

Me allekirjoittaneet Turun kaupungin liikuntalautakunnan jäsenet esitämme, että Turun kaupungin liikuntapalvelut aloittaa Turun liikkumishjelman valmistelun seuraavasti:

- Liikuntapalvelut kartoittaa Turun toimialojen nykyiset toimenpiteet, ohjelmat ja hankkeet, jotka edistävät liikuntaa ja liikkumista sekä näiden kustannukset. Ks. esimerkki Helsingin liikkumishjelman projektisuunnitelmasta (sivu 46)¹¹
- Liikuntapalvelut tekee alustavan suunnitelman talousarvioineen kaupunkikohtaisen liikkumishjelman toteuttamiseksi

Liikkumishjelman tavoitteena on aikaansaada kokonaisvaltaisia toimenpiteitä aktiivisen ja terveemmän elämän mahdollistamiseksi kaikille turkulaisille.

Poikkihallinnollisen yhteistyön ja eri hallinnonalojen sitoutumisen varmistamiseksi liikkumishjelmaan muodostetaan kaikkien toimialojen johdosta koostuva johtoryhmä, sekä asiantuntijoista ja päättäjistä koostuva ohjausryhmä.

Turussa 22.10.2019

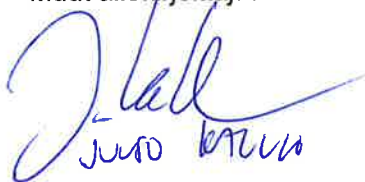


Joonas Niemi
Liikuntalautakunnan jäsen (vihr.)



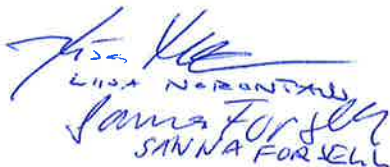
Sini Häkkinen
Liikuntalautakunnan varapuheenjohtaja (kok)

Muut allekirjoittajat:

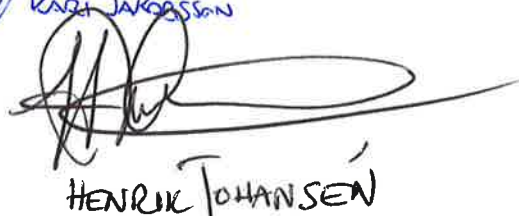


Satu Koskinen
SATU KOSKINEN

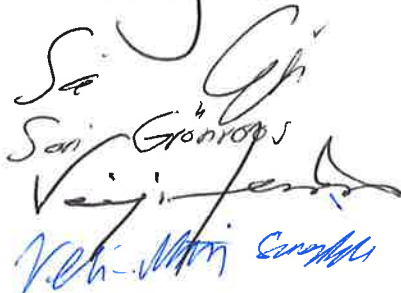
Raija Nieminen



LISA NORONTA
Sanna Forsell
SANNA FORSELL



KARI JÄRVELIN
HENRIK JOHANSEN



Sari Grönroos
Veikko Järvelin
Veli-Matti Savolainen

Lautakunta-aloite: Turulle liikkumishjelma

Me allekirjoittaneet Turun kaupungin liikuntalautakunnan jäsenet esitämme, että Turun kaupungin liikuntapalvelut aloittaa Turun liikkumishjelman valmistelun.

Liikkumattomuutta ei vielä oteta tarpeeksi vakavasti. Liikkumattomuus on yhä suurempi ongelma maailmanlaajuisesti. Suomessa liikkumattomuus aiheuttaa 3-7 miljardin euron vuosittaiset kustannukset¹. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen tilaston mukaan vuonna 2018 2–16-vuotiaista pojista 27 prosenttia ja tytöistä 18 prosenttia oli ylipainoisia. Ylipaino on lisääntynyt kaikissa ikäryhmissä 1-2% kahdessa vuodessa². Kansallisen LIITU-tutkimuksen³ mukaan tunti päivässä liikuntaa -suosituksen täyttää 44% 7-vuotiaista ja 15-vuotiaista enää 19%.

Suomalaisista työikäisistä terveysliikuntasuosituksen täyttää⁴ miehistä hieman alle 20% ja naisista hieman reilut 20% sekä valvellaoloajasta n. 60% vietetään paikallaan. Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen⁵ mukaan opiskelijat istuvat keskimäärin 10,75 tuntia päivässä. Globaalisti n. 3.2 miljoonaa kuolemaa⁶ vuosittain johtuu fyysisen aktiivisuuden puutteesta.

Liikunnan terveyshyödyt ovat kiistattomat⁷ ja tuoreen tutkimuksen mukaan⁸ tunti viikossa liikuntaa alentaa myös masennusriskiä.

Liikkumattomuuden ongelmat eivät korjaannu pienellä lisärahoituksella esimerkiksi liikuntajärjestöjen avustuksiin. Liikkuminen on kaikkien hallinnonalojen asia. Suomessa Helsingin liikkumishjelma⁹ on hyvä esimerkki kaupunkikohtaisesta liikkumishjelmasta, jossa liikkuminen on liikuntaa tärkeämpää ja johon on koottu edistämishjelmat eri hallinnon aloilta. Arkinen liikunta, eli työ-, koulu- ja asiointimatkat ovat paras tapa saada aktiivisuutta päivään. Kävelyn ja pyöräilyn lisääminen, jota kaupunkiympäristötoimiala voi edistää, on yksi ensisijaisista toimista lisätä tätä. EU-alueella tehdyn tutkimuksen¹⁰ mukaan pyöräilyn ja kävelyn tuomat terveyshyödyt ovat n. 90 miljardia euroa vuodessa.

Turussa sosiaali- ja terveystoimialan vuosimenot (2018) olivat n. 688 miljoonaa euroa, kun liikuntapalvelujen budjetti on n. 25 miljoonaa euroa.

¹ https://www.ukkinstituutti.fi/tutkimus/liikuntatutkimus_suomessa/liikkumattomuuden-kustannukset

²

<https://thl.fi/fi/tilastot-ja-data/tilastot-aiheittain/lapset-nuoret-ja-perheet/lasten-ja-nuorten-ylipaino-ja-lihavuus>

³

⁴

http://www.liikuntaneuvosto.fi/julkaisut/valtion_liikuntaneuvoston_julkaisusarja/arkisto/lasten_ja_nuorten_liikuntakayttaytyminen_suomessa_liitu-tutkimuksen_tuloksia_2018.924.news

⁵ <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/161012>

⁶ <https://www.yths.fi/kott2016>

⁷ https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_inactivity/en/

⁸ https://www.ukkinstituutti.fi/tietoa_terveysliikunnasta/liikunnan_vaikutukset

⁹ <https://www.duodecim.fi/2018/01/22/tunti-liikuntaa-viikossa-riittaa-masennusriskin-pienentymiseen/>

¹⁰ <https://helsinkiliikkuu.fi/>

¹¹ <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0921800918308097?via%3Dihub>