

Oulu Capital
of Northern
Scandinavia



Terveysliikunnan vaikutusten arviointi – suunnitelma

Niina Epäily 18.9.2014

OULU



Tausta ja työryhmän kokoonpano

Oulun kaupungin Palvelujen järjestämishjelman 2013 mukaisesti kuntalaisten terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi toteutetaan terveystiikunnan vaikutusten arviointi, josta tehdään erillinen suunnitelma vuoden 2013 aikana. Kaupunginjohtaja asetti 25.4.2013 työryhmän laatimaan suunnitelman. Toimeksianto kesti 30.11.2013 saakka.

Työryhmän kokoonpano

- Matti Vähäkuopus, asiantuntija, konsernipalvelut, työryhmän puheenjohtaja (31.7.2013 saakka)
- Niina Epäily, liikuntajohtaja, sivistys- ja kulttuuripalvelut, työryhmän puheenjohtaja (3.8.2013 lähtien)
- Virpi Knuutinen, suunnittelija, konsernipalvelut, työryhmän sihteeri
- Sirkku Kaltakari, hyvinvointipalvelut
- Paula Paajanen, yleiskaava-arkkitehti, yhdyskunta- ja ympäristöpalvelut
- Riitta Säntti, asiakkuuspäällikkö, Liikelaitos Oulun Tilakeskus
- Raija Korpelainen, terveystiikunnan professori, ODL:n liikuntaklinikka
- Helka-Liisa Hentilä, professori, Oulun yliopiston arkkitehtuurin osasto
- Jenny Miettinen, arkkitehti, Oulun yliopiston arkkitehtuurin osasto



Työryhmän tehtävät:

- laatia työkalu/menetelmä terveysliikunnan vaikutusten arvioinnin toteuttamiseksi
- tehdä ehdotus terveysliikunnan vaikutusten arvioinnin toteuttamistavasta ja käyttöönotosta
- hakea yhtymäkohdat ja synergiaedut terveysliikunnan vaikutusten arvioinnin ja Kuntaliiton ennakkovaikutusten arvioinnin välillä
- työryhmä selvittää ja määrittelee terveysliikunnan vaikutusten arvioinnin raportoinnin mahdollisuuksista sähköisen hyvinvointikertomuksen kautta
- toimeksiannossa tulee ottaa huomioon palvelujen järjestämishjelman 2013 ja Oulun palvelumalli 2020 linjaukset



Taustaa:

- liikunnallisesti passiivisen elämäntavan lisääntyminen
- terveyserojen kasvu
- istumisen lisääntyminen kaikissa ikäluokissa; jo päivähoidossa lapset ovat paikallaan 60% ajastaan ja aikuisväestö 80% valveillaoloajastaan
- ruutuaika ja sen kasvu
- arkiliikunnan vähyys
- terveysliikunnan käsite?
- pienikin muutos päivässä voi lisätä hyvinvointiaktiivisuutta

OULU



Käsitteistä:

- Työryhmä halusi korostaa erityisesti matalatehoisen, päivittäisen arkiliikunnan, liikkeessä olemisen ja istumisen määrän vähentämisen merkitystä. Tätä kuvaamaan valittiin termi **hyvinvointiaktiivisuus**
- Terminä se kattaa enemmän kuin pelkän fyysisen aktiivisuuden, kuten esim. sosiaalisen aktiivisuuden, jonka tavoite ei ole suoranaisesti liikunnallinen, mutta joka tuottaa myös lisää askeleita tai energiankulutusta



Kaksi päätavoitetta

1. Arkeen enemmän askeleita
2. Vähemmän istumista

OULU



Oululaisten liikunnan harrastaminen:

- Kouluterveyskyselyn mukaan oululaiset peruskoululaisten liikunnan harrastaminen vapaa-ajalla on lisääntynyt edelliseen kyselyyn verrattuna ja oululaiset peruskouluikäiset harrastavat liikuntaa selkeästi enemmän kuin peruskoululaiset maassa keskimäärin
- Oulun peruskoululaisista noin 26% harrastaa hengästyttävää liikuntaa korkeintaan tunnin viikossa
- Ammatillisissa oppilaitoksissa liikunnan harrastaminen peruskoululaisia vielä vähäisempää

OULU



Oululaisten liikunnan harrastaminen:

- Aikuisväestön liikunta-aktiivisuutta on selvitetty vuonna 2010 tehdyllä ATH-kyselyllä
- 31% 20-55 -vuotiaista oululaisista liikkuu nykyisten terveysliikunnan suositusten mukaisesti (4-5 kertaa/viikko) vapaa-ajallaan
- Ikäluokassa 55-77 -vuotiaat suositusten mukaan liikkuvien osuus on 35%
- Oululaiset 20-55 -vuotiaat liikkuvat jonkin verran enemmän kuin vastaavan ikäiset koko maassa keskimäärin; yli 55-vuotiaiden osalta tilanne on päinvastainen
- Oululaiset miehet liikkuvat naisia vähemmän

OULU



Työryhmän suositukset terveystiikunnan vaikutusten arvioinnin toteuttamiseksi

Toimintatapojen kehittäminen fyysistä aktiivisuutta edistäviksi ja ennakoarviointi

Kaupunkistrategia velvoittaa eri tahoja edistämään kuntalaisten fyysistä aktiivisuutta ja kestäväää elämäntapaa.

Nämä tavoitteet tulee huomioida kaikilla palvelualueilla:

- palvelujen järjestämishjelmassa, talousarvioissa ja käyttösuunnitelmissa
- yhdyskuntasuunnittelussa
- toiminnan organisoinnissa (koulut, päiväkodit, työympäristöt, laitokset jne.)



Työryhmän suositukset terveystiikunnan vaikutusten arvioinnin toteuttamiseksi

Työryhmä laati fyysisen aktiivisuuden lisäämiseksi tarkistuslistan, jota voidaan käyttää apuna erilaisten toimenpiteiden ja päätösten ennakoarvioinnissa.

Tarkistuslista on rakennettu ja jaoteltu kaupungin strategisten linjausten mukaisesti



Adobe Acrobat
Document

http://asiakirjat.ouka.fi/ktwebbin/dbisa.dll/ktwebscr/epjattn_tweb.htm?174634

OULU



Oulu Capital
of Northern
Scandinavia



Kiitos!

OULU