



Työttömien
Keskusjärjestö

Rahakamarinportti 3 A, 3. krs

00240 Helsinki

Puh. 040 547 7090

Kuntien liikuntapalvelut

Työttömien kuntalaisten terveys- ja hyvinvointipalvelut 4.6.2021

hankekoordinaattori Heli Niromaa, heli.niromaa@tyottomat.fi

Kaikki Kunnossa –hanke, Työttömien Keskusjärjestö

Liikunta lisää terveyttä



- Liikunnalla monia terveysvaikutuksia: sairauksien ennaltaehkäisy ja hoito, vaikutukset mielialaan, stressiin,...
- Liikkumattomuuden kustannukset yhteiskunnalle vuosittain 3 - 7 miljardia (550 -1300 € / asukas)
 - Huomioitu: terveyden- ja sosiaalihuollon kustannukset, tuottavuuskustannukset, tuloverojen menetys, maksetut työttömyysturvaetuuudet ja syrjäytymisen kustannukset
- Kunnat käyttävät liikuntatoimintaan keskimäärin 100 € / asukas
- Katso oman kunnan kustannukset:
<https://www.olympiakomitea.fi/olympiakomitea/liikunta/politiikka/liikkumattomuuden-kustannukset/>

Liikunnan edistäminen kunnan tehtävänä

- Liikuntalaki (390/2015)
 - Liikuntapolitiikan yksi keskeinen tavoite on toimintakyvyn, terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen
 - Kunnan tulee luoda edellytyksiä asukkaiden liikunnalle:
 - Järjestämällä liikuntapalveluja sekä terveyttä ja hyvinvointia edistävää liikuntaa eri kohderyhmät huomioiden
 - Tukemalla kansalaistoimintaa
 - Rakentamalla ja ylläpitämällä liikuntapaikkoja
- Liikkumissuunnitelma tai liikkumisohjelma olemassa 92 % kunnista (*TEA-viisari 2020*)
- Poikkihallinnollisuus ja yhteistyö olennaista

Kuntien liikuntapalveluja

Ulkoliikunta

Kevyen liikenteen väylät

Ulkoilureitit, hiihtoladut

Uimarannat

Urheilukentät

Lähiliikuntapaikat, kuntoportaat

Sisäliikunta

Uimahallit

Jäähallit, liikuntahallit

Kuntosalit

Liikuntaryhmät

Liikuntavuorot



Olennaista liikuntapalveluissa työttömien kannalta

- Maksuttomuus tai edullisuus
 - 36 % kunnista tarjoaa maksutonta liikuntaa työttömille, 77 % alennuksella
(*Työttömien Keskusjärjestön kuntakysely*)
- Välinelainaus
- Tieto / tavoittaminen
- Matala kynnys ilman leimaantumista
- Toimintakyvyn huomioiminen



Liikuntaneuvonta avuksi?

- Maksutonta liikuntaneuvontaa tarjoaa puolet Suomen kunnista (tavoitteena että 2025 kaikki)
- Yksilöllistä neuvontaa, auttaa saamaan liikunnan osaksi omaa arkea
- Toimijoiden välinen yhteistyö, palvelupolut tärkeitä
- Valtakunnalliset suositukset juuri julkaistu

Tarkista tarjoaako sinun kuntasi liikuntaneuvontaa:

<https://liikuntaneuvonta.fi/>

Lisää tietoa

Huhta, Helena: ”Pitää pään kasassa työttömyysaikana”. Liikunta työttömien nuorten arjessa. 2015. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, verkkojulkaisuja 87, Kenttä.

Liikkuva aikuinen –ohjelma: Työikäisten liikuntaneuvonnan tila 2020.

Työttömien Keskusjärjestö: Työttömien liikuntapalvelut kunnissa. Kaikki kunnossa -hankkeen kuntakyselyn tulokset. (julkaistaan kesäkuussa)

Vasankari T, Kolu P, toim. Liikkumattomuuden lasku kasvaa – vähäisen fyysisen aktiivisuuden ja heikon fyysisen kunnon yhteiskunnalliset kustannukset. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 31, 2018.

Työttömien Keskusjärjestön Kaikki Kunnossa –hanke

Hanke kampanjoi työttömien liikuntamahdollisuuksien lisäämiseksi ja kannustaa työttömiä hyödyntämään olemassa olevia liikuntamahdollisuuksia.