Taipalsaaren liikuntasuunnitelma

Sivistyspalvelut 2026 - 2029

Sivistyslautakunta 19.11.2025 § 79

SISÄLTÖ

JOHDANTO *3*

TAIPALSAAREN LIIKUNTASUUNNITELMA..... *4*

- Taipalsaaren liikuntatoiminnan nykytilan nostoja *5-8*
- Liikkumisen edistämisen toimenpiteet 2026-2029 .....*9-35*

TAIPALSAARI

JOHDANTO

Kuntien lakisääteinen tehtävä on edistää asukkaidensa hyvinvointia ja terveyttä. Liikunnan edistäminen on keskeinen osa tätä työtä. Liikuntatoiminnan järjestämisessä kuntia ohjaavat lait, asetukset ja valtakunnalliset ohjelmat. Näiden keskeisenä tavoitteena on lisätä asukkaiden fyysistä aktiivisuutta kaikissa ikäryhmissä ja tukea yhdenvertaisia liikkumismahdollisuuksia.

Onko sillä terveyden ja hyvinvoinnin kannalta merkitystä, missä asut ja millaisten liikuntapäätösten seurauksia sinä nautit?

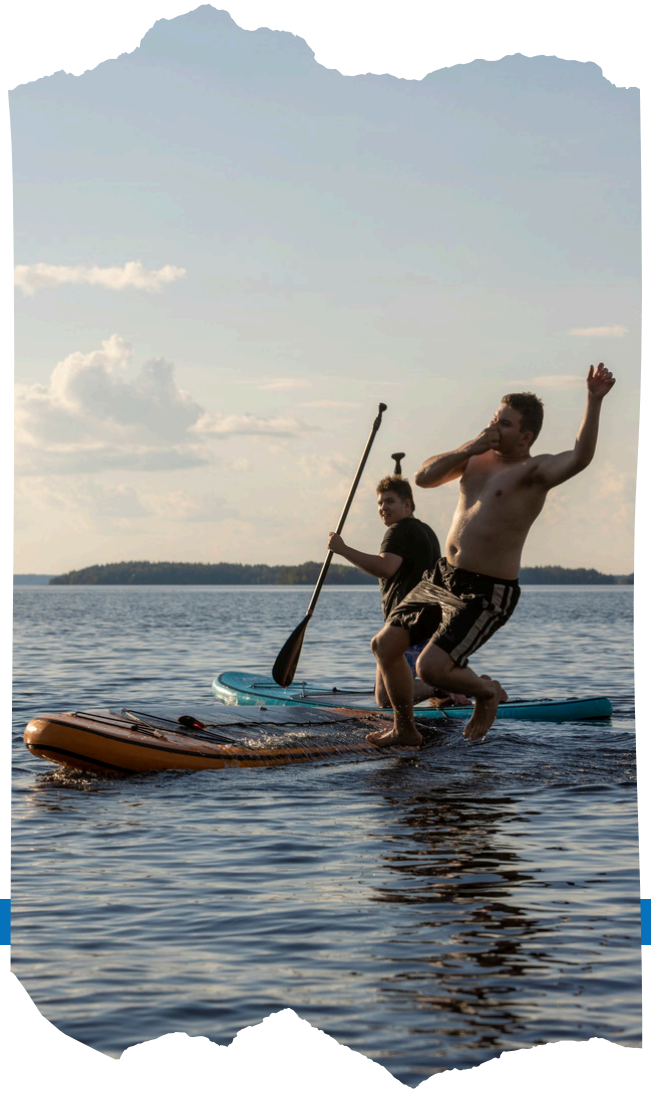
Liikkumisohjelmat ja liikuntastrategiat ovat yksi työväline edistää asukkaiden liikkumista ja liikunnallista elämäntapaa. Ne konkretisoivat kuntien tavoitteita ja ohjaavat päätöksentekoa. Hyvä strategia tunnistaa nykytilan, sisältää selkeät toimenpiteet ja mittarit sekä sitouttaa toimijat. Strategisten tavoitteiden toteutumisen edellytys on se, miten näihin sitoudutaan käytännön tasolla ja mikä lopulta näkyy kuntalaisille.

TAIPALSAARI

TAIPALSAAREN LIIKUNTASUUNNITELMA

Taipalsaaren kunnan sivistyspalveluiden liikuntasuunnitelma 2026-2029 toimii strategisena asiakirjana liikkumisen edistämisen työssä paikallistasolla. Liikuntasuunnitelma sisältää nykytilan analyysin sekä kehittämissuunnitelman (tavoitteet, vastuutahot, toimenpiteet ja kehittämismenetelmät sekä arviointitavat ja mittarit).

Liikuntasuunnitelman tavoitteet kohdentuvat kuntalaisten terveysliikunnan edistämiseen, joita myös kuntien liikuntatoimintaa ohjaavissa laeissa, asetuksissa ja ohjelmissa säädetään. Taipalsaaren liikuntasuunnitelmaa hyödynnetään johtamisen välineenä sekä suuntaviivana liikunnan kehittämistoiminnassa ja päätöksenteossa.



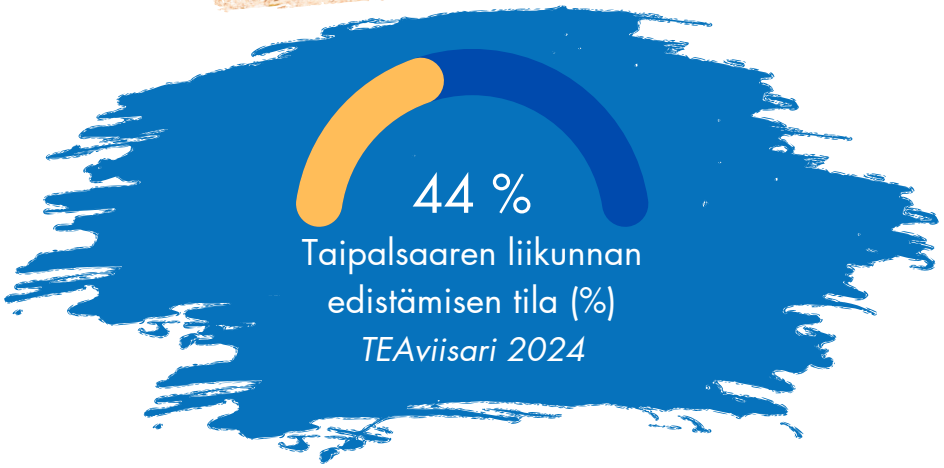
TAIPALSAARI
Logo

TAIPALSAAREN LIIKUNTASUUNNITELMA

Liikuntatoiminnan nykytilan nostoja

Taipalsaaren liikuntatoiminnan nykytilan tunnistaminen toimi pohjana liikuntasuunnitelman laadinnassa. Nykytilan selvittämisessä on hyödynnetty julkisia tietokantoja sekä sisäisiä aineistoja vuosilta 2021-2025. Nykytilaa tarkastellaan viiden eri osa-alueen kautta: *lapset ja nuoret, työikäiset, ikäihmiset ja erityisryhmät, yhdistys ja yhteistoiminta sekä liikuntatoiminnan johtaminen.*

Taipalsaaren liikuntatoiminta on Etelä-Karjalan maaseutumaisista kunnista heikointa. TEAviisarin mukaan kaikki osa-alueet jäävät alle maan keskitason. Erityisesti kehitettävää on strategisen sitoutumisen osa-alueella, johon liikuntasuunnitelman avulla pyritään vaikuttamaan. Taipalsaarella liikkumisen edistämisen työssä on onnistuttu parhaiten koko maan tapaan osallisuuden osa-alueella. Avustuksilla käynnistetyt kehittämishankkeet osoittavat, että kiinnostus liikuntatoiminnan kehittämiseen on olemassa.



TAIPALSAARI

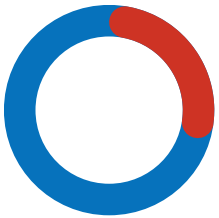
Lapset ja nuoret

Taipalsaaren lasten ja nuorten fyysinen toimintakyky on tällä hetkellä parempi niin Etelä-Karjalan kuin koko maan keskitasoon verrattuna. Liikunnan määrä laskee iän myötä. Yläkoululaisista vain 32% liikkuu vähintään tunnin päivässä. Omatoiminen liikkuminen on taipalsaarelaisten lasten ja nuorten yleisin liikkumismuoto.

Joka neljännellä taipalsaarelaisella lapsella tai nuorella toimintakyky on huolestuttavalla tasolla
MOVE!-tulokset 2024

Työikäiset

Jopa joka neljäs (26 %) taipalsaarelainen 30–49-vuotias viettää yli 8 tuntia aikaansa passiivisesti päivittäisestä valveillaolostaan. Suomessa aikuisväestöstä vain alle puolet liikkuu terveytensä kannalta riittävästi. Taipalsaarelaiset lisäisivät liikkumista, jos he saisivat siihen tukea tai sopivia liikuntaharrastuksia olisi paremmin tarjolla.



22-38% työikäisistä taipalsaarelaisista liikkuu terveytensä kannalta riittämättömästi
Liikuntakysely 2024

Ikäihmiset ja erityisryhmät

Taipalsaarella asuvista monipuolisimmin liikkuvat kuntalaiset ovat ikäihmiset. Tuen tai kavereiden tarve olisi suurin liikkumista lisäävä tekijä yli 65-vuotiailla. Elämänlaadun, omatoimisuuden ja itsenäisen selviytymisen kannalta liikkumiskyky on tärkeää ja sen huonontuminen on ensimmäinen merkki toimintakyvyn heikkenemisestä.
Taipalsaarella ei ole erikseen määritettyjä tavoitteita soveltavan liikunnan edistämiseksi.

Yhdistys ja yhteistoiminta

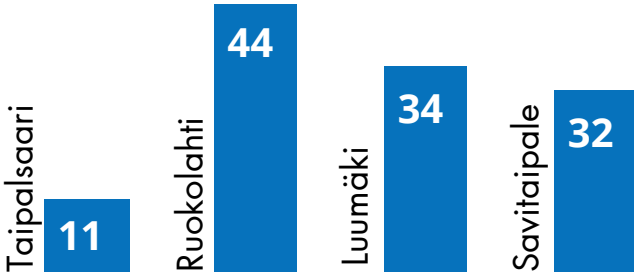
Taipalsaaren kunta tukee vuosittain järjestöjä järjestöavustuksilla, joista liikuntatoiminnan tukeminen on yksi avustusmuodoista. Yhdistykset kokevat kunnan kanssa tärkeiksi yhteistyömuodoiksi vuosittaiset avustukset, osallistumis-mahdollisuudet tapahtumien järjestämiseen sekä kunnan kautta tapahtuvan viestinnän. Kunta kutsuu säännöllisesti koolle järjestöt ja yhdistykset yhteiskokoukseen.

1,3 €/ asukas Taipalsaari	6 €/ asukas Koko maa

Kuntien liikunta-avustusten suuruus asukasta kohden Taipalsaarella ja koko maan maaseutumaisissa kunnissa keskimäärin

Liikuntatoiminnan johtaminen

Riittämättömään liikkumiseen puuttuminen edellyttää liikkumisen kysymysten huomioimista päätösten valmistelussa ja päätöksenteossa. Taipalsaarella liikkumisen edistämistyön johtamiseen liittyviä paikallisia kehityskohtia ovat vajavaiset resurssit liikuntatoiminnassa, liikuntaneuvontapalvelun vakiintumattomuus sekä puutteellinen liikkumisen edistämiseen liittyvä tiedon seuranta ja hyödyntäminen.



Kuntien panostus liikunnan henkilöstökuluissa asukasmäärää kohden (€/asukas)
TEAviisari 2024

TAIPALSAAREN LIIKUNTASUUNNITELMA

Liikkumisen edistämisen toimenpiteet 2026-2029

Lapset ja nuoret

Tavoite: Liikunnallinen elämäntapa alkaa pienestä pitäen

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Perheliikuntaneuvonnasta kehitetään kunnan peruspalvelu vähän liikkuvien perheiden tukemiseksi. Varhaiskasvatus ja neuvola keskustelee liikuntaneuvonnan tarpeesta ja ohjaa perheitä palveluun.	Vapaa-aikapalvelut: Liikuntaneuvoja Varhaiskasvatus: Kasvattajat Hyvinvointialue: Neuvola	Liikuntaneuvontaan ohjautuneiden lapsiperheiden määrä/vuosi
Lapsiperheille järjestetään vapaa-ajalla kohdennettuja matalan kynnyksen liikuntatapahtumia säännöllisesti yhteistyössä paikallisten toimijoiden kanssa, esimerkiksi Liikuntamaa-tapahtumat	Vapaa-aikapalvelut: Liikuntaneuvoja Varhaiskasvatus: Kasvattajat Hyvinvointialue: Neuvola	Järjestettyjen tapahtumien määrä Osallistujien keskiarvo/tapahtuma

TAIPALSAARI

Tavoite: Varhaiskasvatuksen toimintakulttuuria johdetaan niin, että kaikilla lapsilla on tasavertaiset mahdollisuudet saavuttaa fyysisen aktiivisuuden tavoite: vähintään 2 tuntia hoitopäivän aikana

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Varhaiskasvatusyksikössä on oma liikunnallisen elämäntavan edistämisen suunnitelma, joka ohjaa sekä johtamisen, että arjen toimintaa. Liikkuva vahaiskasvatuksen nykytilaa arvioidaan vuosittain ohjelman sähköiselle alustalle, josta se pääty Virveli-tietokantaan.	Varhaiskasvatus: Varhaiskasvatuksen johto ja liikuntavastaavat	Liikkuva varhaiskasvatus - Nykytilan arviointi • Liikkumisen edistämiseksi on valittu tavoitteet ja toimenpiteet • Päivittäinen liikkuminen on kirjattu osaksi toimintasuunnitelmaa (Vasua) • Liikkuva varhaiskasvatustoiminta on kirjattu kunnan hyvinvointisuunnitelmaan Virveli-tietokanta
Varhaiskasvatuksessa on nimetyt liikuntavastaavat, jotka vastaavat liikunnallisen toimintakulttuurin edistämistyön koordinoinnista yksikössä. Koko henkilöstön osaamista lasten liikunnallisen elämäntavan edistämiseksi kehitetään mahdollisuuksien ja tarpeen mukaan. Liikuntavastaaville järjestetään riittävä työaika Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnan koordinointiin ja alueellisiin verkostoihin osallistumiseksi.	Varhaiskasvatus: Varhaiskasvatuksen johto	Liikkuva varhaiskasvatus - Nykytilan arviointi: • Yhteyshenkilöille on järjestetty aikaa Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnan koordinointiin • Lasten liikuntaa edistäviin alueellisiin verkostoihin osallistutaan

TAIPALSAARI

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Talousarvioon määritetään jatkossakin tavoitteet lasten liikkumisen edistämiseksi varhaiskasvatuksessa.	Varhaiskasvatus: Varhaiskasvatuksen johto	TEAviisari: tavoitteet toiminta- ja taloussuunnitelmassa: lasten liikkuminen varhaiskasvatuksessa
Yhteistyötä lasten liikkumisen edistämiseksi eri toimijoiden kanssa lisätään: • osallistutaan perheliikuntaneuvonnan palvelupolun kehittämiseen kunnan vapaa-aikapalveluiden ja neuvolan kanssa. • järjestetään liikunnallisia tempauksia yhteistyössä koulun kanssa.	Varhaiskasvatus: liikuntavastaavat, henkilöstö	Liikkuva varhaiskasvatus- Nykytilan arviointi: • Koulun kanssa tehdään yhteistyötä lasten liikkumisen edistämiseksi • Kunnan eri hallintokuntien kanssa tehdään yhteistyötä liikunnallisen elämäntavan edistämiseksi
Jatketaan valtakunnallisten motoristen taitojen havainnoinnin toteuttamista (Inno Norsun seikkailu) jokaiselle lapselle (2krt/v). Kehitetään tulosten systemaattista hyödyntämistä arjen toiminnan suunnittelussa sekä lisätään yhteistyötä neuvolan kanssa.	Varhaiskasvatus: Varhaiskasvatuksen johto, liikuntavastaavat, henkilöstö	Liikkuva varhaiskasvatus- Nykytilan arviointi: • Lasten motoristen taitojen kehittymistä havainnoidaan ja havainnot kirjataan muistiin yhteisesti sovituilla tavoilla • Lapsille suunnitellaan ja toteutetaan omalle motoriselle taitotasolle soveltuvia tehtäviä • Neuvolan kanssa tehdään yhteistyötä lasten motorisen kehityksen ja liikkumisen edistämiseksi

Tavoite: Liikunnan merkitys koulukulttuurissa vahvistuu: kaikilla lapsilla ja nuorilla on tasa-arvoiset ja yhdenvertaiset liikkumisen mahdollisuudet

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Tavoitteellisen liikunnallisen elämäntavan edistämistyön koordinointiin on nimetty erikseen vastuuhenkilö (esim. koululiikunnanohjaaja) ja tiimi, joilla on tehtävään varattu riittävä työaikaresurssi.	Perusopetus: Sivistysjohtaja, rehtorit	Vastuuhenkilö nimetty: kyllä/ei Nykytilan arviointi: Koululla on tiimi, joka koordinoi Liikkuva koulu -toimintaa
Liikunnallisen elämäntavan edistämisen suunnitelma (Liikkuva koulu -toiminta) on kirjattu koulun lukuvuosi- ja yhteisöllisen opiskeluhuollon vuosisuunnitelmaan sekä kunnan hyvinvointisuunnitelmaan. (Liikkuva koulu -toiminnan vakiinnuttaminen)	Perusopetus: Sivistysjohtaja, rehtorit	Kirjausten toteutuminen kyllä/ei • koulun lukuvuosisuunnitelma • yhteisöllisen opiskeluhuollon vuosisuunnitelma • hyvinvointisuunnitelma TEAviisari: Onko koulussa yhteisesti sovittu käytäntö tai toimintaohje istumisen vähentämisestä ja fyysisen aktiivisuuden lisäämisestä?

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Oppilaat tietävät, että meidän koulumme on Liikkuva koulu (näkyväksi tekeminen). Oppilaiden osallisuutta liikunnallisen elämäntavan edistämistyön toteutuksessa huomioidaan ottamalla oppilaat mukaan koulun liikuntatoiminnan suunnitteluun ja toteutukseen.	Perusopetus: Rehtorit, koululiikunnanohjaaja	Oppilaskyselyn tulokset: onko koulumme Liikkuva koulu? % vastauksista/ koulu Nykytilan arviointi: • Oppilaat ovat mukana suunnittelemassa ja järjestämässä koko koulun yhteisiä liikunnallisia tapahtumia
Liikunnallista elämäntapaa toteutetaan ja kehitetään jokaisessa yksikössä yhdessä oppilaiden kanssa ja Liikkuva koulu -Nykytilan arviointia hyödyntäen. Nykytilan arviointi tehdään sähköiselle alustalle, josta se pääty Virveli-tietokantaan.	Perusopetus: Rehtorit, koululiikunnanohjaaja	Liikkuva koulu -oppilaskyselyn toteutuminen: kyllä/ei Nykytilan arviointi: Oppilaat osallistuvat koulupäivän aikaisen liikkumisen suunnitteluun ja arviointiin

Tavoite: Oppilaiden paikallaan olo vähentyy ja fyysinen aktiivisuus lisääntyy

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Opetuksessa hyödynnetään aktiivisia taukoja sovitulla tavalla. Toiminnallisia opetusmenetelmiä hyödynnetään oppitunneilla ja henkilöstöä tuetaan tavoitteen saavuttamiseksi mm. osaamista jaetaan tiimeissä ja aiheeseen liittyvää koulutusta tarjotaan säännöllisesti.	Perusopetus: Rehtorit, opetushenkilöstö	Nykytilan arviointi: • Oppitunneilla on sovittu käytännöstä, joilla istumisjaksot katkaistaan • Toiminnallisia menetelmiä hyödynnetään eri aineiden oppitunneilla • Opettajia osallistuu liikunnallisiin tai toiminnallisiin oppimista tukeviin täydennyskoulutuksiin
Lasten ja nuorten liikuntaneuvonnasta kehitetään kunnan peruspalvelu. Kouluissa kehitetään moniammatillisesti Move!-prosessia osaksi perusopetusikäisten lasten ja nuorten liikuntaneuvonnan palvelupolkua (vähän liikkuvien oppilaiden tunnistaminen ja tukeminen).	Perusopetus: Rehtorit, opetushenkilöstö, koululiikunnanohjaaja Hyvinvointialue: Kouluterveydenhuolto, koulukuraattori Vapaa-aikapalvelut: nuoristyöntekijät, liikuntaneuvoja Muut: Huoltajat	Liikuntaneuvontaan ohjautuneiden lasten ja nuorten määrä/lukuvuosi Move!-prosessissa toteutuu moniammatillisesti toimiva toimintamalli: kyllä/ei Move!-mittaustulokset/vuosi Nykytilan arviointi: • Koululla on kohdennettuja toimenpiteitä vähän liikkuvien oppilaiden liikkumisen edistämiseen

TAIPALSAARI

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Oppilaita aktivoidaan koulumatkaliikuntaan säännöllisesti mm. koulumatkakampanjoilla ja yhteistyöllä huoltajien kanssa. Koulupäivän aikana liittyviin siirtymisiin hyödynnetään liikunnallisuutta edistäviä toimintatapoja.	Perusopetus: Sivistysjohtaja, rehtorit, koululiikunnanohjaaja	TEAviisari, Koulupäivän liikuntaa lisäävät toimenpiteet: Oppilaiden aktivointi koulumatkaliikuntaa, % kouluista Liikkuva koulu -oppilaskyselyn tulos: kävellen/pyörällä kulkevien osuus (%) oppilaista kouluittain
Koulumatka pyöräilyä ja kävelyä edistetään toteuttamalla Taipalsaaren koulujen saattoliikenne/ koulukuljetus palvelun arviointi liikkumisvaikutusten näkökulmasta (esim. LIVA).	Perusopetus: Sivistysjohtaja	Arvioinnin tulokset/koulu
Jokaisen oppilaan koulupäivään sisältyy yksi yhtenäinen liikkumisvälitunti (min. 30 min.) ja oppilaat toimivat välituntitoiminnan aktivoivina vertaisohjaajina (aktiivisuus ja osallisuus).	Perusopetus: Sivistysjohtaja, rehtorit	TEAviisari, Koulupäivän liikuntaa lisäävät toimenpiteet: Pitkät liikuntavälitunnit, % kouluista (HYTE-kerroin) TEAviisari, Koulupäivän liikuntaa lisäävät toimenpiteet: Oppilaiden koulutus liikunnan vertaisohjaajiksi (välituntiliikuttajat), % kouluista / maakunnan keskiarvo / valtakunnallinen keskiarvo

TAIPALSAARI

Tavoite: Lasten ja nuorten liikunnallisia harrastusmahdollisuuksia lisätään

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Taipalsaaren peruskouluikäisten harrastustoimintaa suunnitellaan kokonaisuutena, missä koordinoitu Harrastamisen Suomen malli on osa kokonaisuutta. HSM nykytilan arviointi toteutetaan vuosittain.	Vapaa-aikapalvelut: HSM-koordinaattori	HSM nykytilan arviointi: • koko kunnan peruskouluikäisten harrastustoimintaa suunnitellaan kokonaisuutena, missä HSM on osa kokonaisuutta • kunnan saama HSM-avustus on tarpeeksi suuri kattamaan HSM-toiminnan järjestämisen
Urheiluseuratoiminnan ulkopuolella oleville alakoululaisille kohdennetaan vähintään yksi liikunnallinen harrastus koulupäivän yhteyteen mm. sporttoiminnan järjestämisellä, huomioimalla toiminnan suunnittelu lukujärjestyksissä ja koulukuljetuksissa.	Vapaa-aikapalvelut: HSM-koordinaattori Perusopetus: Rehtorit, hallintosihteeri Muut: yhdistykset	TEAviisari: Järjestikö kunta liikkumisryhmiä liikunta- ja urheiluseuratoiminnan ulkopuolella oleville lapsille ja nuorille? (HYTE-kerroin)

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Etsivä harrastustoimintaa kehitetään ja vakiinnutetaan osaksi MOVE! -polkua (yhteistyö Liikkuva koulu -toiminnan kanssa). Henkilökohtaisella ohjauksella pyritään edistämään erityisesti yläkouluikäisten nuorten mielekkään liikunnallisen harrastuksen löytymistä.	Vapaa-aikapalvelut: HSM-koordinaattori, Sivistysjohtaja Perusopetus: koululiikunnanohjaaja	Etsivä harrastustoiminnan yhteydenottojen määrä / prosessien määrä
Kunta tukee järjestöavustuksilla seurojen järjestämää lasten ja nuorten harrastustoimintaa vuosittain. Tavoitteena on, että lasten ja nuorten avustusten osuus olisi vähintään 25 % kokonaismäärästä.	Sivistyspalvelut: Sivistysjohtaja, Hyvinvointiluotsi	Lasten ja nuorten avustukset €/Jaettu kokonais € = % (esim. 3500€/25000€=15%)
Yhdistyksiä kehotetaan Etelä-Karjalan harrastuskalenterin käyttöön erityisesti kunnan järjestöavustuksella toteutettavassa harrastustoiminnassa. Myös kunnan järjestämä harrastustoiminta viedään harrastuskalenteri sivustolle.	Vapaa-aikapalvelut: Hyvinvointiluotsi, HSM-koordinaattori	Etelä-Karjalan harrastuskalenterissa on kattavasti esillä eri toimijoiden tarjoamat harrastusmahdollisuudet Taipalsaarella kyllä / ei

TAIPALSAARI

Tavoite: Liikunta ja toimintakykyä edistetään kutsunnoissa

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Kunnan liikuntapalvelut edistävät jatkossakin kutsunnanalaisten henkilöiden liikunta ja toimintakykyä osana kutsuntojen sisältöä. Jatkotoimenpiteitä kutsunnanalaisten toimintakyvyn edistämiseksi kehitetään.	Vapaa-aikapalvelut: Hyvinvointiluotsi Muut: Etelä-Karjalan liikunta ja urheilu, Puolustusvoimat	Toiminnalla tavoitettujen kutsunnanalaisten määrä/ kokonaismäärä

TAIPALSAARI

TAIPALSAAREN LIIKUNTASUUNNITELMA

Liikkumisen edistämisen toimenpiteet 2026-2029

Työikäiset

Tavoite: Taipalsaaren terveysliikuntakalenteri palvelee eri elämänvaiheissa ja -tilanteissa olevia aikuisia

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Taipalsaaren kunta järjestää kohdennettuja liikkumisryhmiä työttömille ja opiskelun ulkopuolella oleville nuorille omana toimintana tai integroidusti.	Vapaa-aikapalvelut: Hyvinvointiluotsi, Liikuntaneuvoja Nuorisopalvelut Työllistämispalvelut: Työllisyyskoordinaattori Muut: Hyvinvointialue	TEAviisari, Kunta järjestää liikkumisryhmiä • työttömille • opiskelun ulkopuolella oleville nuorille

TAIPALSAARI

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Matalan kynnyksen liikuntatapahtumat ja -tempaukset liikuttavat aikuisia vuosittain ohjatusti ja omatoimisesti: esim. Eräviikko, Pyöräilyviikko, Unelmien liikuntapäivä, Taipalsaari-päivät.	Vapaa-aikapalvelut: Hyvinvointiluotsi	Järjestettyjen tapahtumien määrä Osallistujien keskiarvo/tapahtuma
Ostopalveluilla järjestettävää liikuntatoimintaa kehitetään liikuntaneuvonnan palveluketjua sekä kuntalaisten tarpeita ja toiveita vastaavaksi: monipuolisemmiksi ja saavutettavammiksi (esim. ajallinen, tiedollinen, taloudellinen ja taidollinen saavutettavuus)	Vapaa-aikapalvelut: Sivistysjohtaja, Hyvinvointiluotsi	Kyselyn tulokset

Tavoite: Aktiivinen arki on valittavissa – liikuntaneuvonta on kunnan peruspalvelu terveytensä kannalta riittämättömästi liikkuville aikuisille

TOIMENPITEET

Taipalsaaren kunta järjestää kohdennettuja liikkumisryhmiä painonhallintaa tarvitseville

Työikäisten liikuntaneuvonta on kunnan peruspalvelu, jolla tuetaan liikunnallisen elämäntavan saavuttamisessa ja työkyvyn edistämisessä.

VASTUU, YHTEISTYÖ

Vapaa-aikapalvelut:
Hyvinvointiluotsi,
Liikuntaneuvoja

Vapaa-aikapalvelut:
Hyvinvointiluotsi,
Liikuntaneuvoja
Muut: hyvinvointialue

MITTARI

TEAviisari, Muut ydintoiminnat:
Kunta järjestää liikkumisryhmiä painonhallintaa tarvitseville

Prosessin arviointi:
- kuinka monta kohderyhmän asiakasta on tavoitettu
- asiakkaiden kokemus palvelun hyödyllisyydestä

Vaikutusten arviointi:
- missä määrin liikuntaneuvonta on tukenut asiakasta liikunnallisen elämäntavan omaksumisessa

TAIPALSAAREN LIIKUNTASUUNNITELMA

Liikkumisen edistämisen toimenpiteet 2026-2029

Ikäihmiset ja erityisryhmät

Tavoite: Liikunnan avulla ehkäisemme kaatumisia ja lisäämme toimintakykyä

TOIMENPITEET

Ikäihmisten liikuntaneuvonta on kunnan peruspalvelu, joka edistää ja tukee fyysistä toiminta- ja liikkumiskykyä sekä ennaltaehkäisee kaatumisia.
läkäs oivaltaa liikunnan tarpeen ja hyödyn, saaden kannustusta ja tukea arkiliikunnan sekä liikuntaharrastuksen aloittamiseksi tai lisäämiseksi.

VASTUU, YHTEISTYÖ

Vapaa-aikapalvelut:
Hyvinvointiluotsi,
Liikuntaneuvoja

MITTARI

Prosessin arviointi:

- kuinka monta kohderyhmän asiakasta on tavoitettu?
- asiakkaiden kokemus palvelun hyödyllisyydestä

Vaikutusten arviointi:

- missä määrin liikuntaneuvonta on tukenut asiakasta liikunnallisen elämäntavan omaksumisessa

TAIPALSAARI

TOIMENPITEET

Taipalsaarella jatketaan kohdennettujen liikkumisryhmien järjestämistä ikääntyneille, joilla on toimintakyvyn rajoitteita - kuten Pysytään pystyssä-ryhmätoiminta.

Sivistyspalvelut tekevät kaatumisten ehkäisemiseksi poikkihallinnollista ja moniammatillista yhteistyötä. Toimenpiteitä jatketaan ja kehitetään edelleen. Esim. maksuton kuntosalien käyttöoikeus taipalsaarelaisille eläkeläisille, liikenneturvallisuustyö, hyvinvointialue yhteistyö.

VASTUU, YHTEISTYÖ

Vapaa-aikapalvelut:
Hyvinvointiluotsi,
Liikuntaneuvoja

Sivistyspalvelut:
Sivistysjohtaja,
Hyvinvointiluotsi
Tekniset palvelut
Muut:
Hyvinvointialue

MITTARI

TEAviisari: Kunta järjestää liikkumisryhmiä ikääntyneille, joilla on toimintakyvyn rajoitteita

- Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitojaksot 65 vuotta täyttäneillä / 10 000 vastaavan ikäistä
- Reisiluun yläosan murtumat
- Eläkeläisten kuntasalikorttien määrä/vuosi

Tavoite: Liikkumisesta lisää voimaa hyvään vanhenemiseen

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Taipalsaaren terveysliikuntakalenteri palvelee ikäihmisiä. Terveysliikuntatarjontaa kehitetään erityisesti niiden toiveita sekä tarpeita kuunnellen, jotka eivät käytä säännöllisesti ohjattuja liikuntapalveluita tai liikkuu terveytensä kannalta riittämättömästi.	Vapaa-aikapalvelut: Sivistysjohtaja, Hyvinvointiluotsi	Kyselyn tulokset
Matalan kynnyksen liikuntatapahtumat ja -tempaukset liikuttavat ikäihmisiä vuosittain ohjatusti ja omatoimisesti. Yhdistetään kulttuuri- ja liikuntatoimintaa. Esim. kuntotestaus päivät vanhustenviikolla, Ikiliikkujaviikko, Vie vanhus ulos- kampanja, luontoliikuntaa eräviikolla.	Vapaa-aikapalvelut: Hyvinvointiluotsi, Liikuntaneuvoja	Järjestettyjen tapahtumien määrä Osallistujien keskiarvo/tapahtuma
Ylläpidetään ja päivitetään kunnan kirjastolla olevia lainattavia liikuntavälineitä.	Vapaa-aikapalvelut: Kirjaston henkilöstö, Hyvinvointiluotsi	Liikuntavälineiden lainamäärät/vuosi

TAIPALSAARI

Tavoite: Taipalsaaren liikuntatoiminta tukee toimintarajoitteisten liikkumisen mahdollisuuksia

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Sivistyspalvelut selvittävät soveltavan liikunnan potentiaalisen kysynnän/tarpeen. Soveltavan liikunnan palveluita kehitetään nykytilan kartoituksen pohjalta. Kuntalaisia sekä vanhus- ja vammaisneuvostoa kuullaan soveltavan liikunnan kehittämiseen liittyen.	Vapaa-aikapalvelut: Hyvinvointiluotsi, Liikuntaneuvoja	• Soveltavan liikunnan nykytilan kartoitus toteutunut kyllä/ei • Vavanen pöytäkirja, käsittely toteutunut kyllä/ei • Soveltavan liikunnan palvelu/ käyttäjämäärä
Sivistyspalveluiden talousarvioon määritetään soveltavan liikunnan tavoitteet. Soveltavien liikuntapalveluiden käytöstä raportoidaan liikuntasuunnitelman raportoinnin yhteydessä.	Hallinto: Sivistysjohtaja, Hyvinvointiluotsi	TEAviisari: • Talousarviossa on määritetty soveltavan liikunnan tavoitteet sen edistämiseksi • Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen vuosiraportissa (tai liikuntasuunnitelmassa) kuvataan soveltavien liikuntapalveluiden käyttöä

TAIPALSAARI

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Soveltavan liikunnan suunnitelmaa kehitetään poikkihallinnollisesti osana liikuntasuunnitelman päivitystä	Hallinto: Sivistysjohtaja, Hyvinvointiluotsi	TEAviisari: liikunnan edistäminen strategioissa: soveltavan liikunnan suunnitelma
Liikuntaneuvonnan tukena hyödynnetään kriteeriperusteisia erityisryhmien liikuntakortteja vähän liikkuvien fyysisen aktiivisuuden tukemiseksi.	Vapaa-aikapalvelut: Liikuntaneuvoja	Erityisryhmien liikuntakorttien (uinti- ja kuntosali) määrä/vuosi

TAIPALSAAREN LIIKUNTASUUNNITELMA

Liikkumisen edistämisen toimenpiteet 2026-2029

Yhdistys ja yhteistoiminta

Tavoite: Taipalsaarella on elinvoimaiset järjestöt, jotka täydentävät kuntalaisten liikkumisen edistämisen tavoitteita kaikissa ikäryhmissä

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Kunta kutsuu säännöllisesti koolle paikalliset liikuntaseurat esimerkiksi Yhteisöfoorumiin 1–2 krt/v	Vapaa-aika: Hyvinvointiluotsi	TEAviisari, osallisuus: Yhdistysten ja liikuntatoimen yhteiskokous (HYTE-kerroin)
Kunta tukee järjestöavustuksilla kaiken ikäisten liikunnallista harrastustoimintaa vuosittain. Tavoite: liikunta-avustusten osuus on vähintään 25 % kokonaismäärärahasta. Sivistyslautakunta arvioi uudelleen vuosittaisen järjestöavustuksen kokonaismäärärahan (25 000 € v.2025) suuruuden sivistyspalveluiden tavoitteita tukevien järjestötoimintojen tukemiseksi.	Hallinto: Sivistysjohtaja, Hyvinvointiluotsi	Liikuntatoiminnan avustukset €/Jaettu kokonais€ = % (esim. 3500€/25000€=15%)

TAIPALSAARI

Tavoite: Liikuntatoiminnassa huolehditaan taipalsaarelaisten osallisuudesta ja vaikutusmahdollisuuksista.

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Kuntalaiskyselyllä selvitetään asukkaiden paikallisia tarpeita ja toiveita, joita hyödynnetään liikuntatoiminnan edistämisessä.	Vapaa-aikapalvelut: Hyvinvointiluotsi	Kuntalaiskyselyn tulokset
Kunta toteuttaa vuosittain liikunnallisia tapahtumia yhteistyössä paikallisten yhdistysten ja yrittäjien kanssa: esim. Harrastemessut, Taipalsaari-päivät.	Vapaa-aikapalvelut: Hyvinvointiluotsi	Järjestettyjen osallistavien tapahtumien määrä/vuosi
Taipalsaaren osallistavalla budjetoinnilla kannustetaan liikkumista edistäviin pienvälinehankintoihin sekä paikallisen liikuntatoiminnan ja -tapahtumien järjestämiseen (ohjaus ja palvelut).	Hallinto: Sivistysjohtaja, Hyvinvointiluotsi	TEAviisari: Toteutettiinko kunnassanne osallistuvan budjetoinnin kautta liikuntaa ja liikkumista edistävää • toimintaa ja tapahtumia (ohjaus ja palvelut) • pienvälinehankintoja

TAIPALSAARI

TAIPALSAAREN LIIKUNTASUUNNITELMA

Liikkumisen edistämisen toimenpiteet 2026-2029

Liikuntatoiminnan johtaminen

Tavoite: Liikuntatoiminnan voimavaroja lisätään sivistyspalveluissa

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Liikunnan hallinnon ja suunnittelun henkilöstön työpanosta liikunnan edistämistyöhön lisätään.	Hallinto: Sivistysjohtaja	TEAviisari; Liikunnan hallinnon ja suunnittelun henkilöstö (htv/10 000)
Kunnan liikunnanohjaushenkilöstön määrää lisätään liikuntasuunnitelman mukaisen edistämistyön tavoitteiden toteutumiseksi: - Liikuntaneuvojan tehtävä vakinaistetaan hankerahoituksen päätyttyä -Koululiikunnanohjaajan tehtävä vakinaistetaan hankerahoituksen päätyttyä	Hallinto: Sivistysjohtaja	TEAviisari; • Liikunnanohjaushenkilöstö (htv/10 000) • Henkilöstökulut €/asukas

TAIPALSAARI

Tavoite: Liikuntaneuvonta vakiintuu osaksi kunnan peruspalveluita

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Kuntalaiskyselyllä selvitetään asukkaiden paikallisia tarpeita ja toiveita, joita hyödynnetään liikuntatoiminnan edistämisessä.	Vapaa-aikapalvelut: Hyvinvointiluotsi	Kuntalaiskyselyn tulokset
Liikuntaneuvonta on laadukas, tavoitteellinen ja yksilöllinen prosessi, jonka avulla ihminen motivoituu liikkumaan säännöllisesti itselleen mieluisalla tavalla. Vähän liikkuville kohdennettua palvelua kehitetään ja vaikutuksia arvioidaan liikuntaneuvonnan valtakunnallisten suositusten mukaisesti. Maksutonta liikuntaneuvontaa on tarjolla kaiken ikäisille (perheet, lapset, nuoret, aikuiset ja ikääntyneet).	Vapaa-aikapalvelut: Hyvinvointiluotsi, Liikuntaneuvoja	Kaikki ikäryhmät/yhteenveto: Prosessin arviointi: • kuinka monta kohderyhmän asiakasta on tavoitettu • asiakkaiden kokemus palvelun hyödyllisyydestä (vastausten ka) Vaikutusten arviointi: • missä määrin liikuntaneuvonta on tukenut asiakasta liikunnallisen elämäntavan omaksumisessa (vastausten ka)

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Liikuntaneuvonnan toteutumisesta ja kävijämääristä kootaan jatkossakin vuosittainen yhteenveto hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen vuosiraporttiin.	Hallinto: Sivistysjohtaja, Hyvinvointiluotsi	TEAviisari, seuranta ja tarveanalyysi: Vuosittainen yhteenveto hyvinvointisuunnitelmassa liikuntaneuvonnan toteutumisesta ja kävijämääristä
Liikuntaneuvonnan toteutumisesta ja kävijämääristä kootaan jatkossakin vuosittainen yhteenveto hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen vuosiraporttiin.	Hallinto: Sivistysjohtaja, Hyvinvointiluotsi	TEAviisari: Vuosittainen yhteenveto hyvinvointisuunnitelmassa liikuntaneuvonnan toteutumisesta ja kävijämääristä
Liikuntaneuvonnan palveluketjua kehitetään edelleen moniammatillisesti yhteistyönä. Kunnassa toimii säännöllisesti kokoontuva moniammatillinen liikuntaneuvonnan kuntakoordinaatioryhmä. Kuntakoordinaatioryhmä varmistaa toiminnallaan, että: • liikuntaneuvonta on osa laajempaa palveluketjua • terveytensä kannalta liian vähän liikkuvat taipalsaarelaiset tavoitetaan ja tunnistetaan • liikkuminen otetaan puheeksi asiakas ohjataan liikuntaneuvonnan pariin.	Vapaa-aikapalvelut Varhaiskasvatus Perusopetus Työllisyyspalvelut Hyvinvointialue: kouluterveydenhuolto, neuvola, terveysasema Etelä-Karjalan liikunta ja urheilu Muut: paikalliset yhdistykset, kansalaisopisto, apteekki, seurakunta	Liikuntaneuvonnan nykytilan arviointi • liikuntaneuvontaan ohjautumiseen on rakennettu selkeä käytäntö palveluketjun toimijoiden välillä (esim. ekhva-kunta-yhdistykset) • kuntakoordinaatioryhmän tapaamiset/vuosi

Tavoite: Ajantasaisesti saatavilla oleva tieto mahdollistaa strategian mukaisen liikuntatoiminnan johtamisen ja päätöksenteon.

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Taipalsaarelaisten lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuudesta tehdään jatkossakin vuosittainen yhteenveto hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen vuosiraporttiin.	Hallinto: Sivistysjohtaja, Hyvinvointiluotsi	TEAviisari: Vuosittainen yhteenveto hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen vuosiraportissa lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuudesta.
Vapaa-aikapalvelut toteuttaa vuosittain paikallisille liikunta- ja urheiluseuroille kyselyn, josta selviää lasten ja nuorten urheiluseuratoimintaan osallistuvien suhteellinen osuus ja sukupuoli. Lasten ja nuorten urheiluseuratoimintaan osallistuvasta määrästä sukupuolittain raportoidaan vuosittain hyvinvointikertomuksessa.	Hallinto: Sivistysjohtaja, Hyvinvointiluotsi	Taipalsaaren hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen vuosiraportit: tietosisältö toteutuu kyllä/ei TEAviisari, seuranta ja tarveanalyysi: • seuratoimintaan osallistuvien lasten osuus • sukupuolittainen seuranta liikuntaseuratoimintaan osallistuvien lasten ja nuorten suhteellisessa osuudessa

TAIPALSAARI

TOIMENPITEET

Vapaa-aikapalvelut toteuttaa vuosittain liikkumiskyselyn, josta selviää terveysliikuntasuosituksiin verrattavaa tietoa taipalsaarelaisten työikäisten ja ikääntyneiden liikunta-aktiivisuudesta.

Kuntalaisten liikunta-aktiivisuudesta raportoidaan vuosittain hyvinvointikertomuksessa ikäryhmittäin ja sukupuolittain.

VASTUU, YHTEISTYÖ

Hallinto:
Sivistysjohtaja,
Hyvinvointiluotsi

MITTARI

Kysely toteutunut: kyllä/ei

TEAviisari, seuranta ja tarveanalyysi:

- työikäisten liikunta-aktiivisuus
- ikääntyneiden liikunta-aktiivisuus
- sukupuolittainen seuranta työikäisten liikunta-aktivisuudesta

Tavoite: Liikunnan edistämistyötä tehdään poikkihallinnollisessa yhteistyössä.

TOIMENPITEET	VASTUU, YHTEISTYÖ	MITTARI
Poikkihallinnollinen hyvinvointityöryhmä edistää yhteistyöllään ja toiminnallaan taipalsaarelaisten liikkumisen mahdollisuuksia.	Hallinto: Sivistysjohtaja, Hyvinvointiluotsi	TEAviisari, sitoutuminen: Kunnassa toimii liikunnan edistämistä käsittelevä poikkihallinnollinen työryhmä. (HYTE-kerroin)
Sivistysjohtaja (liikunnan viranhaltija) osallistuu toimielinten vaikutusten ennakkoarviointiin (esim. LIVA) kuntalaisten liikkumiseen vaikuttavien päätösten valmistelussa (esim. lautakuntapäätöksissä, palveluverkoston suunnittelussa, liikuntaolosuhteiden kehittämisessä). Ennakkoarvioinnilla varmistetaan, että päätökset tukevat liikunnan lisäämistä ja kaikkien kuntalaisten tasa-arvoista mahdollisuutta harrastaa liikuntaa.	Hallinto: Sivistysjohtaja	TEAviisari, Muut ydintoiminnat: Liikunnan viranhaltija osallistuu vaikutusten ennakkoarvion toteuttamiseen. (HYTE-kerroin)

TAIPALSAARI

TOIMENPITEET

Liikuntasuunnitelmaa kehitetään poikkihallinnollisesti yhdessä liikuntaolosuhteista vastaavan toimialan (tekninen toimi) kanssa.
Poikkihallinnollisen päivittämistyön tuloksena liikuntasuunnitelman osaksi syntyy/päivittyy:

- Toimenpiteet luontoliikunnan edistämiseksi
- Toimenpiteet kävelyn edistämiseksi
- Toimenpiteet pyöräilyn edistämiseksi ympärivuotisesti
- Toimenpiteet ylikunnallisen yhteistyön kehittämiseksi
- Liikunnan palveluverkkoselvitys ja -suunnitelma
- Liikunnan olosuhteiden kehittämissuunnitelma/-ohjelma

VASTUU, YHTEISTYÖ

Hallinto:
Sivistysjohtaja,
Hyvinvointiluotsi

Muut:
Tekninen toimi

MITTARI

TEAviisari, sitoutuminen:
poikkihallinnollisessa liikkumisohjelmassa on esitetty toimenpiteet ja vastuutahot

- luontoliikunnan edistämiseksi
- kävelyn edistämiseksi
- pyöräilyn ympärivuotiseksi edistämiseksi
- ylikunnallisen yhteistyön kehittämiseksi
- liikunnan palveluverkkoselvitys ja -suunnitelma
- liikunnan olosuhteiden kehittämissuunnitelma/-ohjelma

TAIPALSAARI

Liikuntasuunnitelman laatimiseen osallistuneet

- Sivistysjohtaja, Leinonen Kirsi
- Hyvinvointiluotsi, Bohm Hanna
- Rehtori, Pakarinen Nina
- Rehtori, Rousku Anne
- Varhaiskasvatuksen johtaja, Haapiainen Maria
- Liikuntaneuvoja, Pakarinen Kaisa
- Koululiikunnanohjaaja, Lohtander Teemu
- Nuorisotyöntekijä, Mikkola Miia
- Nuorisotyöntekijä, Juvonen Sari
- Varhaiskasvattaja, Westerholm Jasmin
- Sivistyslautakunnan ja Vanhus- ja vammaisneuvoston puheenjohtaja, Tiitto Marja
- Hyvinvointityöryhmän puheenjohtaja, Hänninen Kiia
- Lasten ja nuorten liikunnan kehittäjä (EKLU), Heiskanen Lasse
- Terveysliikunnan kehittäjä (EKLU), Backman Karoliina
- Kehittämistyöntekijä LIYAMK, Backman Jenna

Kuvat

Mikko Nikkinen s.1 - 4, 6, 16, 22, 33, 35
Julius Taskinen s.20
GoSaimaa s.5, 30

Lisätietoja

Liikuntasuunnitelman raportti on saatavilla kokonaisuudessaan osoitteessa www.theseus.fi