

Kuortaneen liikuntastrategia 2020-2024

”Liikunnan hehkua”

A decorative graphic at the bottom of the page consists of several overlapping, rounded shapes in various colors: blue, green, yellow, and orange. The shapes are arranged in a way that they appear to be part of a larger, abstract design.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	3
2 LÄHDÖKOHDAT STRATEGIATYÖLLE.....	4
2.1 Lainsäädäntö liikuntastrategian taustalla.....	4
2.2 HYTE-kerroin – mahdollisuus vai uhka?.....	6
2.3 Liikkumattomuuden kustannukset yhteiskunnalle.....	8
2.4 Kuvaus liikuntatoiminnan nykytilasta Kuortaneella.....	9
2.5 Liikuntastrategian merkitys kunnassa.....	14
3 LIIKUNTASUOSITUKSET.....	16
3.1 0-8-vuotiaat.....	16
3.2 7-18-vuotiaat.....	17
3.3 18-64-vuotiaat.....	19
3.4 Yli 65-vuotiaat.....	20
4 LIIKUNTAKYSELY.....	21
5 LIIKUNTASTRATEGIAN TAVOITTEET JA TOIMENPITEET.....	22
5.1 Monipuolinen yhteistyö tuottaa parempaa tulosta.....	22
5.2 Kuntalaisten liikunta-aktiivisuuden kasvattaminen.....	23
5.3 Ulkoliikuntamahdollisuuksien parantaminen.....	25
5.4 Harrastustoiminnan edellytysten kehittäminen.....	26
5.5 Liikuntatapahtumien ja -kampanjoiden kehittäminen.....	27
5.6 HYTE-kertoimen parantaminen.....	28
5.7 Kehittämistoimien arviointi.....	29
6 LOPPUPÄÄTELMÄT.....	30
7 LÄHTEET.....	32
8 LIITTEET.....	35
8.1 Liikuntatoimen toiminnallinen vuosikello.....	35
8.2 Kuortaneella liikuntaa tarjoavat tahot ja niiden yhteystiedot.....	37
8.3 Liikuntapaikat ja niiden yhteystiedot.....	38
8.4 Liikuntakyselyn 2019 tulokset.....	41



1 JOHDANTO

Strategia määrittää mihin suuntaan organisaatio etenee ja millaisia toimia se tekee tulevaisuudessa päämäärien ja tavoitteiden saavuttamiseksi. Erityisesti isompien investointien ja palveluhankkeiden kannalta on tärkeää luoda pidempiaikainen suunnitelma, koska kuntamme talous on tiukka tulevinakin vuosina. Kunnan talouden ja elinvoiman kannalta on järkevää panostaa toimiin, joilla parannetaan asukkaiden terveyttä ja toimintakykyä. Tulevaisuudessa osa valtionosuuksista saatetaan yhdistää kuntalaisten olemassa olevaan terveyteen sekä toimiin sen parantamiseksi. Esimerkiksi lisäämällä aktiivisesti käytettyjä kävely- ja pyöräilyteitä, voidaan lisätä kuntalaisten liikuntaa, ja välillisesti saada säästöjä yksilöiden terveyshyötyinä kunnan muihin toimiin. Lisäksi eri kehitystoimet ovat vetovoimakeinoja kunnalle, jotka vaikuttavat suoraan ja välillisesti kuntalaisten hyvinvointiin, mutta myös elinvoimaisuuteen. Myönteinen ilmapiiri sekä riittävän laadukkaat palvelut voivat lisätä muuttoliikettä Kuortaneelle.

Kuortaneen kunta tarvitsee oman liikuntastrategiansa päätöksenteon ja suunnitelmallisen toimintansa tueksi, ja vastaavia suunnitelmia on tehty useissa kunnissa. Liikuntastrategia toimii jatkumona v.2017 hyväksytyyn kuntastrategiaan vuosille 2017-2025 sekä vuonna 2018 laadittuun Kuortaneen kulttuuristrategiaan vuosille 2018-2021. Strategiatyö alkoi keväällä 2019 yleisellä kuulemistilaisuudella, johon kutsuttiin kaikki yhdistykset sekä asiasta kiinnostuneet. Tilaisuudessa saatiin tietoa toimivista sekä hyviksi koetuista asioista ja uusia kehitysideoita. Syksyn 2019 aikana kuntalaisille tehtiin liikunta- ja vapaa-aikakysely, jolla saatiin laajempi näkemys kuntalaisten terveydestä, ja tietoa liikuntapaikkojen käytöstä, haasteista vähäiseen liikuntaharrastamiseen sekä toiveita tulevaisuuden liikuntapalveluiden kehittämiseksi.

Liikuntastrategia pyrkii osaltaan selvittämään kunnan liikuntapalveluiden nykytilaa sekä eri-ikäisille kuntalaisille tarjottavien liikuntamahdollisuuksien riittävyyttä ja laatua. Lisäksi työssä selvitetään liikuntatoimintaa tarjoavien yhdistysten tai muiden tahojen toimintaedellytykset kunnassa. Selvitystyön avulla etsitään keinoja houkuttelevien, laadukkaiden, monipuolisten ja edullisten liikuntapalveluiden turvaamiseksi kuntalaisille tulevinakin vuosina. Erityisesti huomiota kiinnitetään lasten- ja nuorten sekä vähän liikkuvien kuntalaisten olosuhteiden parantamiseen eri tavoin periaatteella ”liikunta on kaikkien kansalaisoikeus”, mikä edellyttää laajaa yhteistyötä.

Liikuntastrategian tavoitteena on lisätä kaiken ikäisten kuortanelaisten liikkumista elämässään. Tähän jokainen meistä voi itse vaikuttaa, mutta kunnan tulee taustalla edistää ja tukea eri tavoin yksilöitä omilla elintapavalinnoissaan. Liikkumisen ja liikuskelun tulisi olla luontainen osa jokaisen ihmisen arkea eri muodoissaan. Jokainen askel vie konkreettisesti tulevaisuuteen päin.



2 LÄHDÖKOHDAT STRATEGIATYÖLLE

2.1 Lainsäädäntö liikuntastrategian taustalla

Liikuntastrategian lähtökohta ja tausta pohjautuu olemassa olevaan lainsäädäntöön sekä asetuksiin, jotka liittyvät kunnan tehtäviin. Liikunnan osalta keskeisiä lakeja ovat perustuslaki, kuntalaki, terveydenhuoltolaki ja erityisesti liikuntalaki. Myös tutkimus liikunnan laajoista terveysvaikutuksista on tärkeää tunnustaa.

Kuntalaisten hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen kuuluu kunnan ja sen toimielintensä lakisääteisiin tehtäviin. Hyvinvoinnin ja terveyden laaja-alainen edistäminen kunnassa parantaa kuntalaisten elämänlaatua ja toimintakykyä, lisää työllisyyttä ja tuottavuutta sekä hillitsee sosiaalisten ongelmien ja eriarvoisuuden kasvamista. (THL, 2019a.) Osaltaan laadukkaasti toteutettu hyvinvointityö lisää myös kunnan elinvoimaisuutta sekä ”markkina-arvoa”.

Paikallistasolla kunnanvaltuuston vastuulle kuuluvat erilaiset strategiset päätökset, joilla kuntalaisten hyvinvointia ja terveyttä edistetään. Valtuuston tulee myös varmistaa, että hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen johtamisesta ja vastuista on sovittu selkeästi. (THL, 2019a).

Kustannusten hallitsemisen kannalta sairauksien ehkäisy ja terveyden edistäminen on halvin (kustannusvaikuttavin) tapa parantaa kuntalaisten terveyttä ja toimintakykyä. Vaikuttava terveyden edistäminen edellyttää muun muassa ihmisten toimintaympäristöjen muokkamista terveellisiä elintapoja edistäviksi, mutta myös selkeää panostusta tautien ja muiden terveyshaittojen ehkäisyyn. (Aromaa & Puska, 2007.)

Perustuslaissa määritellään laajasti kansalaisten perusoikeuksia, minkä mukaan liikunta luetaan sivistyksellisten oikeuksien kautta perusoikeuksiin (Perustuslaki 731/1999, 16§). Kuntalaissa on määritelty kuntien velvollisuus edistää asukkaidensa hyvinvointia ja alueensa elinvoimaa sekä järjestää asukkailleen palvelut taloudellisesti, sosiaalisesti ja ympäristöllisesti kestäväällä tavalla (Kuntalaki 410/2015, 1§). Liikunnalla nähdään olevan merkittävä yhteys ihmisen terveyteen, työkykyyn ja sitä kautta koko yhteiskunnan hyvinvointiin.

Nykyinen terveydenhuoltolaki (1326/2010, 2-3§) takaa laajan määrän erilaisia tehtäviä kunnille, minkä tarkoituksena on: 1) edistää ja ylläpitää väestön terveyttä, hyvinvointia, työ- ja toimintakykyä sekä sosiaalista turvallisuutta; 2) kaventaa väestöryhmien välisiä terveyseroja;



3) toteuttaa väestön tarvitsemien palvelujen yhdenvertaista saatavuutta, laatua ja potilasturvallisuutta; 4) vahvistaa terveydenhuollon palvelujen asiakaskeskeisyyttä; sekä 5) vahvistaa perusterveydenhuollon toimintaedellytyksiä ja parantaa terveydenhuollon toimijoiden, kunnan eri toimialojen välistä sekä muiden toimijoiden kanssa tehtävää yhteistyötä terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi sekä sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisessä.

Lainsäädännössämme kuntalaisten osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuudet ovat vahvasti esillä, ja ne on turvattu myös useissa erityislaeissa. Kuntalain (410/2015, 22§) mukaan valtuuston on pidettävä huolta siitä, että kunnan asukkailla ja palvelujen käyttäjillä on edellytykset osallistua ja vaikuttaa kunnan toimintaan. Kunta voi vapaasti päättää siitä, miten se tämän velvollisuutensa käytännössä toteuttaa. Toisaalta kunnan tulee myös arvioida asukkaittensa liikunta-aktiivisuutta osana terveydenhuoltolaissa (1326/2010, 12§) tarkoitettua terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä.

Vuonna 2015 uudistetun liikuntalain (390/2015, 2§) tavoitteena on edistää eri väestöryhmien mahdollisuuksia liikkua ja harrastaa liikuntaa; väestön hyvinvointia ja terveyttä; fyysisen toimintakyvyn ylläpitämistä ja parantamista; lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä; liikunnan kansalaistoimintaa mukaan lukien seuratoiminta; huippu-urheilua; liikunnan ja huippu-urheilun rehellisyyttä ja eettisiä periaatteita; sekä eriarvoisuuden vähentämistä liikunnassa. Tavoitteen toteuttamisessa lähtökohtina ovat tasa-arvo, yhdenvertaisuus, yhteisöllisyys, monikulttuurisuus, terveet elämäntavat sekä ympäristön kunnioittaminen ja kestävä kehitys.

Liikuntalaki (390/2015, 3§) määrittelee käsitteenä liikunnan tarkoittamaan kaikkea omatoimista ja järjestettyä liikunta- ja urheilutoimintaa paitsi huippu-urheilua. Liikuntalaki kattaa myös huippu-urheilun, jolla tarkoitetaan kansallisesti merkittävää sekä kansainväliseen menestykseen tähtäävää tavoitteellista urheilutoimintaa. Laissa terveyttä ja hyvinvointia edistävällä liikunnalla tarkoitetaan elämänkulun eri vaiheissa tapahtuvaa kaikkea fyysistä aktiivisuutta, jonka tavoitteena on terveyden ja toimintakyvyn ylläpitäminen ja parantaminen. Liikuntalain mukaan valtio vastaa liikuntapolitiikan yleisestä johtamisesta, yhteensovittamisesta ja kehittämisestä sekä liikunnan yleisten edellytysten luomisesta valtionhallinnossa (Liikuntalaki 390/2015 4§).

Kunnan tehtävänä on yleisten edellytysten luominen liikunnalle paikallistasolla (Liikuntalaki):

- (1) järjestämällä liikuntapalveluja sekä terveyttä ja hyvinvointia edistävää liikuntaa eri kohderyhmät huomioon ottaen;
- (2) tukemalla kansalaistoimintaa mukaan lukien seuratoiminta; sekä
- (3) rakentamalla ja ylläpitämällä liikuntapaikkoja.



Kunnan tehtävien toteuttamisen tulee tapahtua eri toimialojen yhteistyönä sekä kehittämällä paikallista, kuntien välistä ja alueellista yhteistyötä sekä tarvittaessa muista paikallisiin olosuhteisiin ja tarpeisiin sopivista toimintamuodoista. (Liikuntalaki 390/2015, 5§.)

Suomen ensimmäinen liikuntapoliittinen selonteko (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2018b) määritteli valtion liikuntapolitiikan tärkeimmät linjaukset ja tavoitteet 2020-luvulle. Niistä tärkein tavoite on kansalaisten fyysisen aktiivisuuden merkittävä lisääminen kaikissa ikä- ja väestöryhmissä siten, että väestö harrastaa mahdollisimman laajasti liikuntaa terveyden ja hyvinvoinnin kannalta riittävässä määrin. Muita vuosikymmenen liikuntapolitiikan painotuksia ovat:

- Liikuntapaikkarakentamisen ja liikuntaolosuhteiden tukeminen.
- Elinvoimaisen, yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa edistävän sekä mahdollisimman laajan ja monipuolisen liikunnan kansalaistoiminnan tukeminen.
- Huippu-urheilun tukemisen kasvattaminen ja tuen lisääminen erityisesti huippu-urheilijan uran alkuvaiheeseen sekä kansainvälisesti kilpailukykyisten toimintaympäristöjen (mm. urheiluakatemit ja valmennuskeskukset) ja valmentautumisprosessien kehittämiseen.

2.2 HYTE-kerroin – mahdollisuus vai uhka?

Sosiaali ja terveystalouden politiikka luo kuntien tehtäviin lakiensa puitteissa isoja haasteita, ja myös kuntatalouden kannalta isoja kustannuspaineita. Tulevaisuudessa osa valtionosuuksista saattaa olla hyvinvointiperusteisia ns. HYTE-kertoimen kautta, jota muun muassa THL on valmistellut edellisen hallitusohjelman yhteydessä osana SOTE-uudistusta. (THL 2019b; Ikonen ym. 2018.)

Kunnille on suunniteltu otettavan käyttöön hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen valtionosuuden lisäosa eli HYTE-kerroin. HYTE-kerroin on kannustin, joka tarkoittaa, että kuntien rahoituksen valtionosuuden suuruus määräytyy osaksi niiden tekemän hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyön mukaan. Toimella halutaan varmistaa kuntien aktiivinen toiminta asukkaiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi myös sote-uudistuksen jälkeen. Kannustin on suunniteltu otettavan käyttöön vuoden 2021 alusta, jolloin kunnille jaetaan ensimmäisen kerran uudistuksen jälkeinen valtionosuus. Jo nyt tehtävä työ tulee siis vaikuttamaan rahoitukseen. (THL, 2019c.)



Rakenteilla olevassa sote-uudistuksessa sosiaali- ja terveyspalvelut siirtyvät maakuntien järjestettäväksi, mutta vastuu kuntalaisten hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä säilyy kunnilla. Kuntien palkitseminen vaikuttavasta hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä on tärkeää, koska hyvinvoiva väestö on elinvoimaisen kunnan ja maakunnan edellytys. Lisäksi sosiaali- ja terveydenhuollon kustannusten kasvun hillitseminen vaatii, että hyvinvointia ja terveyttä edistetään laajalti ihmisten arkiympäristöissä. Edellytyksiä väestön hyvinvoinnille ja terveydelle luovat koulutus, liikunta-, ruoka- ja kulttuuripalvelut, kaavoitus, liikennejärjestelyt sekä monet muut kunnan tehtävät. (THL 2019c.)

HYTE-kerroin lasketaan siihen valittujen indikaattorien pohjalta (kuvio 1.). Lisäosan suuruus määräytyy kahdenlaisten indikaattorien perusteella: toimintaa kuvaavista prosessi-indikaattoreista ja tuloksia kuvaavista tulosindikaattoreista. Indikaattorien soveltuvuus arvioidaan määrääjain, eivätkä ne tule olemaan aina samoja. (THL 2019c.)



Kuvio 1. HYTE-kertoimen indikaattorit. THL 2019c.



2.3 Liikkumattomuuden kustannukset yhteiskunnalle

Liikkumattomuuden kustannuksia on tutkittu Suomessa esimerkiksi vuonna 2018 julkaistussa erityistutkimuksessa Tommi Vasankarin ja UKK-instituutin johdolla (kuvio 2.). Tutkimuksen mukaan vähäinen fyysinen aktiivisuus, liikkumattomuus, aiheuttaa lisäkustannuksia terveydenhuollon suorissa kustannuksissa sekä tuottavuuskustannuksissa menetettyjen työpanosten osalta. Lisäksi liikkumattomuus aiheuttaa ikääntyneiden koti- ja laitoshoidonkustannuksia, syrjäytymisen kustannuksia sekä sosiaalietuuksien lisäkustannuksia. Samainen tutkimus päättyi seuraaviin liikkumattomuuden aiheuttamiin vuosittaisiin lisäkustannuksiin: sairauksien aiheuttamat terveydenhuollon ja tuottavuuden kustannukset 1,5–4,4 miljardia euroa, ikääntyvän väestön koti- ja laitoshoidon kustannukset 150 miljoonaa euroa, tuloverojen menetys 1,4–2,8 miljardia euroa, työttömyysturvaetuedet noin 30–60 miljoonaa euroa sekä syrjäytymisen kustannukset vähintään 70 miljoonaa euroa. Yhteensä nämä vuosittaiset kustannukset ja tuottavuuden menetykset ovat 3,2–7,5 miljardia euroa. Vaikka kaikkien edellä mainittujen kustannustenlaskennassa käytettäisiin pienimmän kustannusten laskennan mallia, päädytään 3,2 miljardin euron vuosittaisiin kustannuksiin ja tuottavuuden menetyksiin. Perustellusti liikkumattomuuden yhteiskunnallisten kustannusten säästöpotentiaalin voi sanoa olevan hyvin suuri. Lisäksi tulee muistaa, että Global Burden of Disease -verkoston laskelmien mukaan tulevaisuudessa Suomenkin terveydenhuollon suorien kustannusten on arvioitu kasvavan 29 % vuoteen 2030 ja 58 % vuoteen 2040 mennessä vuoden 2014 kustannuksiin verrattuna. (Vasankari ym. 2018.)



Kuvio 2. Liikkumattomuuden aiheuttamat vuotuiset kustannukset Suomessa (Vasankari ym. 2018).



Keskeisiä toimenpide-ehdotuksia tuleville vuosille liikkumattomuuden kustannusten hillitsemiseksi esitetään seuraavasti (Vasankari ym. 2018):

1. Liikkumattomuuden aiheuttamat yhteiskunnalliset kustannukset ovat huomattavat ja niitä pitää arvioida määräjain.
2. Liikkumattomuuden yhteiskunnallisten kustannusten laskennan tulisi pohjautua erikäisten mitattuun fyysiseen kuntoon sekä objektiivisesti mitattuun fyysiseen aktiivisuuteen ja paikallaanoloon yhdessä samanaikaisesti toteutettujen kyselyjen kanssa.
3. Raportissa esitettyjen kustannusten lisäksi tutkijat tunnistivat myös muita liikkumattomuuden aiheuttamia yhteiskunnallisia kustannuksia, joihin tulee kiinnittää erityistä huomiota tulevaisuusselvityksissä.
4. Vaikuttavia ja kustannusvaikuttavia toimenpiteitä tulisi toteuttaa merkittävästi nykyistä enemmän liikkumattomuuden yhteiskunnallisten kustannusten aiheuttamiin riskiryhmiin, kuten elintapasairauksia omaaviin tai suuren riskin henkilöihin, syrjäytymisvaarassa oleviin nuoriin, kaiken ikäisiin huonon fyysisen kunnan omaaviin henkilöihin ja heikentyneen toimintakyvyn omaaviin ikääntyneisiin.

2.4 Kuvaus liikuntatoiminnan nykytilasta Kuortaneella

Kuortaneen kunta kuuluu Etelä-Pohjanmaan maakuntaan, ja sen asukasluku on 3546 (06/2020), mikä on ollut hienoisessa laskussa viimeisten vuosien ajan. Ennusteet seuraaville vuosille ja vuosikymmenille 2020-2040 lupaavat lievää laskua noin 3000 asukkaaseen. Syntyvyys suhteessa kuolleisuuteen on ollut tappiollinen (-29, v.2019), mutta viime vuosina suunta on hieman parantumaan päin. Tämän lisäksi Kuortane on ollut muuttotappiollinen kunta parin viime vuoden ajan, mutta lukema tasoittunut. (Tilastokeskus 2020a-c.)

Asukkaista taajamassa asuvien määrä oli 34,6%, ja sen ulkopuolella lähes kaksinkertainen määrä, mikä edellyttää huomattavaa liikkumista. Ikärakenteen kannalta Kuortaneella oli vuonna 2019 alle 15-vuotiaita 14,3% väestöstä, 15-64-vuotiaita 53,8% ja yli 64-vuotiaita 31,9% väestöstä. Ikääntyneiden suhteellinen määrä kunnassa on nykyisin noin 10% korkeampi kuin valtakunnallinen keskiarvo koko väestöstä. Samankaltainen suhde tulee ennusteiden mukaan säilymään tulevinakin vuosina, ja ikääntyneiden yli 75-vuotiaiden suhteellinen osuus kasvaa. Väestöllinen huoltosuhde eli alle 15-vuotiaiden ja 65 vuotta täyttäneiden määrä suhteessa 15-64 vuotiaisiin oli Kuortaneella (2019) 85. Se tulee ennusteiden mukaan pysymään tasaisena tai kasvamaan vähän 2020-luvun lopulle, jonka jälkeen kasvaa 2030-luvulla lähes 100:aan. (Tilastokeskus 2020a-c.)

Vuonna 2019 perheiden määrä Kuortaneella oli varsin suuri eli 1000, ja asuntokuntia (kotitalouksia) oli 1653, joista vuokra-asunnoissa asuvien määrä oli 16,3%, mikä on vain noin



puolet valtakunnallisesta keskiarvosta. Kuortaneen työllisyysaste (v.2018) on myös valtakunnallisesti mitattuna varsin korkea eli noin 74,7%, ja samanaikaisesti työttömien osuus alhainen 5,7% työvoimasta, mikä on viime vuosina tullut jopa pari prosenttiyksikköä alemmas. Eläkeläisten osuus kunnan väestöstä kasvaa tasaisesti, ja käsitti 36,2% väestöstä (v.2018), ja taloudellinen huoltosuhde oli 159,0 eli työvoiman ulkopuoliset ja työttömät suhteessa työllisten määrään. (Tilastokeskus 2020a-c.)

Kuortaneen haasteet liittyvät enemmän ikärakenteen ja sen tuomien muutosten hallitsemiseen niin palveluiden kuin kuntatalouden kohdalla. Osaltaan se antaa mahdollisuuden laajentaa sekä keskittää liikuntapalveluita erityisesti ikäihmisille. Kunnan on pyrittävä koko ajan ylläpitämään työikäisen väestön toimintakykyä sekä työllisyyttä eri toimin, mikä tuo taloudellista tasapainoa pienelle kunnalle. Tulevaisuuden haasteena on riittävän syntyvyyden sekä positiivisen muuttoliikkeen ylläpitäminen. Näissä toimissakunnan imago sekä palveluiden toimivuus ovat tärkeitä tekijöitä.

LIPAS eli liikuntapaikkoja ja liikuntatoimen tilastoja koskevan viimeisimmän tiedon perusteella vuonna 2018 Kuortaneen kunnan nettokustannukset olivat 278 000 euroa, mikä tekee noin 77 euroa / asukas. Se on yksi alhaisimmista Etelä-Pohjanmaalla (keskiarvo 96 euroa /asukas), mutta lähellä vastaavan kokoisten 2000-6000 asukkaan kuntien vuoden 2017 keskiarvoa, 80,3 euroa / asukas. Kunnan liikuntatoimen nettokustannukset ovat kasvaneet tasaisesti vuodesta 2000 vuoteen 2018 noin 40 % eli noin 81 000 euroa. (LIPAS 2019; Opetus- ja kulttuuriministeriö 2018a). Kuortaneen kunnassa liikuntatoimen budjetin lisäksi kuntalaisten liikuntaharrastusta tuetaan siten, että Kuortaneen Urheiluopiston käyntihinta on kuntalaiselle 1 euro / kerta, minkä kokonaiskulut, noin 70 000€, katetaan kunnanhallituksen puolelta (Kuortaneen kunta, 2019). Liikuntatoimessa on palkattuna suoraan yksi henkilö (liikuntasihiteeri), minkä lisäksi saadaan henkilöstöresurssia teknisen toimen kautta liikuntapaikkojen ylläpitotyönä tai muuna vastaavana. Vuonna 2020 liikuntatoimeen on palkattu osa-aikainen hanketyöntekijä varhaiskasvatuksen ja ikäihmisten liikuntahankkeelle (Liikkuva Kuortane – Tulevaisuuden askelia eteenpäin).

LIPAS-tietokannan mukaan Kuortaneella on 68 erilaista liikuntapaikkaa, joka tekee vähän yli 19 paikkaa / 1000 asukasta kohden. Onkin todettu, että Kuortaneella on kunnan asukasmäärään nähden moninkertainen määrä liikuntapaikkoja. Viime vuosina liikuntapaikkarakentaminen on pääosin keskittynyt Kuortaneen Urheiluopiston alueelle, missä myös kunta on ollut mukana. Kunnan alueella sijaitsevista liikuntapaikoista suurin osa on ulkoliikuntapaikkoja (kuntoradat, pallokentät, uimapaikat, leikkipuistot, ulkokentät tms.). Yleisesti ottaen sisäliikuntapaikat ovat varsin hyvässä kunnossa, mutta etenkin ulkoiluradat ja -reitistöt kaipaavat peruskorjausta ja uudelleen merkintää. Kunnan liikuntapaikat on tarkemmin eritelty [liitteessä 8.3.](#)



Kuortaneella on varsin laaja tarjonta liikuntaharrastuksia, joista suurimman osan tarjoaa paikallinen yleisseura Kuortaneen Kunto, jossa on mahdollista harrastaa 11:ta eri lajia. Tulevaisuuden haasteena on lasten ja nuorten pienenevät ikäluokat. Nykyisellään jaostot pystyvät tarjoamaan lajiryhmiä eri-ikäisille, kuitenkin pääosin alle 13-vuotiaille. Kunta on aktiivisesti tukenut erilaisin avustuksin jaostojen toimintaa, joiden lisäksi stipendit toimivat yksittäisten menestyneiden harrastajien tukena. Kaiken kaikkiaan avustuksiin ja stipendeihin on varattu vuoden 2020 budjettiin 33500 euroa, minkä tarkoituksena on suoraan ja välillisesti tukea harrastustoimintaa seuroissa sekä pitää kustannukset mahdollisimman järkevällä tasolla.

Liikuntaseurojen lisäksi kunta kannustaa paikallisia yhdistyksiä tarjoamaan matalan kynnyksen liikuntapalveluita, joita tarjoaa esimerkiksi 4H, MLL, Kuortaneen Latu, kyläyhdistykset sekä eläkeliitot. Ne järjestävät esimerkiksi liikunnallisia iltapäiväkerhoja, liikuntatapahtumia ja tarjoavat liikunnan ohjauspalveluita. Kunta tarjoaa maksutta tiloja yhdistyksille ja auttaa viestinnässä. Erityisesti Lakeuden Portin kansalaisopistolla on laaja tarjonta kulttuuri- ja liikuntakursseja eri ikäisille, painottuen työikäisiin ja ikäihmisiin.

Kuortaneen Urheiluopistolla koulutetaan liikunta-alan ammattilaisia, joiden osaamista hyödynnetään monipuolisesti kuntalaisten liikuttamisessa eri tasoilla. Opiskelijat toimivat esimerkiksi liikuntakummeina varhaiskasvatuksen yksiköissä, tarjoavat liikunnallisia ohjauksia perusopetuksen oppilaille, järjestävät liikuntatapahtumia, käyvät liikuttamassa ikäihmisiä sekä erityisryhmiä ja pitävät kouluille lajikokeiluja. Tämä yhteistyö on tärkeää kaikille osapuolille.

Kunnalla on varsin rajallinen määrä omia liikuntatiloja, mutta yhteistyössä Kuortaneen Urheiluopistosäätiön kanssa pystytään tarjoamaan nykyaikaisia ja laadukkaita ulko- ja sisäliikuntatiloja yksittäisten kuntalaisten kuin liikuntaseurojenkin käyttöön. Lisäksi ulkoliikuntapaikkojen ylläpidossa tehdään yhteistyötä opiston kanssa esimerkiksi yhteishankinnoilla ja kunnossapidossa.

Keskustaajamaan vuonna 2021 valmistuva uusi Alvarin alakoulu tulee tarjoamaan yhden liikuntapaikan niin liikuntasalin kuin monipuolisen koulun toimintapihan kautta. Lisäksi vanhan koulurakennuksen alueelle on suunniteltu lähiliikuntapaikkaa. Uuden koulun liikuntasali sisältää monipuoliset liikuntamahdollisuudet niin koulun omille oppilaille, päiväkodille sekä lähellä olevalle vammaisten palveluyksikölle. Sali on noin 50% isompi nykyistä sali (nyk. 9,2 x 20 m eli 184m², uusi 12,3 x 22 m eli n. 270m²), mikä tarjoaa paremmat sisäliikuntamahdollisuudet isommillekin oppilasryhmille liikuntakasvatukseen. Lisäksi se tarjoaa tarpeellista tilaa ja aikaa kouluajan ulkopuoliselle lasten ja nuorten harrastustoiminnalle, mistä on kunnassamme pulaa.



Kuortaneen kunnalla on vähän omia sisäliikuntatiloja, pääasiassa koulujen liikuntasaleja. Koulujen vähenemisen myötä liikuntapaikkojen saatavuus on heikentynyt, ja samalla etäisyys harrastuspaikoille pidentynyt. Käytössä olevat koulujen salit ovat varsin pieniä ja matalia sekä niiden kunto on kohtuullinen niin pintojen kuin välineidenkin osalta. Lisäksi kunnan sisäliikuntatilojen esteellisyys on puutteellista useissa tiloissa.

Jo nykyisin suosituimmat palloiluryhmät, kuten salibandy käyttää pääosin Kuortaneen Urheiluopiston sisätiloja, joista maksetaan suhteellisen paljon käyttökustannuksia. Jo pienimmilläänkin harrasteryhmillä tai kilpajoukkueilla puhutaan parin tuhannen euron kuluista, joka välillisesti siirtyy osallistujien maksettavaksi. Kuortaneen kunta myöntää vuosittain tila-avustuksia 8000 euroa, mutta anotut määrät ovat olleet lähes 50000 euroa, joista sisäliikuntatiloihin anottu osuus oli noin 23000 euroa. Tämänkin takia kunnalla on hyvä olla omia maksuttomia tai muita vähäkustanteisia liikuntatiloja.



Kuortaneen liikunnan toimintaympäristön nykytilaa voidaan kuvata nelikenttäanalyysin (Taulukko 1 – SWOT analyysi) avulla. Sen avulla voidaan arvioida tulevaisuuden mahdollisuuksia ja uhkia.

TAULUKKO 1: SWOT - nelikenttäanalyysi liikuntatoiminnan nykytilasta

	Vahvuudet	Heikkoudet
Sisäiset	<ul style="list-style-type: none"> • Liikunta nähdään tärkeänä osana kuortanelaista identiteettiä ja kulttuuria. Perinteiset juhannuskisat luovat sukupolvia ylittävän linkin sekä ovat tärkeä osa kunnan historiaa. • Monipuolinen liikuntapaikkaverkosto. • Kuortaneen Urheiluopisto on tärkeä toimija eri tavoin (kunta-opisto palveluyhteistyö on luontevaa). • Aktiiviset ikäihmiset ovat voimavara ja mahdollisuus. • Lapset ja perheet ovat hyvin huomioitu liikuntatoimen palveluissa. • Liikuntapalvelut toimivat poikkihallinnollisesti kunnan sisällä ja ovat verkostoituneet lähikuntien kanssa. 	<ul style="list-style-type: none"> • Henkilöstöressurssien vähyys rajoittaa palvelutarjontaa ja kehittämistä. • Liikuntapalvelut kohdentuvat edelleen liian pieneen joukkoon. • Vähän liikkuvien määrä on edelleen iso. Osaltaan tiedotus ja tarjonta kohdistuu liikaa aktiivisiin ihmisiin. • Toimijoiden vähyys yhdistyksissä rajoittaa toiminnan toteuttamista, ja ikääntyminen vähentää määrää. • Yhdistystoiminnan rahoitushaasteet sekä vähäinen kiinnostus hankkeisiin. • Nuorille, yläkoululaisille ja lukiolaisille on liian vähän tarjontaa. • Liikuntapaikkamestarin puuttuminen on haaste, liikuntapaikkojen huolto.
	Mahdollisuudet	Uhat
Ulkoiset	<ul style="list-style-type: none"> • Ikäihmisten palveluiden laajentamisella saadaan lisää toimintakykyisiä vuosia sekä parannetaan elämänlaatua. Heitä kuunnellaan paremmin palveluissa. • Uusi koulu luo uusia mahdollisuuksia kehittää niin koululaisten liikuntaa kuin myös vapaa-ajan liikuntaa. • Hyvinvoinnin kehittämisessä onnistutaan ja kunnan vetovoimaa kasvaa. • Lapset ja nuoret löytävät uusia tapoja liikkua. He ovat myös paremmin osallisena erityisesti heille suunnattujen palveluiden kehittämisessä. • Teknologiset sovellukset auttavat ihmisiä elämään terveellisemmin ja motivoivat liikkumaan sekä löytämään seuraa. • Palveluyhteistyö Kuortaneen Urheiluopiston kanssa laajenee ja tarjonta paranee. Toisaalta kuntaan tulee uusia palveluyrittäjiä liikuntaan ja hyvinvointiin. 	<ul style="list-style-type: none"> • Liikuntatoimen taloudelliset resurssit vähenevät. Ennaltaehkäisevää työtä ei nähdä riittävän tärkeänä. • Kiinnostus omaa terveyttä ja hyvinvointia kohtaan vähenee. Kiire ja stressi estävät ihmisiä ajattelemasta elintapojaan. • Ikäluokat ja syntyvyys pienenee, minkä takia ei muodostu harrasteryhmiä tarpeeksi. • Yhdistykset lopettava toimijoiden ja osallistujien puutteessa. • Ilmastonmuutos vaikeuttaa ulkoliikuntapaikkojen ylläpitoa sekä turvallista käyttämistä muuan muassa liukastumisten kautta. • Lasten etu päätöksissä ja palveluissa on vain muodollisesti huomioitu. • Palvelut ja toimet eivät pysty ennaltaehkäisemään aiheutuneita ongelmia.



2.5 Liikuntastrategian merkitys kunnassa

Liikuntastrategia tulee tarjoamaan monipuolisen ”apuvälineen” tulevien vuosien työlle liikunta- ja hyvinvointipalveluiden kehittämiseksi kunnassamme, missä on monipuolisesti huomioitava nykytila sekä mahdolliset ikärakenteen sekä talouden haasteet. Strategiassa katsotaan tulevaisuuteen, joka haastaa meidät kuitenkin tässä nyt. On osattava sopivasti olla rohkea, mutta myös järkevä, jottei tuhlista tarpeettomasti resursseja. Toivon mukaan asiakirja tukee päätöksentekoa. Tutkimuksellinen näyttö liikkumisen, terveyden sekä hyvinvoinnin välillä on vahva, mutta toimet sen eteen ovat olleet maltillisia. Kyseessä on pitkälli ennaltaehkäisevää työtä, jollei ei sellaisenaan voida löytää kiistattomasti yhteyksiä. Tärkeää on kuitenkin tavoitella hyvää.

Viime-aikaisten tutkimusten mukaan liikunta-aktiivisuudella on suotuista yhteys terveyden ”lukutaitoon” ja ihmisen pärjäämiseen elämässä. Vuoden 2018 LIITU-tutkimustuloksissa (Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen) urheiluseuratoimintaan osallistuvilla oli parempi terveydenlukutaito kuin seuraan kuulumattomilla. Liikunta-aktiivisuutta sekä organisoituun liikuntaan osallistumista onkin tärkeää tukea lapsuudessa ja nuoruudessa, jolloin rakennetaan pohja terveille elämäntavoille. (Kokko & Martin 2019.)

Valtion ja kunnan liikuntahallinnon merkitystä terveyttä edistävän liikuntaharrastuksen ja arkiliikkumisen kokonaisuudessa on syytä arvioida erikseen kolmella eri ”pelikentällä” (Huhtanen & Pyykkönen 2012):

1. Organisoitu liikuntatoiminta & liikuntapaikat;
2. Omatoiminen liikunta & liikuntaan soveltuva ympäristö ja liikuntapaikat ja
3. Arkiliikkuminen (fyysinen aktiivisuus) & liikkumiseen soveltuva ympäristö.

Liikuntahallinnon kotikentällä toimivat myös muut hallinnonalat tuottamalla ”sivutuotteinaan” liikuntaan soveltuvaa ympäristöä (yhdyskuntasuunnittelu jne.) ja liikkumista (eläkeläiskerhot jne.). Suurin osa suomalaista liikunnan harrastajista harrastaa yksin tai ryhmässä organisoituneen liikuntajärjestelmän ulkopuolella. He harrastavat liikuntapaikoilla (uimahallit jne.) ja etenkin muualla liikuntaan soveltuvassa ympäristössä. Näistä harrastajista suurin osa voidaan katsoa kuuluvan terveysliikkujien piiriin, vaikka heidän liikunnallaan ei olisi tietoista terveystavoitetta. (Huhtanen & Pyykkönen 2012.)

Suomalaisten suosimat liikuntaympäristöt ovat yleisimmin muita kuin varsinaisia liikuntapaikkoja: kävely- ja pyöräilyteitä, maanteitä, puistoja, metsiä, järviä jne. Myös vähän liikkuvien harrastuksen aktivointi on enemmän muiden kuin liikuntahallinnon ratkaisusta riippuvainen. Kun



riittämättömästi liikuntaa harjoittavan taustalla olevaan elinympäristöön ja elintapoihin päästään vaikuttamaan monialaisilla hallintoratkaisuilla, kasvaa liikuntaharrastuksen aloittamisen todennäköisyys. Sen sijaan liikuntapää edellä toteutetuilla toimilla on yleensä saatu vaatimattomia ja väliaikaisia tuloksia riittämättömästi liikkuvien aktivoinnissa. (Huhtanen & Pyykkönen 2012.)

Sosiaali- ja terveysministeriössä luotiin vuosikymmenen alussa edelleen käyttökelpoiset valtakunnalliset päälinjaukset terveyttä ja hyvinvointia edistävään liikuntaan vuoteen 2020 saakka (Muutosta liikkeellä 2013.):

1. Arjen istumisen vähentäminen elämäkulussa;
2. Liikunnan lisääminen elämäkulussa;
3. Liikunnan nostaminen keskeiseksi osaksi terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä sekä sairauksien ehkäisyä, hoitoa ja kuntoutusta ja
4. Liikunnan aseman vahvistaminen suomalaisessa yhteiskunnassa.



3 LIIKUNTASUOSITUKSET

Terveyden edistämässä liikkumisella sekä passiivisen istumisen tai paikallaanolon vähentämisellä on suuri merkitys ihmisen terveydelle pitkällä ja lyhyellä aikavälillä. Liikuntasuosituksat luovat pohjan niin toiminnan määrälle kuin sen laadulle. Nykyisellään suositusten toteuttaminen edellyttää paljon yksilön motivaatiota sekä arjen hallintaa. Julkisen toimijana kunnan tulee toimintansa kautta helpottaa yksittäisen ihmisen tai perheen valintoja, painottaen etenkin lasten- ja nuorten mahdollisimman tervettä kasvua ja kehittymistä. Kunta voi kehittää liikkumisolosuhteita- ja ympäristöjä, antaa suoraa taloudellista tukea sekä tarjota ohjausta ja tukea yksilön tai perheen arjessa jaksamiseen.

3.1 0-8-vuotiaat

Lasten ja nuorten liikuntasuosituksia päivitetään vuoden 2020 aikana, ja ne tulevat mukailemaan aiempia suosituksia. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten (kuvio 3.) mukaan alle kahdeksanvuotiaiden lasten tulisi liikkua vähintään kolme tuntia päivässä vaihtelevasti ja monipuolisesti. Suositukset perustuvat laajaan tutkimusnäyttöön fyysisen aktiivisuuden yhteyksistä lasten terveyteen ja hyvinvointiin. Tutkimusnäytön perusteella fyysisellä aktiivisuudella on suotuista vaikutus lasten kehon koostumukseen, sydäntautien riskitekijöihin, luuston terveyteen, fyysiseen kuntoon ja motorisiin taitoihin. Lisäksi fyysinen aktiivisuus saattaa parantaa lasten kognitiivisia toimintoja. Fyysisen passiivisuuden ja erityisesti ruutuajan vähentäminen näyttäisi parantavan kehon koostumusta, fyysistä kuntoa, kognitiota ja oppimista. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.)



Kuvio 3. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten. (OKM).



Pienten lasten pääasiallisena liikuttajina toimivat perheet ja muut kasvatuksesta sekä ohjauksesta vastaavat aikuiset. Heidän tulee tarjota lapselle mahdollisuus liikkua riittävän monipuolisesti, mutta myös sopivasti rentoutua sekä rauhoittua, nukkua riittävästi ja saada terveellistä ravintoa. Lapsen ympärillä on hyvä pystyä luomaan toiminnallinen arki, jossa kaikilla tekijöillä on oma roolinsa ja vastuunsa (kuvio 4.).



Kuvio 4. Lasten fyysinen aktiivisuus on iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. (OKM).

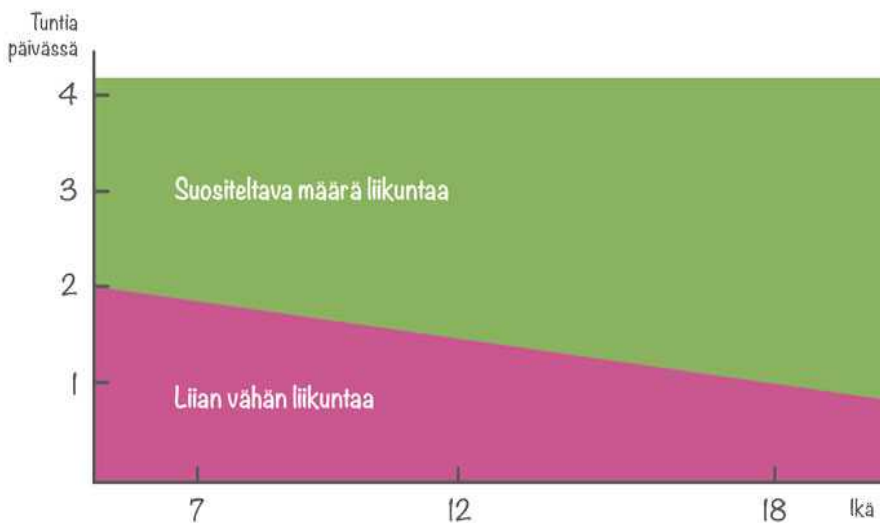
3.2 7-18-vuotiaat

Lasten ja nuorten liikuntasuosituksia uudistetaan vuoden 2020 aikana laajana yhteistyönä UKK-instituutin johdolla. Voimassa olevien fyysisen aktiivisuuden suositusten (kuvio 5.) mukaan jokaisen 7–18-vuotiaan tulisi liikkua päivittäin 1–2 tuntia. Liikunnan tulisi olla monipuolista ja ikään sopivaa, ja yli kaksi tuntia kestäviä istumisjaksoja tulisi välttää. Ruutuaikaa saisi olla enintään kaksi tuntia vuorokaudessa. (Fogelholm 2011, 85.)

Yläkouluikäisten liikuntasuosituksien (kuvio 6.) mukaan 13-18-vuotiaiden tulisi liikkua päivittäin ainakin puolitoista tuntia ja puolet siitä reippaasti niin, että hengästyy. Liikunnan tulisi koostua kestävyttä kehittävästä liikunnasta ja lihaksia kuormittavasta liikunnasta. (Opetusministeriö & Nuori Suomi 2008) Kestävyyspainotteista liikuntaa tulisi harrastaa päivittäin, ja tämä voisi olla



esimerkiksi reipasta kävelyä, hölkkää, pyöräilyä, uintia tai hiihtoa. Myös lihasten kuormittaminen olisi suositeltavaa kolme kertaa viikossa, esimerkiksi lumilautailemalla, tanssimalla, pelaamalla pallopelejä tai käymällä kuntosalilla. Yleisesti ottaen nuoren tulisi pysyä liikkeessä aina, kun mahdollista. Päivittäisestä arjesta olisi hyvä löytää liikkumisen mahdollisuuksia siirtymisistä, portaiden käyttämisestä hissien sijaan, koulumatkojen tekeminen kävellen tai pyöräiljet tai pyrkien liikkumaan välitunneilla. Suositukset kehottavat välttämään pitkäaikaista istumista ja pyrkimään pitämään taukoja. (Opetusministeriö & Nuori Suomi, 2008)



Kuvio 5. Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7–18-vuotiaille. (Opetusministeriö & Nuori Suomi, 2008).

Vauhti virkistää!

LIIKU AINAKIN 1½ TUNTIA PÄIVÄSSÄ
 – PUOLET SIITÄ REIPPAASTI



Kuvio 6. Nuorten liikuntasuositus 13-18-vuotiaille. (Opetusministeriö & Nuori Suomi, 2008).



3.3 18-64-vuotiaat

Syksyllä 2019 päivitetty liikuntasuositus 18-64 vuotiaille (kuvio 7.) korostaa aiempien määrämittaisten (30 min tai 10 min) liikuntatuokioiden sijaan kaikenlaista liikuskelua ja touhuamista eri paikoissa ihmisen arjessa. Jokainen askel ja askare kannattaa todellakin ottaa, sillä jo pienikin liikuskelu aktivoi lihaksia, vähentää kehon kuormittumista ja lisää tuki- ja liikuntaelimestön hyvinvointia. Mutta toisaalta unen määrää sekä laatuakaan ei voi unohtaa, sillä riittävä uni takaa aivoillekin mahdollisuuden levätä hetkessä ja ärsykeitä tulvivassa arjessa. (UKK-Instituutti 2019a.)



Kuvio 7. Viikoittainen liikkumisen suositus 18- 64-vuotiaille (UKK-Instituutti).



3.4 Yli 65-vuotiaat

Viikoittainen liikkumisen suositus yli 65-vuotiaille (kuvio 8.) tiivistää terveyden kannalta riittävän viikoittaisen liikkumisen määrän ja antaa esimerkkejä liikkeen lisäämiseen arjessa. Kymmenen vuotta käytössä ollut liikuntapiirakka yli 65-vuotiaille on samalla muuttunut 65+ liikkumisen suositukseksi. Ikäihmisten suosituksessa painotetaan 18–64-vuotiaiden suosituksia enemmän lihasvoimaa ja tasapainoa, joilla on vaikutusta erityisesti arjessa selviytymiseen, liikkumiskykyyn sekä esimerkiksi kaatumisten ehkäisyyn. Suositus korostaa liikkumisen monipuolisuutta. Tavoitteena on toimintakykyä ylläpitävä tai parantava liikkuminen. (UKK-Instituutti 2019b.)

Yli 65-vuotiaiden liikkumisen suosituksen keskiössä ovat seuraavat asiat (UKK-Instituutti 2019b.):

- Lihasvoimaa, tasapainoa ja notkeutta tulisi harjoittaa ainakin kaksi kertaa viikossa.
- Sydämen sykettä kohottavaa liikettä eli reipasta liikkumista suositellaan ainakin 2 tuntia 30 minuuttia viikossa. Samat terveyshyödyt saa, kun lisää liikkumisen tehoa reippaasta rasittavaksi. Tällöin liikkumisen määrän tulisi olla ainakin 1 tunti 15 minuuttia viikossa.
- Kevyttä liikuskelua tulisi kuulua päivään mahdollisimman usein.
- Näiden monipuolinen yhdistely edistää parhaiten terveyttä ja toimintakykyä.



Kuvio 8. Viikoittainen liikkumisen suositus yli 65-vuotiaille (UKK-Instituutti)



4 LIIKUNTAKYSELY

Liikuntastrategian valmisteluvaiheessa sen tueksi toteutettiin laaja liikunta- ja terveyskysely, jolla selvitettiin liikuntapalveluiden nykytilaa ja löytämään kehittämistoimia. Osana strategiatyötä järjestettiin kuulemistilaisuuksia, ja muutoinkin pyrittiin laajasti kuulemaan eri tahoja niin liikkujien kuin palveluiden tuottajienkin näkökulmista. Syksyllä 2019 tehdyllä kyselyllä selvitettiin myös kuntalaisten koettua terveydentilaa sekä liikunnallista aktiivisuutta.

Kuortaneen liikunta- ja terveyskyselyyn vastasi 218 ihmistä. Kyselyn perusteella kuntalaisten terveysmuuttajat olivat varsin hyviä. Istumisen määrä oli keskimäärin 5 tuntia päivässä, unen määrä noin 7 tuntia yössä, ja koettu terveyden tila oli keskimäärin hyvä. Voimassa olevat liikuntasuositukset toteutuivat joko kaikilta osin tai pääosin. Liikkumisen määrää eniten rajoittavat tekijät olivat: ajanpuute, perheeseen tai lapsiin liittyvät tekijät, väsymys tai stressi tai ohjatun liikunnan vähyys. Vastaajien arki- ja kuntoliikunnan määrässä havaittiin lisästarvetta hieman tai paljon.

Kyselyn mukaan kuntalaiset harrastavat eniten omatoimista ulkoilua, hyötyliikuntaa, kuntosaliharjoittelua, uinti- tai vesiliikuntaa sekä ohjattua liikuntaa. Oman liikuntaharrastuksen kannalta tärkeinä tekijöinä pidettiin liikuntapaikkojen kuntoa, ohjatun liikunnan saatavilla olevaa tietoa, sosiaalista tai työnantajan tukea, liikuntaa tarjoavien yhdistysten aktiivisuutta, liikuntaharrastusten kustannuksia ja uusien lajien kokeilua.

Kyselyssä selvitettiin myös viikoittaista sisä- ja ulkoliikuntapaikkojen käyttöä. Näiden perusteella kunnan omia tiloja, kuten koulujen saleja käytettiin harvemmin verrattuna Kuortaneen urheiluopiston sisäharjoittelutiloihin (kuntosalit, liikuntahallit). Ulkoliikuntapaikkojen käytön osalta tiet, kevyen liikenteen väylät sekä ulkoreitistöt olivat kaikkein suosituimpia paikkoja. Tämän lisäksi koulujen lähiliikuntapaikat sekä urheilukenttä olivat käytöltään aktiivisimpia alueita. Kuortaneen liikuntatarjonnassa hyvin toteutuviksi asioiksi mainittiin liikunnan harrastamisen edullisuus, liikuntapaikkojen sekä kevyen liikenteen väylien hyvä kunto, liikunta- ja vapaa-aikatapahtumat sekä monipuolinen ohjattu liikuntatoiminta. Oman liikkumisen kannalta eniten toivottuina ja kiinnostavina palveluina pidettiin liikuntaneuvontaa, erityisliikuntamahdollisuuksia, kuntosalikursseja, avoimia palloiluryhmiä tai höntsävuoroja, matalan kynnyksen liikuntaryhmiä (myös nuorille ja aikuisille), uintikoulua, ikäihmisten liikuntaryhmiä ja perheliikuntamahdollisuuksia.



5 LIIKUNTASTRATEGIAN TAVOITTEET JA TOIMENPITEET

Strategiatyön tarkoituksena on löytää keskeisiä tavoitteita ja toimia, joilla liikuntaa kehitetään tulevana vuosina. Toimenpiteet ovat toteutettavissa suhteellisen helposti, mutta ne edellyttävät monipuolista yhteistyötä eri tahojen kanssa. Liikunta-aktiivisuuden kasvattaminen on yksi tärkeimmistä tavoitteista, mikä koskettaa kaikkia kuntalaisia. Kuortanelaisille ulkoliikunta on tärkeää, minkä myös vuoden 2020 koronavirusepidemia on osoittanut. Kunnan tulee nähdä tärkeä roolinsa ulkoliikuntapaikkojen kehittämisessä. Pienessä kunnassa yhden toimialan resurssit eivät riitä kaikkeen, vaan tarvitaan aktiivinen harrastustoiminta, jonka järjestämisestä vastaavat pääosin yhdistykset ja seurakunnat, minkä tukeminen eri tavoin on tärkeää. Tämän lisäksi erilaiset tapahtumat ja tempaukset ovat luonnollinen osa kuortanelaista liikuntaidentiteettiä, ja ne saavat etenkin iäkkäämmät ihmiset liikkumaan säännöllisesti.

5.1 Monipuolinen yhteistyö tuottaa parempaa tulosta

Kuntalaisten hyvinvoinnin kehittäminen edellyttää monipuolista yhteistyötä eri toimijoiden kanssa. Liikuntastrategian tavoitteena on rakentaa moniammatillisesti toimivia yhteistyöverkostoja ja -malleja, joilla pyritään parantamaan yksilöiden tai perheiden terveellistä elämäntapaa ja hyvinvointia omassa arjessaan. Painopiste olisi kaikin tavoin ennaltaehkäistä mahdollisia haasteita tai ongelmia niin liikkumisen kuin muidenkin elintapojenkin suhteen. Päätöksenteossa olisi hyödynnettävä ajankohtaista tietoa kuntalaisten terveydestä, ja hyviä terveyskäytänteitä sekä elintapoja koskevaa tutkimustietoa.

Tavoitetilassa kunnan liikuntatoimi tekee aktiivisesti yhteistyötä eri tahojen kanssa, jossa kukin toimija tuntee vastuunsa, ja pyrkii ohjaamaan apua tarvitsevat ihmiset riittävän ajoissa oikean tahon tuen piiriin. Toimien pitäisi heti alusta alkaen olla riittävän tehokkaita sekä pitkäkestoisia (varhainen puuttuminen). Samalla yksilöä ja hänen elämäntilannettaan huomioidaan eri tavoin. Erityisesti sivistyspuolen ja sote-puolen toimijoiden yhteistyötä ja tiedonjakamista tulisi kehittää, jotta erityisesti vähän liikkuvat tai muutoin liikuntaa tarvitsevat saavat aktiivisesti tukea. Liikuntatoimi järjestää myös yksilölle tai perheelle liikunta- ja terveysneuvontaa.

Yhteistyötä on tehtävä myös päätöksenteon yhteydessä, jossa pyritään ennakoimaan toimien mahdolliset vaikutukset (positiiviset ja negatiiviset) esimerkiksi kuntalaisten terveydelle ja hyvinvoinnille. Liikuntatoimella on oman alansa asiantuntijuus, jota on tuotava esille niin



virallisissa kuin epävirallisissakin yhteyksissä. Lisäksi liikuntatoimi kerää ajankohtaista tietoa liikunnasta, terveydestä sekä hyvinvoinnista, ja jakaa sitä eteenpäin omassa verkostossaan.

Kuortaneella liikuntatoiminnassa Kuortaneen Urheiluopisto sekä kansalaisopisto ovat aktiivisia toimijoita. Tätä yhteistyötä on kehitettävä aktiivisesti, koska niiden palvelut saavuttavat paljon kuntalaisia, jotka eivät välttämättä ole organisoidun seuratoiminnan piirissä. Etenkin opiston roolia kunnan liikuntapalveluiden tarjoana on hyvä kehittää laajemmaksi.

Verkostoituminen on yksi mahdollisuus kehittää toimintaa sekä saada lisää toimijoita pienehkön kunnan sisällä. Liikuntatoimen tulisi järjestää vuosittain 2-4 isompaa yhteistä suunnittelutapahtumaa eri tahoille, jossa jaetaan tietoa sekä keskustellaan ajankohtaisista liikuntaan liittyvistä asioista. Samalla voidaan tarjota pienimuotoista koulutusta esimerkiksi yhdistystoiminnan kehittämiseksi. Ihmisten kansalais- ja yhdistystoiminta ovat eri tavoin mahdollisuus kehittää yhteisöä ja luoda sosiaalisia kontakteja tai tukiverkostoja.

5.2 Kuntalaisten liikunta-aktiivisuuden kasvattaminen

Liikuntastrategian tavoitteena on lisätä kaiken ikäisten kuortanelaisten liikkumista osana elämää ja arkea. Liikunta-aktiivisuuden kulmakivenä nähdään arkiliikunta ja muu aktiivinen toiminta koko päivän ajan. Täten omatoimisen liikkumisen edellytyksiä edelleen kehitetään eri tavoin, jossa liikuntaväylien ja -paikkojen toimivuus sekä turvallisuus on tärkeää. Koronavirusepidemia on tarjonnut hyviä perusteluita omatoimisen liikkumisen kehittämiseksi.

Liikuntapalveluiden kohdentamisessa tulee pyrkiä tasapuolisuuteen ja löytämään eri ryhmille (ikä ja sosiaalinen tausta huomioiden) sopivia toiminnan muotoja. Kunnassa olisi hyvä kohdentaa liikuntapalveluita varhaiskasvatukseen sekä lapsiperheille, koululaisille ja erityisesti vähän liikkuville lapsille sekä nuorille. Kunnassa on paljon aktiivisia lapsia (6-12v), mutta myös vähän liikkuvia, joiden mahdollisuus tai kiinnostus liittyä esimerkiksi harrastustoimintaan on joko motivaation, sosiaalisten tai taloudellisten tekijöiden takia on vaikeampaa.

Yläkouluun siirryttäessä lasten ja nuorten väliset erot liikkumisessa ja harrastamisessa kasvavat, mikä johtuu osaksi heille kohdennettujen harrastusmahdollisuuksien rajallisesta tarjonnasta. Tähän on pyrittävä etsimään ratkaisuja, joko lisäämällä suoraan kunnan omaa tarjontaa tai välillisesti tukea muita tahoja toiminnan järjestämissä (yhdistykset, opisto, kansalaisopisto).



Kunnan kasvava ikäihmisten määrä kaipaa heille suunnattua toimintaa, jonka tarkoituksena on parantaa heidän toimintakykyään (fyysinen, psyykinen, sosiaalinen), jotta he selviytyvät paremmin arjestaan sekä pysyvät terveempinä. Erilaiset tempaukset ja kerhot ovat tärkeä osa toimintaa, joista tiedottamista pitää tehostaa. Onnistuminen aktiivisuuden lisäämisessä edellyttää aktiivista kuulemistä ja asiakkaiden toiveiden huomioimista, koska tällöin voidaan paremmin kohdentaa vähäisiä resursseja, ja jopa karsia päällekkäisiä tai kustannustehottomia toimia.

Terveyserojen kaventaminen on huomioitava tulevaisuudessa, koska nykyisinkin kunnassamme elää varsin erilaisessa terveydellisessä asemassa olevia ihmisiä, jotka tarvitsevat tukea ja apua. Olisi hyvä päästä yksilöllisempään terveys- ja elintapaohjaukseen, jossa pystytään pureutumaan yksilön haasteisiin sekä mahdollisiin esteisiin. Liikuntatoimella on hyvä tietämys kunnan eri liikuntatoimijoista, mutta sillä itselläänkin on oltava riittävästi henkilöstö- tai palveluresursseja asian kehittämiseksi. Liikunnan maksuttomuus ja halpuus ovat tärkeitä tekijöitä, minkä takia kuntalaisten 1€ liikuntaetua kannattaa edelleen kehittää ja laajentaa. Lisäksi on tarjottava taloudellista tukea liikuntaharrastusten kustannuksiin vähävaraisille, joiden syrjäytymiskehitykseen vaikuttaa esimerkiksi harrastusten puute (harrastustakuu).

Kunta voisi tarjota harrastustakuun kaikille lapsille ja nuorille, jolloin tarjonta ja maksuttomuus voidaan yhdistää luontevasti yhteistyössä yhdistysten kanssa. Tarkoitus olisi löytää jokaiselle lapselle ja nuorelle mieleinen harrastus, missä kunnan tilat (sisä- ja ulkotilat) avataan harrastustoiminnan käyttöön. Harrastustoiminta olisi painottunut iltapäivään sekä alkuiltaan, ja erityisesti iltapäiväkerhotoiminnassa olisi paljon kehitettävää. Myös uusia harrastuspaikkoja tulisi kartoittaa yhteistyössä lasten ja nuorten kanssa, mistä esimerkkinä innostus skeittailun tai pump track alueen saamiseksi kuntaan. Tätä toimintaa tulee kehittää sekä etsiä rahoitusmalleja toteuttamiseen, esimerkiksi hankkeista.

Liikuntatoimi ylläpitää harrastus- ja liikuntakalenteria, johon kootaan eri toimijoiden säännöllisiä harrastusmahdollisuuksia sekä tapahtumia. Tämä tieto on kootusti saatavilla aluksi sähköisesti, mutta jatkossa se olisi saatavilla koteihin jaettavana painettuna oppaana, mikä toimisi myös liikunta- ja terveysneuvonnan sekä sosiaalipalveluiden tukena. Lisäksi teknologia tukee toimintaa.

Liikunta-aktiivisuuden lisääminen edellyttää toimintatapojen muutosta, mutta myös lisäresursseja niin henkilöstön kuin rakenteidenkin osalta. Hankkeet tai muu kohdennettu avustusrahoitus on hyvä mahdollisuus kasvattaa resursseja, mutta talousarvioissa on huomioitava toimien riittävä rahoitus. Hankkeita on hyvä suunnitella niin kunnan toimialojen välillä, mutta erityisesti yhteistyössä eri yhdistysten kanssa, joissa kunta antaa tukea esimerkiksi hankesuunnitelmien laadintaan ja itse toteuttamiseen.



5.3 Ulkoliikuntamahdollisuuksien parantaminen

Vuoden 2020 koronavirusepidemia osaltaan vahvisti käsitystä ulkoliikuntapaikkojen ja myös muiden omatoimisten liikuntapaikkojen tärkeydestä. Tulevaisuudessa kunta kehittää erityisesti ulkoliikuntamahdollisuuksia, missä ylläpidetään olemassa olevia liikuntapaikkoja sekä kehitetään uusia paikkoja. Nämä peruspalvelut on oltava saatavilla maksutta ja lähellä, minkä takia kylien ulkoliikuntapaikkoja sekä -välineitä kehitetään kunnan ja hankkeiden kautta.

Kuntaan laaditaan kävelyn ja pyöräilyn edistämissuunnitelma, joka osaltaan auttaa kohdentamaan toimia tulevaisuudessa. Tämän yhteydessä selvitetään nykytila ja mahdolliset kehittämistoimet, joihin on saatavilla jo nykyistenkin ohjelmien puitteissa hankerahaa. Kävely ja pyöräily ovat meidänkin kuntalaisten aktiivisimpia liikuntamuotoja, ja ne on helposti yhdistettävissä arkiliikuntaan sekä siirtymisiin esimerkiksi kouluun, harrastuksiin tai töihin. Tässä erityisesti kevyen liikenteen väylien verkosto ja turvallisuus ovat keskeisiä asioita.

Ulkoilureitistöjen osalta kunta on aktiivisesti mukana Kuuden Tähtien reitistön kehittämishankkeessa yhdessä lähikuntien kanssa. Vuoden 2020 aikana on käynnistynyt kehittämishanke, jossa reitistöä tiivistetään kuntia yhdistävän runkoreitistön osalta vähentämällä vähän käytettyjä reittejä, mutta samalla kohdentamalla ylläpitoa toimivina koettuihin reitteihin. Kehittämisessä on huomioitava myös erityisliikunnan tarpeet ja reitistön saavutettavuus, jotta kaikilla kuntalaisilla on mahdollisuus liittyä siihen. Kuortaneen puolella on alustavasti tavoitteena perusparantaa ja merkitä reitistöä esimerkiksi seuraavilla alueilla: reitti 1 Kuortaneen Urheiluopisto-Kainuunvuori-Kaaranka-Valkealampi, reitti 2 Urheiluopisto-Haarajärvi-Kaaranka, reitti 3 Kaatiala – Sarvikkaan koski – Sarvineva – Virtala – Valkealampi. Reittien perusparannus ja ylläpito edellyttää resursseja, missä tehdään yhteistyötä paikallisten yhdistysten kanssa esimerkiksi ylläpitoavustusten kautta.

Reittien ylläpito edellyttää niiden aktiivista käyttöä sekä uusien toimintamuotojen löytämistä muun muassa hiihdon, polkujuoksun ja maastopyöräilyn kehittämisessä. Vuosina 2017-2019 on tehty kehittämishanke maastopyöräilyn kehittämiseksi yhteistyössä Kuortaneen Urheiluopiston kanssa. Reittien tunnettavuuden lisäämiseksi järjestetään tempauksia ja tarjotaan koulujen vuosisuunnitelmiin luontoliikuntapäiviä, joita tuetaan liikuntatoimen kautta yhteistyössä kyläyhdistysten ja liikuntaseurojen kanssa (esim. Kuortaneen Latu).

Ampumaradan ja Kymppinmajan maasto tulee jatkossakin olemaan merkittävä liikunta-alue, jonka perusparantamista on tehtävä niin käyttötalouden kuin investointienkin kautta. Myös Aholankankaan eli opiston alueen reitistön kehittämisen osalta tehdään yhteistyötä Opiston



kanssa. Kortesmäen alueelle on suunnitteilla luontoreitti laavun kera, minkä tekeminen edellyttää joko hankerahaa tai kunnan omaa investointipanostusta. Lisäksi kuntoportaiden osalta on kunnassa herännyt kiinnostusta, mihin etsitään sopivaa paikkaa sekä toteuttajatahoa. Lasten ja nuorten puolelta on herännyt kiinnostusta aiemmin mainitulle skeitti- ja pump track puistolle sekä omalle lähiliikuntapaikalle keskusta-alueelle. Nämä kaikki ovat kuntalaisilta heränneitä toiveita, joiden toteuttamiseksi kunnan on oltava aktiivinen ja kohdennettava liikuntatoimen resurssia muun muassa suunnittelun avuksi.

Ilmastonmuutos on osaltaan haastanut talviliikunnan harrastusmahdollisuudet. Tulevaisuudessakin kunta pyrkii tarjoamaan erilaisia talviliikuntamuotoja esimerkiksi hiihdon ja luistelun osalta. Pakkasten saavuttua pyritään mahdollisimman nopeasti avaamaan koulujen jääkentät sekä tarjoamaan latuja. Luistelun osalta kunta tehostaa jäähallin oppilas- sekä vapaa-ajan käyttöä. Hiihdon osalta Alajärven puolella sijaitseva Valkealammen ulkoilu- ja hiihtomaasto tarjoaa etenkin talvisin luotettavat olosuhteet, joiden käyttöä tuetaan esimerkiksi hankkimalla kuntalaisille kausikortteja kirjastoon lainattavaksi tai mahdollistamalla 1€ liikuntaetu hiihtomaastoihin. Toistaiseksi Kuortaneen kunnan osalta ei ole järkevää rakentaa omaa lumen varastointia esimerkiksi opiston alueen latuverkoston käyttämiseen alkutalveksi.

5.4 Harrastustoiminnan edellytysten kehittäminen

Kuortaneella on pitkät perinteet liikunnassa, jossa on merkittävä rooli yhdistyksillä ja seuroilla. Tästä esimerkkinä Kuortaneen Kunnan 100-vuotisjuhlavuotta vietetään 2021 aikana, joka näkyy eri tavoin vuoden aikana. Tulevaisuudessakin on erittäin tärkeää tukea eri tavoin kolmannen sektorin toimintaa kunnan puolelta. Liikuntalain perusteella kunnan tulee luoda edellytyksiä seuratoiminnan jatkumiseen tarjoamalla joko maksuttomia tai halpoja liikuntatiloja sekä ylläpitämällä niitä hyvässä kunnossa. Kunnan rooli on tukea kuortanelaiden yhdistysten elinvoimaa, jotta ne pystyvät monipuolisesti tarjoamaan palveluitansa harrastajille. Erityisesti liikunta-avustuksien merkitys tulee korostumaan tulevaisuudessakin, ja niiden määrä sekä perusteita on syytä päivittää vastaamaan paremmin toimintan kohdentumista. Avustuksilla ja erilaisilla tuilla pystytään pitämään harrastuksen kustannukset alhaalla tai jopa maksuttomina. Liikuntasihteri tukee omassa työssään yhdistysten toimintaa tarjoamalla osaamista, tietoa tai välineitä. Yhdistyksiä tuetaan myös yhdessä aluejärjestöjen (PLU) sekä muiden tahojen kanssa.

Tulevaisuuden kansalais- ja yhdistystoiminta edellyttää jatkuvuutta, minkä takia tarvitaan kokoajan lisää aktiivisia toimijoita. Haasteena tulee olemaan uusien nuorten ja aikuisten saaminen toimintaan, mikä edellyttää toiminnan parempaa organisoitumista sekä houkuttelevuutta. Uudet



toimijat edellyttävät riittävästi tukea kokeneilta henkilöiltä ja toiminnan pitää olla mielekästä sekä sopivasti arkea kuormittavaa. Liikuntaseurojen puolella on luonnollista, että vanhemmat ovat mukana lastensa toiminnan tukena, mikä on samalla hyvä mahdollisuus aikuisille verkostoitua ja löytää vertaistukea. Tämä kannattaa nähdä mahdollisuutena myös heikossa sosiaalisessa asemassa olevien perheiden tukemisessa (syrjäytymisen ehkäisy).

Lapsille ja nuorille tarjotaan jatkossakin niin matalan tason harrastustoimintaa kuin myös kilpailutoimintaa, minkä tukeminen kuuluu myös kunnan rooliin niin tilojen kuin avustuksienkin osalta. Urheilun harrastaminen nähdään tärkeänä ihmisenä kasvamisen prosessina, joka vahvistaa myös ihmisen osaamista monipuolisesti. Haasteena tulee olemaan pienevät ikäluokat sekä kilpailupainotteinen harrastustoiminta. Avustuksia pyritään kohdentamaan ja keskittämään toiminnan tehostamiseksi sekä tasapuolistamiseksi, minkä takia vuoden 2021 aikana avustusperusteita kehitetään.

Kunta tekee aktiivista yhteistyötä Kuortaneen Urheiluopiston kanssa, ja pyrkii lisäämään esimerkiksi liikuntakoulutuksessa olevien osuutta kunnan harrastustoiminnan kehittämisessä sekä määrän ja laadun parantamisessa.

5.5 Liikuntatapahtumien ja -kampanjoiden kehittäminen

Kuortaneella on varsin aktiivinen liikuntatapahtuma- ja tempauskulttuuri, joista esimerkkinä muun muassa kunnan ylläpitämät toimet kuten mestariliikkujakampanjat (v. 2019 123615km), kesäpyöräily (v.2019 48130km) ja Kuortaneshiihto. Näiden ylläpitäminen ja kehittäminen vaatii kunnalta toimia, ja erityisenä haasteena on löytää uusia muotoja erityisesti työikäisten ja nuorten aktivoimiseksi. Lapsiperheille sekä ikäihmisille pystytään varsin hyvin tarjoamaan tapahtumia eri yhdistysten kautta. Nämä kaikki muokkaavat käsitystä Kuortaneesta liikunta- ja urheilupitäjänä sekä luovat näkyvyyttä. Jatkossa tapahtumien järjestelyt jaetaan yhdistyksien ja kunnan välillä, mitä myös avustuksin tuetaan. Tempausten palkinnot ja muistamiset ovat luonnollinen osa motivaation lisäämistä sekä kannustamista.

Sivistystoimen puolella on vuosittain niin koululiikuntatapahtumia kuten muitakin liikuntatapahtumia, joissa liikuntatoimi on mukana. Lisäksi järjestetään erilaisia liikuntahaasteita ja -tempauksia varhaiskasvatukseen ja koulujen arjessa. Kuortane on saanut useiden vuosien ajan kehittämisrahaa Liikkuva koulu -toimintaan sekä nyt Liikkuva varhaiskasvatus ideologian



kehittämiseen. Näissä hankkeissa toimien pyritään jäävän osaksi yksiköiden arkea. Hankkeiden kautta on saatu erilaisia tapahtumia aikaiseksi, joista osa on jatkunut.

Kuortaneen imago liikunnallisena kuntana on pitkän historian seurausta, missä tärkeitä tekijöitä ovat muun muassa Kuortaneen Urheiluopisto, Kuortaneen urheilulukio, Kuortaneen Kunto sekä Kuortane Games (ent. Kuortaneen Juhannuskisat tai Eliittikisat). Ne kaikki ovat vieneet Kuortanetta niin kansalliseen kuin kansainväliseenkin tietoisuuteen, mutta osaltaan muovanneet identiteettiämme liikunnallisena pitäjänä. Tämän kaiken vaaliminen on tärkeää kunnalle.

Kuortane Games yksittäisenä tapahtumana tarjoaa perinteen, joka edellyttää huomattavaa määrää osaavia vapaaehtoisia. Heille tapahtuma on joko vuosittainen perinne tai vain tapa viettää yhdessä aikaa. Se on myös iso voimavara pienelle kunnalle, joka pystyy vuosittain järjestämään noinkin ison kansainvälisen tapahtuman, mikä edellyttää 200-250 vapaaehtoista. Kunta pyrkii yhteistyössä Opiston ja Kunnan kanssa ylläpitämään ja kehittämään tapahtumaa, jolla on merkittävä markkina-arvo ja erityinen paikka suomalaisessa urheiluperinteessä, mistä kannattaa pitää kiinni. Liikuntasihteerin rooli pääsihteerinä on kunnalta iso satsaus, jonka jatkumista on hyvä jatkaa, mutta samalla taata riittävät resurssit muun toiminnan ylläpitämiseen ja kehittämiseen.

5.6 HYTE-kertoimen parantaminen

Kunnille on suunniteltu otettavan käyttöön hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen valtionosuuden lisäosa eli HYTE-kerroin. HYTE-kerroin on kannustin, joka tarkoittaa, että kuntien rahoituksen valtionosuuden suuruus määräytyy osaksi niiden tekemän hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyön mukaan. (THL, 2019c.) HYTE-kertoimesta tarkemmin myös kappaleessa 2.2. ja kuviossa 1.

Sotkanet.fi on THL:n palvelu, josta löytyy monipuolisesti tilastotietoja suomalaisten terveydestä ja hyvinvoinnista, jota voitaisiin hyödyntää laajemminkin kunnissa. Sen mukaan vuoden 2018 tietojen perusteella Kuortaneen HYTE-kerroin (0-100 asteikko) olisi 48 (Etelä-Pohjanmaan kuntien keskiarvo 57), jonka mukaan mahdollinen valtionosuuden lisäosuus olisi 7,6 euroa / asukas (EP ka 8,9€), mikä tekisi viimeisimmän virallisen asukasluvun mukaan rahassa noin 27 000 euron lisäosaa. Prosessi-indikaattorien keskiarvo oli 43 (EP:n ka 55), jotka kuvaavat laajasti tekemisiä aina johtamisesta, seurannasta ja arvioinnista, resursseista ja kuntalaisten osallisuuden edistämisestä käytännön tekemisiin, missä tärkeää on myös työn pitkäjänteisyys ja suunnitelmallisuus.



Tulosindikaattorien keskiarvo oli 54 (EP ka 58), ja nämä tekijät mittaavat muutoksia kunnan asukkaiden terveydessä ja hyvinvoinnissa viimeisten kahden vuoden aikana. (HYTE-kerroin, 2018.)

Yhtenä tavoitteena on parantaa molempia indikaattoreita, ja osaltaan tämäkin strategia-asiakirja on yksi askel niissä. Etenkin prosessi-indikaattorien puolella oli parannettavaa kaikkien toimijoiden puolella (kuntajohto, liikunta sekä peruskoulu). Tämä edellyttää julkisen toimijan aktiivisempaa roolia liikunnan ja terveyden kehittämisessä kaikilla tahoilla, sekä asioiden huomioimista päätöksenteossa. Lisäksi terveyttä edistävien toimien kehittäminen edellyttää henkilöstöressurssien lisäämistä, joka on osaksi mahdollista saada takaisin parantuneena valtionosuutena.

5.7 Kehittämistoimien arviointi

Liikuntastrategia osaltaan avaa kehittämistarpeita, joiden saavuttaminen edellyttää myös riittävän konkreettisia tavoitteita, joiden rinnalle tarvitaan resursseja (raha, ihmiset, ympäristö). Tavoitteiden saavuttamiseen tarvitaan myös mittareita, joiden kautta voidaan seurata osaltaan toimien tehokkuutta. Mittareiksi sopisivat jo nykyisellään harrastusten, tapahtumien ja näiden osallistujien määrä, liikuntaedun 1€ käyttöaste ikäryhmittäin (eläkeläiset, aikuiset ja lapset), erilaiset kyselyt, liikunta-avustusten haku- ja käyttöaste, liikuntaseurojen toiminnan määrä ja laatu (avustuksen yhteydessä seurantaa), yhdistysten määrä, liikuntaneuvonnan määrä sekä esimerkiksi THL:n tarjoama terveysdata (esim. Sotkanet.fi). Jatkossa liikuntatoimi voisi säännöllisesti kerätä dataa ja tuottaa sitä muun päätöksenteon tueksi.

Tulevaisuudessa kuntalaisilta olisi kerättävä säännöllisesti tietoa esimerkiksi terveydestä, liikunta-aktiivisuudesta, liikuntatoiveista, liikuntapalveluiden käytöstä. Sekä kävelyn- ja pyöräilyn käytöstä.

Kehittämisen tulee olla jatkuva prosessi, jota tehdään yhteistyössä käyttäjien kanssa. Palautetta kerätään säännöllisesti, ja analysointia tuotetaan vuosittain, minkä tulee olla myös läpinäkyvää.



6 LOPPUPÄÄTELMÄT

Kuortaneen liikuntastrategia yrittää katsoa tulevaisuuteen, ja tarjota mahdollisuuksia kehittää toimintaa. Se pyrkii myös avaamaan perusteita liikunnan sekä terveyttä edistävien toimien merkityksestä niin kunnan talouteen, mutta ennenkaikkea yksittäisen kuntalaisen terveyteen. Lainsäädäntö ja velvoitteet liikunnan kehittämiseksi kunnissa ovat laajentuneet vuosien saatossa, minkä takia rerusseja tulisi enemmänkin lisätä kuin vähentää. Toivon mukaan sote-uudistuksen myötä panostetaan enemmän ennaltaehkäiseviin toimiin ja kuntalaisten terveydentilan kehittämiseen, josta myös palkitaan eri tavoin.

Muutos ja haasteet niin talouden kuin terveyden puolella ovat pakottaneet kaikki toimijat kehittämään omaa toimintaansa. Esimerkiksi vuonna 2020 alkanut koronavirusepidemia pakottaa uudelleenorganisoimaan ja muuttamaan liikunnan toteuttamista, ei se siltikään poista liikunnan positiivista ja laajaa terveysvaikutusta niin kasvulle ja kehitykselle, mutta myös jokapäiväiselle terveydelle. Nykyaikana julkisen toimijan rooli liikuntapalveluiden tuottajana on edelleen tärkeä, mutta haasteena onkin pienien paikkakuntien kuten Kuortaneen kolmannen sektorin toimijoiden väheneminen. Kunnan on edelleen oltava aktiivinen osapuoli, joka itse tarjoaa palveluita, tukee muita osapuolia tarjoamaan palveluita sekä ylläpitää ja kehittää liikuntaolosuhteita.

Tämän strategiatyön myötä kunnan merkitystä liikuntapalveluiden saralla halutaan lisätä, jotta tulevaisuudessakin liikunnan asema säilyy vahvana. Tärkein ja isoin tavoite on kasvattaa kuntalaisten liikunta-aktiivisuutta eri toimin käsittäen liikkumisen arjessa ja harrastustoiminnassa, painottaen omatoimisen liikkumisen edellytysten parantamista. Ensimmäisenä halutaan lisätä yhteistyötä eri osapuolien kanssa, alkaen riittävästä avoimuudesta sekä tiedonsaannista päätöksenteossa ja päättyen laajaan käytännön yhteistyöhön toteuttajatahojen (mm. kunnan toimialat, seurat, yhdistykset, urheiluopisto, kansalaisopisto). Liikuntapalveluiden tarjontaa ja saavutettavuutta pyritään kohdentamaan monipuolisesti, pyrkien kehittämään liikkumisen rajoitteita ja esteitä, jotta kaikilla kuntalaisilla olisi mahdollisuus liikkua enemmän. Toimintaa kohdistetaan etenkin vähän liikkuviin, nuoriin 12-18-vuotiaisiin, työikäisiin sekä erityisliikuntaa vaativiin ryhmiin. Palveluiden parantamisen tueksi kunta hakee monipuolisesti avustuksia sekä osallistuu aktiivisesti erilaisiin kehittämishankkeisiin.

Ulkoliikunnan harrastamisen edellytyksiä kehitetään ja luodaan myös uusia mahdollisuuksia. Jo nykyisellään eniten käytetyt liikuntapaikat ovat kävely- ja pyörätiet, joiden tarjonta, toimintakunto sekä turvallisuus ovat tärkeitä. Ulkoilureitistöjä ”herätetään henkiin” yhteistyössä lähikuntien ja yhdistysten kautta. Niiden ylläpitoa kohdennetaan, mutta myös säännöllinen käyttö pitää polut ja reitit paremmassa kunnossa. Ajankohtaisia ulkoliikuntamuotoja kuten ”kuntoportailua”, maastopyöräilyä, skeittailua ja skuuttailua tullaan kehittämään lähivuosina.



Kuntatoimija tarvitsee rinnalleen vahvoja ja toimivia yhdistyksiä, joiden toimintaedellytyksiä tuetaan eri tavoin, jotta he pystyvät tulevaisuudessakin tarjoamaan kohtuullisen edullisia tai maksuttomia liikuntapalveluitaan kuntalaisille. Liikuntatoimen avustukset ovat tärkeä tuen väline, jota pyritään myös kehittämään lähi vuosina.

Kuortane tunnetaan liikunnasta, jossa on merkittäviä urheilu- ja liikuntapahtumia, jotka ovat samalla tärkeä osa kunnan kulttuuria ja identiteettiä. Niitä halutaan kehittää jatkossakin, ja löytää uusia tapoja motivoida liikkumaan.

Edellä mainittujen tavoitteiden toteuttaminen parantaa kuntalaisten terveyttä, mikä toivottavasti näkyy myös positiivisina merkkeinä terveydenhoitomenojen vähentymisenä. Tulevaisuudessa HYTE-kerroin osaltaan tarjoaa kunnalle mahdollisuuden saada valtionosuuden suurempaa lisäosaa myönteisten toimien ja parantatuneiden mittareiden takia.

Toivomme, että liikuntastrategia löytää paikkansa kunnan tulevaisuuden visiossa. Hyvinvointi ja liikunta ovat tärkeitä meille kaikille nyt ja tulevaisuudessa. Tavoitteiden saavuttaminen edellyttää resurssien kasvattamista ja toiminnan keskittämistä. Suunta on tällä hetkellä hyvä, mutta kehityksen sekä vuoropuhelun eri toimijoiden kanssa on jatkuttava aktiivisesti. Teemme tämän meitä varten.



7 LÄHTEET

- Aromaa, A. & Puska, P. 2007. Pohdinta ja johtopäätökset. Teoksessa Pekurinen M. & Puska P. ym. (toim) Terveydenhuollon menojen hillintä: rahoitusjärjestelmän ja ennaltaehkäisyn merkitys. Kansanterveyslaitos. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 4/2007, 139–144.
https://vnk.fi/documents/10616/622950/J0407_Terveysdenhuollon_menojen_hillint%C3%A4.pdf (luettu 20.1.2020)
- Fogelholm, M. 2011. Lapset ja nuoret. Teoksessa Fogelholm, M., Vuori I. & Vasankari T. (toim.) Terveysliikunta. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 76–87.
- Huhtanen, K. & Pyykkönen, T. 2012. Valtion liikuntahallinto terveyttä edistävän liikunnan kokonaisuudessa. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2012:1, 10-15.
<https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2019/09/Valtion-liikuntahallinto-terveytt%C3%A4-edist%C3%A4v%C3%A4n-liikunnan-kokonaisuudessa.pdf> (luettu 15.1.2020)
- Ikonen J, Saaristo V, Hakamäki P, Saukko N, Wiss K & Ståhl T. 2018. Kuntien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen lisäosan laskenta. Menetelmäraportti. THL Työpapereita 36/2018.
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-228-4> (luettu 15.12.2019)
- Kokko, S. & Martin L. 2019 Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2019:1.
https://www.jyu.fi/sport/vln/liitu-raportti_web_28012019-1.pdf (luettu 21.1.2020)
- Kuntalaki 410/10.4.2015, 1§: Lain tarkoitus. Viitattu 7.1.2020.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2015/20150410#O1L1P1>
- Kuntalaki 410/10.4.2015, 22§: Osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuudet. Viitattu 7.1.2020.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2015/20150410#O2L5P22>
- Kuortaneen kunta. 2019. Talousarvio 2020 ja taloussuunnitelma 2020-2022. Viitattu 3.3.2020.
<https://kuortane.fi/wp-content/uploads/TA2020-TS2020-2022.pdf>
- Liikuntalaki 390/10.4.2015, 2§: Lain tavoite. Viitattu 17.1.2020.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150390#Pidp445914720>
- Liikuntalaki 390/10.4.2015, 3§: Määritelmät. Viitattu 17.1.2020.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150390#Pidp446512672>
- Liikuntalaki 390/10.4.2015, 4§: Valtion vastuu. Viitattu 17.1.2020.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150390#Pidp445821760>
- Liikuntalaki 390/10.4.2015, 5§: Kunnan vastuu. Viitattu 17.1.2020.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150390#Pidp446514544>
- Lipas - Suomalaisten liikuntapaikkojen tietopankki. 2018. Liikuntapaikat ja kuntatilastot. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 5.3.2020. <https://lipas.fi/tilastot>
- Muutosta liikkeellä! Valtakunnalliset yhteiset linjaukset terveyttä ja hyvinvointia edistävään liikuntaan 2020. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2013:10.
http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74509/JUL2013_10_Muutosta_liikkeella_verkko.pdf (luettu 17.1.2020)



- Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2018a. Liikuntatoimi tilastojen valossa: Perustilastot vuodelta 2017. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2018:41. Saatavissa 3.1.2020: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-608-9>
- Opetusministeriö & Nuori Suomi. 2008. Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7–18-vuotiaille, Lasten ja nuorten liikunnan asiantuntijaryhmä. Tammelin, T. & Karvonen, J. (toim.) Saatavissa 17.1.20: http://www.ukkinstituutti.fi/filebank/1477-Fyysisen_aktiivisuuden_suositus_kouluikaisille.pdf
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2018b. Valtioneuvoston liikuntapoliittinen selonteko. VNS 6/2018. Saatavissa 17.1.20: <https://valtioneuvosto.fi/delegate/file/46941>
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2016. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä - Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21. Saatavissa 9.3.2020: <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75405/OKM21.pdf>
- Perustuslaki 731/11.6.1999, 16§: Sivistykselliset oikeudet. Viitattu 7.1.2020. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731#L2P16>
- HYTE-kerroin. 2018. Sotkanetin tulostaulukko. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 29.3.2020. https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/taulukko?indicator=szbMKrE21tM1BAA=®ion=VVBJCgNBCPxRg0szDL4jl1w8BHLN_2- jlpMYGtSuKlfjxU7KxoucV7p7AirJhUX0fH5RcT2T0NiuihwTu9KrSSITZyvcIELeYF309mB9K8fj6qcoYAU1AX4qKlgRlKXhdfCBaMctQUspLFRkJGeC6VyjvdOu3suwbF0nAMWdB_DBSP_L_YxorP1N_P_6slz4u&year=sy6rBAA=&gender=t&abs=f&color=f&buildVersion=3.0-SNAPSHOT&buildTimestamp=201802280718&order=G&cols=1.
- Terveydenhuoltolaki 1326/30.12.2010, 2§: Lain tarkoitus. Viitattu 7.1.2020. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326#a1326-2010>
- Terveydenhuoltolaki 1326/30.12.2010, 3§: Määritelmät. Viitattu 7.1.2020. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326#a1326-2010>
- Terveydenhuoltolaki 1326/30.12.2010, 12§: Terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen kunnassa. Viitattu 17.1.2020. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326#L2P12>
- THL 2019a. Hyvinvointijohtaminen kunnassa. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen johtaminen. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen aihesivusto. Viitattu 19.1.2020. <https://thl.fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/hyvinvointijohtaminen/hyvinvointijohtaminen-kunnassa>
- THL 2019b. Kuntien valtionosuus ja HYTE-kerroin. Timo Ståhl (toim.). Kuntaliiton esitysmateriaali. Viitattu 3.1.2020. https://www.kuntaliitto.fi/sites/default/files/media/file/Hyte-kerroin%20ja%20kuntien%20valtionosuus_29_8_2019.pdf
- THL 2019c. HYTE-kerroin – kannustin kunnille. Viitattu 9.3.2020. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/hyvinvointijohtaminen/hyvinvointijohtaminen-kunnassa/hyte-kerroin-kannustin-kunnille>
- Tilastokeskus. 2020a. Kuntien avainluvut 2018: Kuortane ja koko maa. Viitattu 20.9.2020. <http://www.stat.fi/tup/alue/kuntienavainluvut.html#?active1=300&year=2020&active2=SSS>.



- Tilastokeskus. 2020b. Väestöennuste vuosille 2019-2040: Kuortane Viitattu 20.2.2020.
http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin_vrm_vaenn/statfin_vaenn_pxt_128y.px/chart/chartViewLine/
- Tilastokeskus. 2020c. Väestöennuste 2019: Väestöllinen huoltosuhde alueittain, 2019-2040. Viitattu 20.2.2020. https://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin_vrm_vaenn/statfin_vaenn_pxt_128x.px/table/tableViewLayout1/
- UKK-instituutti. 2019a. Aikuisten liikkumisen suositus - Liikkumalla terveyttä – askel kerrallaan. Viitattu 8.3.2020. <https://www.ukkinstituutti.fi/liikkumisensuositus/aikuisten-liikkumisen-suositus>
- UKK-instituutti. 2019b. Liikkumisen suositus yli 65-vuotiaille - Vireyttä liikkumalla. Viitattu 14.9.2020. <https://www.ukkinstituutti.fi/liikkumisensuositus/yli-65-vuotiaiden-liikkumisen-suositus>
- Vasankari, T., Kolu, P., Kari, J., Pehkonen, J., Havas, E., Tammelin, T., Jalava, J., Koski, H., Pihlainen, K., Kyröläinen, H., Santtila, M., Sievänen, H., Raitanen, J. & Tokola, K. 2018. Liikkumattomuuden lasku kasvaa –vähäisen fyysisen aktiivisuuden ja heikon fyysisen kunnan yhteiskunnalliset kustannukset. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 31/2018. Viitattu 8.3.20.
<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160724/31-2018-Liikkumattomuuden%20lasku%20kasvaa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



8 LIITTEET

8.1 Liikuntatoimen toiminnallinen vuosikello

Kuukausi	Toiminta
Tammikuu	<ul style="list-style-type: none"> Kuortaneen kunnan kuntalainen palkitseminen Edellisen toimintavuoden raportointi ja selvitykset Koululiikunta / uintikisat Kevään toiminnan tarkentaminen ja liikuntahankkeiden valmistelu
Helmikuu	<ul style="list-style-type: none"> Talviloman reissut ja liikuntatarjonta Koululiikunta / talvirieha Koululiikunta / hiihtokisat Jäädisco ja muut jääurheilutapahtumat sekä vuorot Kuutamohiihto Nokiposti 1 sisällöt ja tapahtumat kevät
Maaliskuu	<ul style="list-style-type: none"> Kuortanes-hiihto Tervatäpinät UKK-kävely- ja kuntotestit hallissa Koululiikunta / Leppälä cup Kesätyöhakuprosessi alkaa
Huhtikuu	<ul style="list-style-type: none"> Koululiikunta / maastajuoksukisat Liikuntatoimen avustusten haku Kevään liikuntarieha kaikille (liikuntatorimessut yhdistysten kesän toiminnan osalta) Kevään uimakoulut alkavat (5 kertaa huhti-toukokuu)
Toukokuu	<ul style="list-style-type: none"> Kesän kuntopyöräilykampanjan aloitus (kirjaamispaikkojen päivitys) Vappurieha tai kevättrieha Alvarin kanssa UKK-kävelytesti tms. testi Kuortaneen Apteekin kanssa Koululiikunta / suunnistuskisat Helatorstain pyörätapahtuma (valokuvasuunnistus yms.) Kesän mestariliikkujat kampanjan aloitus (1.5.-30.9.) Nokiposti 2 sisällöt ja tapahtumat kesä
Kesäkuu	<ul style="list-style-type: none"> Uimakoulut, kesäkerhot Kunnan kesätyöharjoittelu Kuortane Games



Heinäkuu	<ul style="list-style-type: none"> • Kesälomaa liikuntatoimella • Kuortaneen Kuhinat (liikuntatapahtumat), Terwaviikko joka 3.vuosi • Kirkkorannan touhupäivä ja beach party
Elokuu	<ul style="list-style-type: none"> • Syksyn toiminnan suunnittelun tarkentaminen • Liikunta- ja harrastuskalenterin päivittäminen • Koulujen iltapäiväkerhojen suunnittelu ja käynnistäminen
Syyskuu	<ul style="list-style-type: none"> • Koululiikunta / yu-kisat • UKK-kävely ja terveystmittaukset • Syksyn toiminta käynnistyy • Liikuntatoimen avustusten haku syksyn osalta • Seuraparlamentti liikuntaa tarjoaville tahoille • Syysvaellus yhteistyössä Kuortaneen Ladun kanssa (syys-lokakuu) • Seuraavan vuoden budjetin ja toiminnan suunnittelu
Lokakuu	<ul style="list-style-type: none"> • Talven mestariliikkujat kampanjan aloitus (1.10.-30.4.) • Syysloman reissut ja liikuntatarjonta • Koululiikunta / salibandy- tai jalkapalloturnaus • Nokiposti 3 sisällöt ja tapahtumat syksy ja talvi • Talviliikuntapaikkojen valmistelu ja tarkistaminen
Marraskuu	<ul style="list-style-type: none"> • Mestariliikkujien palkitsemistilaisuus • Liikuntatoimen avustusten haku 2 ja palkitsemisehdotukset (stipendit)
Joulukuu	<ul style="list-style-type: none"> • Kuortaneen kunnan urheilijoiden palkitsemistilaisuus • Koululaisten touhupäivä opistolla (ala- ja yläkoulut) • Joululoman liikuntatarjonta • Talviliikuntapaikkojen ylläpidon aloittaminen (jääkentät ja ladut)



8.2 Kuortaneella liikuntaa tarjoavat tahot ja niiden yhteystiedot

Kuortaneen kunnan liikuntatoimi	www.kuortane.fi	
Tuomas Mikkola, liikuntasihtööri	Puh. 040 631 7442	tuomas.mikkola@kuortane.fi
Lakeuden Portin kansalaisopisto	www.alavus.fi/fi/vapaa-aika/kansalaisopisto	
Annukka Salminen, yhdyshenkilö	Puh. 040 739 4451	annukka.salminen@kuortane.fi
Kuortaneen Kunto ry	www.kuortaneenkunto.com	
Hannu Sippola, puheenjohtaja	Puh. 040 557 3524	hannu.ensio.sippola@gmail.com
Ammuntajaosto, pj. Seppo Nevansuu		
Jääkiekkojaosto, pj. Outi Taipale	Puh. 040 837 7363	outiyo@hotmail.com
Keilailujaosto, pj. Piritta Maja	Puh. 0500 949 178	piritta.maja@gmail.com
Nyrkkeilyjaosto, pj. Hannu Sippola	Puh. 040 557 3524	hannu.ensio.sippola@gmail.com
Painijaosto, pj. Ville Pasanen	Puh. 040 568 7235	ville.pasanen@kuortane.com
Pesäpallojaosto, pj. Pasi Honkola	Puh. 044 056 5669	pasi.honkola@kuortane.fi
Salibandy- ja jalkapallo pj. Anna Ala-Honkola	Puh. 040 759 0145	anna.ala-honkola@lapuankankurit.fi
Suunnistus- ja hiihtojaosto, pj. Antti Lassila	Puh. 040 311 4583	antti.lassila@eltelnetworks.com
Yleisurheilujaosto, pj. Heikki Savela	Puh. 040 555 5009	heikkisavela@outlook.com
Kuortane Golf ry	www.kuortanegolf.fi	
pj. Pasi Puttonen	puh. 040 585 0505	putsi.puttonen@gmail.com
Kuortaneen Urheiluopisto	www.kuortane.com	
Vastaanotto / vaihde	puh. 06 516 6111	reception@kuortane.com
Kuortaneen 4H-yhdistys ry	kuortane.4h.fi	
Toiminnanjohtaja, Sanna Kämppi (opintovap.)	puh. 040 596 5539	kuortane@4h.fi
Kuortaneen seurakunta	www.kuortaneenseurakunta.fi	
Nuorisotyöntekijä, Leena Saraste "Lettu"	puh. 050 534 6702	leena.saraste@evl.fi
Kuortaneen Lentopallo		
pj. Mika Vihma	puh. 040 564 7312	mikavihma@gmail.com



8.3 Liikuntapaikat ja niiden yhteystiedot

Liikuntapaikkatietoa tarkemmin: <https://kuortane.fi/vapaa-aika/liikunta/liikuntapaikat-a-o/>

Liikuntapaikka	Sijainti	Ylläpito/omistus	Kunto, huomiot
Keskusurheilukenttä	Keskustie 84	Kunta	Hyvä
Koulujen liikuntasalit * Alvarin koulu * Yhteiskoulu * Ruonan koulu * Leppälän koulu * Yljoen koulu	Koulutie 1 Keskustie 10 Ruonantie 103 Pastontie 24 Lahdenkankaantie 483	Kunta kaikki	Tyydyttävä (uusi 21-) Tyydyttävä Tyydyttävä Hyvä (loppuu v.21) Tyydyttävä
Kuortaneen Urheiluopiston alueen liikuntapaikat * Kuortane-halli * Pallohalli * Lähitapiola-areena * Urheiluhalli * Jäähalli * Jalkapallohalli, i-mediat areena * Voimisteluhalli, Lem-Kem areena * Keilahalli * Uimahalli * Sport and Fun * Pesäpallokenttä, hiekkatekonurmi * Tenniskentät * Tanssisalit * Spinning * Kuntosalit uimahalli, Kuortanehalli, Lähitapiola-areena, Jalishalli * Frisbeegolf-rata (18 reikää) * Rullahiihtorata * Kiipeilyseinät (Kuortanehalli ja ulkona) * Ulkokuntosali * Ulkoilureitit ja ladut * Melonta- ja vesiliikunta * Monipuolisesti liikuntapalveluita	Opistotie 1 www.kuortane.com	Kuortaneen Urheiluopisto Säätiö	Opiston tilat ovat lähtökohtaisesti hyvässä kunnossa.
Malluuden Frisbeegolfrata	Malluusentie 425	Janne Saarela	Kiitettävä
Golf-kenttä, www.kuortanegolf.fi	Vierteentie 98	Kuortane Golf Oy	Hyvä
Kuntoportaat * Urheiluopisto, Kirkkoranta, Laksonpolku, Väentupa, Lampitie, Urheilukenttä	Keskustan alueella laajasti	Kunta	Hyvä/tyydyttävä



Tennishalli	Tuottajantie 7-8	Kuortaneen Tennispuisto Oy	Tyydyttävä
Ulkoilureitit, purudat ja ladut * Kympinmaasto ja liitäntälätkä opistolle * Maastopyöräreitti * Haarajärvi-Kaarankajärvi-reitti * Opisto-Kainuunvuori-Kaarankajärvi-reitti * Leppälän pururata * Mäyrän pururata, Vierteenmäki * Ruonan pururata * Ylipään kentän pururata, Lentilä * Hallisenmäen polkumaasto * Kulttuuripyöräilyreitti	Ampumaradan ympäristö Opistolta lähtö Reitit tarkemmin linkistä Kaarangantie 32 Vierteenmäki Lapuantie 977 Alavudentie 965 Keskustassa Eri paikkoja	Kunta ja opisto Opisto Kunta Kunta Kunta Yhdistykset Kunta Kunta Kunta	Tyydyttävä Hyvä Heikko (hanke 20-22) Heikko (hanke 20-22) Tyydyttävä Tyydyttävä Heikko Hyvä Hyvä Hyvä
Laavut ja kodat * Leijona-kota, Majantie 4, Kanervakodin vieressä * Kympin majan laavu * Kainuunlammen laavu * Kuljuvuoren laavu * Kaulalammin laavu * Haarakankaan laavu, Haarajärvi * Hallisenlammen laavu * Anssin Laavu, Kaarankamäki * Löyän kota, Kätkänjoen varressa * Ylämyllyn laavut, Lentilä (Sarvikkaankoski) * Yypänkallion kota, Kivenmäki * Lasivuoren laavu, Torpan lähellä * Lintutornin nuotiopaikka, Majantie * Piilopirtti, Sarvinevan tien varressa * Länsirannan laavut * Patiskan metsästysmaja, Länsiranta * Vierteenmäen laavu * Kotamaja, Salmi * Rumavuoren näkötorni, nuotiopaikka * Kirjavakallion laavu * Urheiluopiston kota, laavu ja metsäkota * Miljoonalaavu, Panulan talon lähellä (Koskenkylä)		Laavut ovat pääosin yksityisten mailla ja niiden ylläpito on alueesta vastaavalla taholla. Kunta kustantaa osaan niistä polttopuut sekä ylläpito-korvausta.	
Leikkikentät ja touhupihat * Alvarin koulun piha * Yhteiskoulun lähiliikuntapaikka * Soininpuisto, seurakuntatalo * Pihapuisto, Kortesmäki * Ruonan koulun piha * Ylijoen koulun piha * Leppälän koulun piha * Merirosvopuisto, Hallisenlampi * Ylipään kenttä	Koulukuja 6 Keskustie 10 Kirkkotie 20 Ylipiha 8 Ruonantie 103 Lahdenkankaantie 483 Pastontie 24 Kirkkotie 7 Lentilä		Hyvä Hyvä Hyvä Hyvä Hyvä Hyvä Hyvä Hyvä Välttävä



Uimarannat * Kirkkoranta * Kuortaneen urheiluopisto * Salmen uimaranta ja talviuintipaikka * Ruonan uimaranta * Ruonan rinki uimapaikka ja talviuinti * Länsirannan uimapaikka * Mäyrän uimaranta	Kirkkotie 17 Opistotie 1 Salmentie 82 Niemiskyläntie 148 Niemiskyläntie 60 Länsirannantie 464 Vierteen tie 89	Kunta Opisto Kunta, Salmen kyläseura Kunta Ruonan Rinki ry Kunta / Vesialue Mäyrän kyläyhdistys	Hyvä Hyvä Hyvä Tyydyttävä Tyydyttävä Tyydyttävä Tyydyttävä
Ampumarata	Kympintie	Kuortaneen Kunto, Riistanhoitoyhdistys	Tyydyttävä, osaksi peruskorjaustarve



8.4 Liikuntakyselyn 2019 tulokset

Kyselylomake ja tulokset koottuina erillisillä liitteillä.

