

# Liikkuva ihminen – Terve 2030

Mänttä-Vilppulan kaupungin liikuntaohjelma 2025-2030



MÄNTTÄ-VILPPULA | **TAIDEKAUPUNKI**

# Liikkuva ihminen – Terve 2030

## 1. Liikuntaohjelman lähtökohdat

Mänttä-Vilppulan kaupungin uuden liikuntaohjelman toteuttamisen pohjana on kaupunkistrategian uudistus, hyvinvointikoordinaation yhteistyön ja osallisuuden lisääminen sekä nykyinen toiminta osana sivistys- ja kulttuuripalveluita kulttuuri- ja vapaa-ajan vastualueella. Edellinen liikuntaohjelma on vuodelta 2017.

Liikuntapalveluissa on viimeisen kahden vuoden aikana lisätty merkittävästi osallisuutta ja kerätty tietoa kuntalaisten liikuntatottumuksista. Vuonna 2023 toteutettiin Sport Venuen kokoama uimahalliselvitys, jolla koottiin tietoa liikkumisen perusteista ja merkityksestä. Maalis-huhtikuussa 2024 kohdennettiin kuntalaisille North Sport Consulting toteuttama avoin liikuntakysely (asukaskysely). Kevään 2024 kysely kohdennettiin myös erikseen liikuntaseuroille (seurakysely). Lisäksi seurojen vuosittaista osallistavaa liikuntafoorumitoimintaa on toteutettu vuodesta 2022 alkaen.

Liikuntaohjelma uudeksi strategiakaudeksi on suunniteltu vuodet 2025-2030. Liikkuva ihminen – Terve 2030 -ohjelman keskeisenä tavoitteena on edistää kaupunkilaisten sekä omaehtoista että ohjattua liikkumista terveyttä ja hyvää elämää edistäen. Ohjelma on tiivis strateginen kokonaisuus, johon kuntalaisen ja palveluja toteuttavien seuratoimijoiden odotetaan helposti samaistuvan.

Liikuntaohjelman valmistelusta on vastannut liikuntapalvelut -yksikkö osallistavan asukas- ja seuratyön sekä foorumitoiminnan pohjalta.

Ohjelmatyön toteuttamisen seurannasta vastaa sivistys- ja kulttuurilautakunta. Ohjelman edistymistä ja toimenpiteiden toteutumista esitellään vuosittaisessa seurafoorumissa.

Strategista ohjelmaa tulee täydentämään liikuntapalveluiden vuosittainen talousarvioon sidottu toimintasuunnitelma.

## 2. Ohjelmalliset painopisteet

Liikuntaohjelmaan on valittu neljä keskeistä painopistettä, jotka ovat nousseet merkittävimmin esille osallistavissa asukas- ja seurakyselyissä.

### Liikunnan iloa lapsille ja nuorille

Lapset liikkuvat luonnostaan ja aikuisten tehtävä on tarjota tähän innostavia ja monipuolisia mahdollisuuksia kouluissa, urheiluseuroissa ja kaveripiireissä. Positiivisten liikkumistottumusten tulee kantaa aikuisuuteen kannustavissa yhteisöissä. Asukaskyselyssä nousi erityisesti esiin nuorten aikuisten yleisin liikkumattomuuden syy: sopivan seurauksen tai kaverin puute.

### Kestävyttä ja kuntoa uimahallista

Kyselytulosten pohjalta (sekä nuorille että aikuisille kohdennetuissa) liikuntapalveluiden tärkeimmäksi yksittäiseksi kohteeksi on nostettu uimahalli. Sen merkitys on kuntalaisille

terveyden ja liikkumisen edistäjänä erityisen suuri. Uimahallin toiminta on täten turvattava ja selvitettävä tulevien vuosien korjaustarpeet ja kustannukset.

### **Hyvinvointia luonnosta ja reiteiltä**

Luonnossa liikkuminen on noussut keskeiseksi omaehtoisen hyvinvoinnin edistäjäksi. Luontopolkujen (esim. suunnittelussa oleva Autereen polku) ja kuntoratojen ylläpito ja kehittäminen on tässä keskeistä. Kehittämistä vaativat myös hiihtoreitteihin liittyvät ylläpidon työvälineet ja latupohjat, vesi- ja pyöräilyreitit sekä radat ja kelkkareitit.

### **Ajassa ja kehityksessä mukana**

Kaupungin liikuntapalveluilta odotetaan uudistuskäkyä ja lajiuutuuksien seurantaa. Nyt toteutetut skeitti-, pumptrack- ja fresbeegolg-alueet ovat olleet tästä hyviä esimerkkejä. Toimintaympäristöjen tulevassa suunnittelussa on rohkeasti luotava monipuolisia kokemisen tiloja, joissa voidaan yhdistää mm. turvallista kokoontumista (hengaamista), aktiivista liikkumista ja hyvinvointia edistäviä elämyksiä sekä digitalisaatiota (esim. musiikkitapahtumat, yhdistetyt virtuaaliset ja digitaaliset kokemusmaailmat, uusien lajien kokeilut).

## **3. Kehittämistoimenpiteet 2025-2030**

Liikkuva ihminen – Terve 2030 -ohjelman keskeiset kehittämistoimenpiteet:

- Toteutetaan elämänikäisen toimintakykyohjelman Mänttä-Vilppulan malli
- Vapaaehtois- ja urheiluseuratoiminnan kehittäminen ja osallisuus
- Luodaan mahdollisuuksia omaehtoiselle liikunnalle huomioiden digitaalisten palveluiden kehitys
- Kuntien välinen yhteistyö – palvelu- ja seurayhteistyö
- Luonnon virkistyskäyttömahdollisuuksien ylläpitäminen ja vahvistaminen
- Tavoitteena huippuolosuhteet paikoissa, jotka strategisesti valittu ylläpitoon
- Liikuntapalveluiden toiminnallinen organisointi

### **Toteutetaan elämänikäisen toimintakykyohjelman Mänttä-Vilppulan malli yhteistyössä hyvinvointikoordinaation kanssa**

Toimintakykyohjelman tavoitteena on luoda paikallinen koko elämänmittainen liikkumisprosessi.

Liikkumisesta osa arkea ja elämäntapaa koko eliniän.

Liikkumiseen kannustaminen osaksi neuvolatoimintaa. Vanhemmille ohjeistoa vauvojen liikuttamisesta ja esimerkiksi vauvauinneista.

Lapsuuden liikkumiseen kannustaminen kouluikäisenä. Liikkumissuunnitelmat seuratoiminnasta omaehtoiseen toimintaan. Koululaisten MoVe-tulokset ja muut terveysseurantamallit.

Opiskelijoiden liikkuminen ja harrastustoiminnan aktivointi.

Työikäisen liikuttaminen ja ns. TyKy-liikunta osana yhteistä hyvinvointia.

Ikäihmisen liikkumismahdollisuudet ja virikkeet.

Toteuttamisen tukimuotona löytyvät kansalliset liikkuvat –ohjelmat, joista mahdollisuus saada tukea hanketyöhön ja toteuttamisen resursseihin (Liikkuva Lapsi, Liikkuva aikuinen, Liikkuva ikäihminen).

HSM-mallin kehittäminen). Ks. esim. <https://kansalaisyhteiskunta.fi/rahoitushakemisto/okm-liikunnallisen-elamantavan-valtakunnalliset-kehittamisavustukset/>

Rinnalla on myös huomioitava erityisryhmien toimintatarpeet. Tähän kuuluvat erilaisia toiminnallisia rajoituksia kokevat ihmiset.

*Toteutus:*

*Toimintakykyohjelman toteuttaminen yhteistyössä hyvinvointikoordinaation kanssa.*

### **Vapaaehtois- ja urheiluseuratoiminnan kehittäminen ja osallisuus**

Kivijalka liikunnalle on vapaaehtoistoiminta. Kaupungin tehtävä on mahdollistaa toiminta liikuntapaikoilla (tukipalvelut ja liikuntapaikkojen hoito) ja neuvotella kehittämistarpeista seurafoorumien yhteydessä. Tämä keskittyy ennen kaikkea turvallisten toimintaympäristöjen luomiseen ja priorisoituun liikuntapolitiikkaan, jossa painopistealueena on lapset ja nuoret.

Iso haaste on harrastusten kalleus. Yhteiskunnan polarisaatio näkyy lasten harrastamisessa. Mänttä-Vilppulassa lisähaastetta tuo suhteellisen pitkät etäisyydet ja alhainen syntyvyys. Tämä tarkoittaa jatkossa myös yhteistyötä yli kuntarajojen (esim. joukkuepelien pelaajasaatavuus).

Seuratoimintojen kuuntelemiselle tärkeä asia on jatkuva yhteydenpito. Seurafoorumi on hyvin tärkeä osa vuoropuhelua sekä päivittäiset liikuntapalveluiden kontaktit eri seurojen kanssa.

Kaupungin osalta olennaista on pysyä myös kehityksessä mukana ja nähdä liikunnan murros. Lasten ja nuorten suosikkilajit ovat muuttuneet ja muuttuvat.

Suunnitteluun on otettava myös mahdolliset tyhjilleen jääneet tilat ja niiden toteuttaminen ns. streetculture –mallilla. Käytännössä tällaisissa paikoissa voidaan yhdistää liikkumisvaihtoehtoja, nuorison oleskelutilaa ja kulttuuriharrasteita.

*Toteutus:*

*Seurafoorumitoiminta ja kehittämiskyselyt*

*Seurasopimukset yhteistyöstä*

*Seurojen avustukset ja tuet*

*Liikuntapaikkojen hoito ja ylläpito*

### **Luodaan mahdollisuuksia omaehtoiselle liikunnalle huomioiden digitaalisten palveluiden kehitys**

Omaehtoinen liikunta on merkittävässä osassa. Tämä tarkoittaa syvempää ymmärrystä liikkumisesta ja liikunnasta ollen myös osa kaupunkisuunnittelua. Kaupunkitiloissa ja -palveluissa sekä niiden esteettömyysratkaisuissa on huomioitava myös kannustava ja turvallinen liikkuminen. Tässä on tietysti tärkeintä ymmärtää ihmisten todellinen toimintakyky, johon on reagoitava käytännössä terveys- ja hyvinvointialueiden toiminnalla.

Liikkumismahdollisuuksien olennainen osa on toiminnot ja paikat, jotka eivät sitoudu kellonaikoihin (käyttöön ei tarvitse varata erikseen vuoroja). Tämä vaatii myös kehitystä, jossa digitalisoinnin mahdollisuudet tuovat henkilökohtaisen ohjaamisen erilaisiin liikuntapaikkoihin.

Myös lasten liikunnassa ja lähiliikuntapaikoissa digitalisaatio antaa vaihtoehtoja. Oletettavissa on, että erilaiset kehityshankkeet digipalveluista ja keinotodellisuuksista ulottuvat lähivuosina liikkumisen paikoille.

Ikääntyvälle väestölle ja erityisryhmille on ohjattujen liikuntaryhmien lisäksi rakennettava palveluita, jotka kannustavat digitalisaation kautta omaehtoiseen kuntoiluun (esim. ”kuntoilusali” voidaan jatkossa tuoda jokaiseen kotiin).

*Toteutus:*

*Liikuntapalveluiden ja kaupunkisuunnittelun digitalisaation hankkeet*

### **Kuntien välinen yhteistyö – palvelu- ja seurayhteistyö**

Liikuntapaikoissa on tehtävä lähivuosina priorisointia ja samoin erilaisissa liikuntatoiminnoissa. Toimintojen tiivistäminen vaatii alueellista yhteistyötä ja yhteistyömahdollisuuksien selvittämistä mm. henkilöstön palveluyhteistyössä, koulutusyhteistyössä, seuratoiminnassa, liikkumissuunnitelmissa, yhteisinvestoinneissa.

Liikunta on myös varsin suuri matkailutoimija, sillä erilaisiin peli- ja kilpailutapahtumiin tulee vuosittain satoja joukkueita muilta paikkakunnilta.

Lähikuntien tulee tehdä enemmän yhteistyötä OPS- ja LOPS-suunnitelmissa. Yhteisiä tavoitteita voidaan asettaa mittaamalla (esim. ”jokainen tokaluokkalainen on käynyt uimakoulun”, pohjoismainen uimataito perusopetuksen 6 lk:lle mentäessä). Valtakunnallisten testausten rinnalle voidaan asettaa myös yhteisesti sovittuja mittareita eri kuntiin seurattavaksi.

Yhteistyötä hyvinvointialueen ja sen toimintasuunnitelmien kanssa on lisättävä.

Uusia innovaatioita ja pelinavauksia organisaatio-ongelmien tilalle.

*Toteutus:*

*Ylä-Pirkanmaan kuntien ja Keuruun yhteistyöryhmät*

*Yhteiset kehittämishankkeet*

### **Luonnon virkistyskäyttömahdollisuuksien ylläpitäminen ja vahvistaminen**

Kaupungissa on tällä hetkellä jo lyhyet matkat liikkumis- ja virkistyspaikoille.

Vesistöt antavat hyvän mahdollisuuden luoda yhteisiä toimintoja naapurikuntien kanssa.

Luontoon sijoittuvat ulkoilureitit toimivat sekä paikkakunnalla että yhteistyössä naapureiden kanssa.

Kehitystyö välineissä on nopeaa, joten ”terveyttä luonnosta” ajattelu antaa lähes rajattomat mahdollisuudet niin paikkakunnan asukkaille kuin mahdolliseen matkailuunkin.

Luontoa on hyvä ajatella myös Taidekaupungin kulttuurikohteena, jossa voidaan kehittää monenlaisia ideoita ns. interaktiivisista malleista taiteeseen kaiken ikäisille.

*Toteutus:*

*Autereen polku Vilppulan ja Mäntän välille*

*Toteutetaan/lisätään opastuksia nykyisille luontoreiteille*

*Tuodaan ulkoilureitit viestinnällisesti/markkinoinnillisesti esille asukkaille ja matkailijoille.*

*Toteutetaan reittien kehittämistä ja hankkeistusta naapurikuntien yhteistyöllä*

### **Tavoitteena huippuolosuhteet paikoissa, jotka strategisesti valittu ylläpitoon**

Pienen kunnan ei ole mahdollista toimia volyyymilla mahdollisimman monessa paikassa. Pienouden ekonomiassa lähtökohtana on mahdollisimman hyvät ja toiminnalliset puitteet strategisesti valituissa kohteissa.

Tuleviin valintoihin ja investointeihin on toteutettava pidemmän aikavälin strategiset suunnitelmat.

Toteutettavissa kohteessa on korostettava aina laadullisia ominaisuuksia. Liikuntapaikkojen rakentamisen osalta ratkaisut palvelevat usein vuosikymmeniä. Samoin paikkojen hoitopuolella on satsaus oltava hyviin ja toimiviin laitteisiin, sekä osaavaan ja ammattitaitoiseen henkilökuntaan. Liikuntapaikkojen hoito on kyettävä näkemään ensisijaisesti hyvinvointityönä vanhentuneen teknisen ajattelun sijaan.

*Toteutus:*

*Uudistetaan liikuntapaikkastrategia huomioiden kiinteistö- ja kouluverkkojen tulokset sekä pitkän aikavälin investointisuunnitelmat*

### **Liikuntapalveluiden toiminnallinen organisointi**

Kaupungin liikuntapalvelut ovat viime vuosina olleet organisaatiomuutosten keskellä.

Nykyisessä toimintatavassa liikuntapalveluiden toteuttaminen on sivistys- ja kulttuuripalveluiden kulttuuri- ja vapaa-aika -vastuualueella liikuntapalvelut-yksikössä. Liikuntapaikkojen hoitoa on toteutettu erikseen kaupunkikehityspalveluiden infrapalveluissa. Yhteistyö eri yksiköiden välillä on toiminut hyvin.

Tulevassa mallissa on tehokkaampaa rakentaa organisaatiomalli, jossa palvelujohtaminen, liikuntapaikkojen hoito sekä talouskokonaisuus on samassa yksikössä. Nyt toiminta jakaantuu eri esihenkilöiden vastuulle sekä henkilöstön että talouden osalta. Tämä tuo haastetta myös palvelusopimusten toteuttamisessa (esim. jäähallin myyntipalvelut ja avustukset) sekä henkilöstön osaamisen hyödyntämisessä ja kehittämisessä.

Toimintamallissa on keskeisesti huomioitava myös kiinteä yhteistyö kaupungin hyvinvointikoordinaation kanssa.

*Toteutus:*

*Suunnitellaan ja toteutetaan uusi liikuntapalveluiden toimintamalli sivistys- ja kulttuuripalveluiden ja kaupunkikehityspalveluiden yhteistyöllä*

#### 4. Tavoitetila: Terve 2030

Ohjelmatyön keskeisenä tavoitteena on asukkaiden terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen.

Meidän kaikkien yhteisenä tavoitetilana on olla Terve 2030!

- Terve elämä - tervein versio omasta itsestäsi kaiken ikää
- Terve talous
- Terve ympäristö
- Terveesti tulevaan, vanhaa kunnioittaen
- Terve ja tervetuloa toivottava yhteisö

