

## **Päijät-Hämeen liikkumishjelma 2030**

liikjaos 08.11.2023 § 21

538/00.04.01/2023

Päätös	Päätösehdotus hyväksyttiin.
Esittelijä	palvelualuejohtaja / virikkeellinen elämä Andersson, Anne
Päätösehdotus	Liikuntajaosto päättää merkitä asian tiedoksi.
Toimivalta	Hallintosääntö 23.1 §
Valmistelija	liikuntapalvelujohtaja Kaikkonen, Maria
Valmistelu	Päijät-Hämeen liikkumishjelma tavoitteena on edistää alueen asukkaiden fyysistä aktiivisuutta ja terveellisiä elämäntapoja. Ohjelma on tiivistetty neljään kokonaisuuteen, joiden avulla pyritään saavuttamaan terveyttä edistäviä tavoitteita ja lisäämään alueen asukkaiden hyvinvointia.

### **Yksilö**

Päijät-hämäläisten arki on fyysisesti aktiivista ja yhä useampi liikkuu liikkumissuositusten mukaisesti. Tavoitteena on kannustaa päijäthämäläisiä omatoimiseen liikkumiseen ja terveyttä edistäviin valintoihin. Toimenpiteisiin kuuluu mm. varhainen puuttuminen ja vähän liikkuvien aktivointi, monipuolisten liikuntapalveluiden ja -mahdollisuuksien tarjoaminen sekä liikunta- ja elintapaneuvonnan palveluketjun toimivuuden varmistaminen.

### **Yhteisöt**

Jokaisella on mahdollisuus fyysisestä aktiivisuutta tukevaan harrastukseen tai toimintaan. Toteutetaan ja kehitetään Liikkuvat -kokonaisuuksia valtakunnallisten ja alueellisten tavoitteiden mukaisesti. Toimenpiteisiin kuuluu mm. Harrastamisen Suomen malli ja Liikkuvat-kokonaisuudet.

### **Järjestelmä**

Päijäthämäläisten fyysistä aktiivisuutta ja liikkumista edistävät toimet ovat osa hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä. Vaikuttavan työn perustana on laajan toimijakentän työ sekä yhteiset tavoitteet ja tahtotila. Liikkumisen edistäminen on koko maakunnan asia, jota edistetään rohkeasti ja innovatiivisesti.

### **Osuhteet ja ympäristö**

Tavoitteena on tehdä arkiympäristöistä liikkumista tukevia, houkuttelevia ja turvallisia. Liikkumisolosuhteiden kunnossapito ja kehittäminen on suunnitelmallista ja ympäristökuormituksen huomioivaa. Arkiympäristöt kannustavat fyysiseen aktiivisuuteen ja antaa yhdenvertaisen mahdollisuuden liikkumiseen ja lähiluonnosta

nauttimiseen.

Esityslistan liitteenä on Päijät-Hämeen liikkumishjelma 2030.

Jatkokäsittely

hyvinvointilautakunta