistä nousseisiin liikuntamuotoihin kuten kuntosaliopastuksiin ja avoimiin palloiluryhmiin.
- Jatketaan Liikkuva koulu-hankkeen hyviä käytänteitä Europaeuksen koulussa: liikuntakerhot, pitkät välitunnit ja välituntiliikuntaohjaaja koulutus.
- Lukiolaisen liikuntakyselystä nousseet kehityskohteet: Liikuntatutor-koulutuksen- ja toiminnan aloittaminen. Suosituimpien liikuntamuotojen harrastusmahdollisuuksien kehittäminen Savitaipaleella & virtuaalijumppavaihtoehdot etäopiskelupäivien liikunnallistamiseen.
- Valmentaja-ohjaajakoulutus lukion kurssivalikoimaan: kurssin kautta saadaan uusia ohjaajia liikuntaseuroille, jonka kautta lasten ryhmiin saadaan lisää ohjaajia.
- Urheiluakatemiatoiminnan kehittäminen: markkinointi, vierailevat luennoitsijat ja yhteistyö savitaipalelaisten toimijoiden kanssa.

### Mittarit & seuranta

- Kolmen vuoden välein toteutetaan asukaskysely, jolla saadaan tietoa liikunta-aktiivisuudesta, liikuntamuodoista ja kunnassa tarjottavien liikuntapalveluiden kehityskohteista.
- Säännöllisin väliajoin toteutettavat kyselyt lukion ja perusopetuksen oppilaille. Hyödynnetään valtakunnallisia kouluterveyskyselyitä sekä hankkeisiin liittyviä kyselyitä.
- Lasten ja nuorten tapahtumien, liikuntaryhmien, osallistujien ja ohjaustuntien määrä ja niiden vuosittainen kehittyminen.
- Hyvinvointikertomus, kouluterveyskysely, lukiolaisten liikkuva opiskelu- hankkeen kyselyt ja Move-testitulokset.
- Kerättyjen palautteiden perusteella liikuntapalveluiden kehittäminen.
- Uudet hankkeet ja niiden rahoitus.





## Aikuisväestö

Liikuntakyselyn 2019 mukaan 18–64-vuotiaat pitivät oman liikkumisen kannalta tärkeimpinä tekijöinä liikuntapaikkojen kunnossapitoa, liikuntapaikkojen saavutettavuutta, monipuolista liikuntapaikkatarjontaa ja aktiivista urheiluseuratoimintaa. Näihin tekijöihin panostetaan aikuisväestön liikunta-aktiivisuuden nostamiseksi. Terveytensä kannalta liian vähän liikkuvia varten kehitetään maksuttomia liikuntapalveluita. Jatketaan yhteistyötä liikuntaa järjestävien toimijoiden kanssa ja luodaan yhdessä mahdollisuuksia liikuntakyselystä nousseisiin kehityskohteisiin.

- Maksuttoman liikuntaneuvontapalvelun kehittäminen.
- Liikuntakyselystä nousseiden liikuntamuotojen järjestetyn toiminnan kehittäminen yhdessä liikuntatoimijoiden kanssa. Liikuntamuodot: opastetut vaellukset retkeilyreiteillä, kuntosaliopastukset, matalan kynnyksen helpot jumpat ja opastetut pyöräretket kunnan eri kohteisiin.
- Monipuolisen liikuntatarjonnan mahdollistaminen yhteistyössä liikuntaa järjestävien toimijoiden kanssa.
- Kunnan työntekijöiden työhyvinvointia lisäävän liikunnan kehittäminen liikkuva työelämä-hankkeen käytänteillä: liikuntakampanjat, ohjatun liikunnan mahdollisuudet, virtuaalijumpat ja istumisen tauottaminen.
- Liikuntakampanjoiden, avoimien ovien ja teemaviikkojen järjestäminen liikunta-aktiivisuuden lisäämiseksi.
- Liikuntakyselyn perusteella suosituimpien liikuntapaikkojen aukioloaikojen, lajimahdollisuuksien ja kunnossapitämisen kehittäminen.

## Mittarit & seuranta

- Kolmen vuoden välein toteutetaan asukaskysely, jolla saadaan tietoa liikunta-aktiivisuudesta, liikuntamuodoista ja kunnassa tarjottavien liikuntapalveluiden kehityskohteista.
- 18–64-vuotiaiden liikuntaryhmien, osallistujien ja ohjaustuntien määrä ja niiden vuosittainen kehittyminen.
- Hyvinvointikertomus, kunnan työntekijöiden liikkuva työelämä-hankkeen kyselyt, toimintakykymittaukset ja työhyvinvoinnin toimenpiteet.
- Kerättyjen palautteiden perusteella liikuntapalveluiden kehittäminen.
- Uudet hankkeet ja niiden rahoitus.



### Yli 64-vuotiaat

Liikuntakyselyn 2019 mukaan yli 64-vuotiaat pitivät oman liikkumisen kannalta tärkeimpinä tekijöinä liikuntapaikkojen kunnossapitoa, liikuntapaikkojen saavutettavuutta, monipuolista liikuntapaikkatarjontaa ja monipuolista ohjatun liikunnan tarjontaa. Näihin tekijöihin panostetaan yli 64-vuotiaiden liikunta-aktiivisuuden nostamiseksi. Terveytensä kannalta liian vähän liikkuvia varten kehitetään maksuttomia liikuntapalveluita. Jatketaan yhteistyötä liikuntaa järjestävien toimijoiden kanssa ja luodaan yhdessä mahdollisuuksia liikuntakyselystä nousseisiin kehityskohteisiin.

- Maksuttoman liikuntaneuvontapalvelun kehittäminen.
- Liikuntakyselystä nousseiden liikuntamuotojen järjestetyn toiminnan kehittäminen yhdessä liikuntatoimijoiden kanssa. Liikuntamuodot: kuntosaliopastukset, opastetut vaellukset retkeilyreiteillä, matalan kynnyksen helpot jumpat ja liikuntaneuvonta.
- Monipuolisen liikuntatarjonnan mahdollistaminen yhteistyössä liikuntaa järjestävien toimijoiden kanssa.
- Liikuntakampanjoiden, avoimien ovien ja teemaviikkojen järjestäminen liikunta-aktiivisuuden lisäämiseksi.
- Liikuntakyselyn perusteella suosituimpien liikuntapaikkojen aukioloaikojen, lajimahdollisuuksien ja kunnossapitämisen kehittäminen.

### Mittarit & seuranta

- Kolmen vuoden välein toteutetaan asukaskysely, jolla saadaan tietoa liikunta-aktiivisuudesta, liikuntamuodoista ja kunnassa tarjottavien liikuntapalveluiden kehityskohteista.
- Yli 64-vuotiaiden liikuntaryhmien, osallistujien ja ohjaustuntien määrä ja niiden vuosittainen kehittyminen.
- Hyvinvointikertomus ja toimintakykymittaukset.
- Kerättyjen palautteiden perusteella liikuntapalveluiden kehittäminen.
- Uudet hankkeet ja niiden rahoitus.



## Yhteistyön, viestinnän ja tiedottamisen kehittäminen

Savitaipaleella on useita eri toimijoita, jotka järjestävät ympärivuotista liikuntatoimintaa ja liikuntatapahtumia eri-ikäisille kuntalaisille. Liikuntaa järjestävien tahojen toimintaedellytyksiä tuetaan ja turvataan avustuksilla ja yhteistyömuodoilla Savitaipaleen kunnan kanssa. Yhteistyössä otetaan huomioon liikuntakyselyn painopisteet. Toimenpiteet aikataulutetaan vuosikelloon, joka helpottaa suunnittelua sekä tapahtumien ja tilaisuuksien päällekkäisyyttä. Tämän lisäksi luodaan liikuntatoimen viestintäsuunnitelma johon sisältyy viestinnän tavoitteet, tavat, sidosryhmät, koulutukset, tapahtumat ja kriisiviestintä. Liikuntatilojen käyttövuorot päivitetään liikuntapaikkojen ilmoitustauluille sekä kunnan internet-sivuille. Ajankohtaiset liikuntasuositukset päivitetään liikuntapaikoille lisäämään tietoisuutta liikunnan vähimmäissuosituksista.

- Erilaisten yhteistyömuotojen kehittäminen savitaipalelaisten liikuntatoimijoiden kanssa.
- Neuvottelut naapurikuntien liikuntatoimijoiden kanssa joukkuelajien mahdollisuuksien kehittämiseksi.
- Seurafoorumin ja liikuntafoorumin järjestäminen vuosittain.
- Liikuntamahdollisuuksien markkinointi liikuntakyselyn perusteella suosituimmissa viestintäkanavissa: kunnan internet-sivut, kuntatiedote, Länsi-Saimaan sanomat sekä liikuntapaikkojen ilmoitustaulut.
- Vuosikellon laatiminen: avustuksen hakuajankohdat, liikuntapaikkojen käyttövuorojen haku-ajat, liikuntatapahtumat ja poikkeavat aukioloajat.
- Liikuntatalon ison salin ja kuntosalin käyttövuorot ja tapahtumat päivitetään paperiversiona liikuntatalolle ja sähköisenä versiona kunnan internet-sivuille.

### Mittarit & seuranta

- Säännöllisten ja uusien liikuntaryhmien määrä ja kävijämäärät.
- Analyysi-kyselyt Savitaipaleen liikunnan tilasta vuosittain pidettävissä liikunta- ja seurafoorumissa.
- Kolmen vuoden välein toteutetaan asukaskysely, jolla saadaan tietoa kunnassa tarjottavien liikuntapalveluiden, sekä tiedotuksen ja viestinnän kehityskohteista.
- Kerättyjen palautteiden perusteella liikuntapalveluiden kehittäminen.



### Liikunnan olosuhteiden ja mahdollisuuksien kehittäminen

Savitaipaleella on monipuoliset harrastuspaikat sisä- ja ulkoliikuntaan. Liikuntakyselyn 2020 mukaan kuntalaisten mielestä liikuntapaikkojen kunnossapito ja saavutettavuus olivat tärkeimpiä tekijöitä omassa liikuntaharrastamisessa. Liikuntakyselyssä suosituin ulkoliikuntamuoto on omatoiminen ulkoilu ja suosituin sisäliikuntamuoto on kuntosaliharjoittelu. Omaehtoista ja ohjattua liikkumista mahdollistetaan ulkoliikuntapaikkojen ja kevyenliikenteen väylien ympärivuotisella kunnossapidolla sekä ottamalla huomioon eri käyttäjäryhmät liikuntapaikkojen aukioloajoissa. Liikuntapaikkarakentamisessa ja kalustohankinnoissa otetaan huomioon saavutettavuus, esteettömyys ja uudet kehityssuunnat. Liikuntapaikoilla ja tapahtumissa kohdataan myös muita liikkujia, joka lisää kuntalaisten yhteisöllisyyttä. Kirjaston lainausvalikoimaan lisätään liikuntakyselyn tulosten perusteella liikuntavälineitä, joilla pääsee harrastamaan eri lajeja Savitaipaleella

- Retkeilyreittien kunnostustoimenpiteet ja neuvottelut maanomistajien kanssa maastopyöräilyreittien kehittämisestä.
- Kevyenliikenteen väylien ympärivuotinen kunnossapito eri käyttäjäryhmät huomioiden.
- Uusien liikuntamahdollisuuksien markkinointi ja ilmaiset tutustumiset.
- Kirjaston lainausvalikoimaan frisbeegolf-kiekkoja, mölkky-peli sekä petankki- ja pingisetit.
- Kuntosalin laite- ja välinehankinnoissa sekä esteettömyydessä huomioidaan eri käyttäjäryhmät sekä liikuntatrendit.
- Luodaan mahdollisuuksia liikuntatapahtumille jokaisena vuodenaikana.

#### Mittarit & seuranta

- Kolmen vuoden välein toteutettava asukaskysely, jolla saadaan tietoa liikuntamuodoista ja kunnassa tarjottavien liikuntapalveluiden kehityskohteista.
- Kirjaston tilastointi lainatuista välineistä.
- Uusien maastopyöräilyreittien määrä.
- Uusien liikuntapaikkojen määrä.
- Liikuntatapahtumien määrä ja kävijämäärät.
- Kerättyjen palautteiden perusteella olosuhteiden ja mahdollisuuksien kehittäminen.

