

LIKUNNAN HARRASTAMISEN ESTEITÄ TULISI POISTAA LÄHIÖISSÄ

Perinteisen liikuntapolitiikan toimet eivät riitä liikunnan harrastamisen esteiden poistamiseen. Ne ovat olleet tehottomia poistamaan merkittäviä liikkumisen esteitä monissa matalan sosioekonomisen aseman väestöryhmissä. Nykyinen liikuntapaikkarakentamiseen keskittyvä lähestymistapa palvelee pääasiassa jo ennestään aktiivisia asukkaita tai urheiluseuroja. Liikkumattomat asukkaat ja passiiviset ovat vaarassa jäädä heikompaan asemaan.

Toimet ovat monesti riittämättömiä jo muutenkin syrjäytimisvaarassa tai heikommassa asemassa olevien kannalta. Erityisesti vierasta kieltä äidinkielenään puhuvien, pienituloisten kotitalouksien, yksinhuoltajien ja ikääntyneiden liikunnan harrastamisen esteiden poistamisessa ei olla onnistuttu.

Kohti yhdenvertaisesti saavutettavia liikuntapalveluita. Liikunnan yhdenvertainen saavutettavuus edellyttää yksilön terveyteen, taitoihin ja elämäntilanteeseen liittyvien esteiden madaltamista.

Tutkimushanketta "Yhdenvertainen liikunnallinen lähiö (YLLI)" rahoitti Lähiöohjelma 2020–2022. YLLI-hankkeessa kartoitettiin suomalaisten lähiöiden asukkaiden liikkumista ja erityisesti heidän yhdenvertaisia mahdollisuuksiaan erilaisiin liikuntaharrastuksiin, aktiivisiin kulkutapoihin arjessa ja liikunnalliseen elämäntapaan.

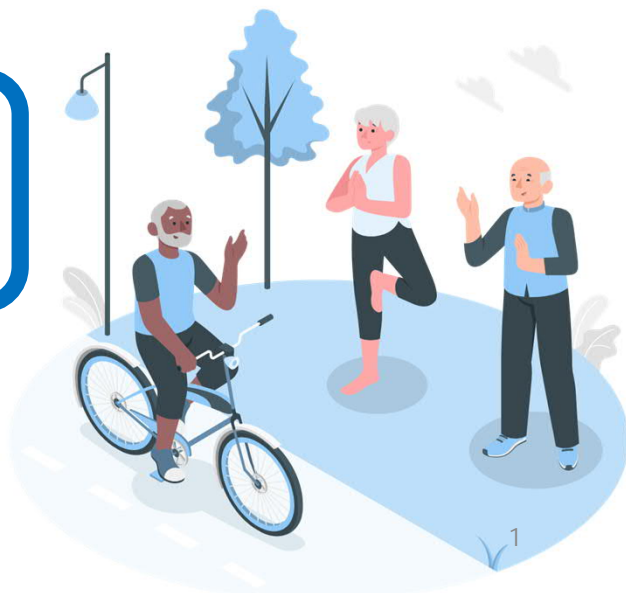
Hankkeen kotisivut: blogs.helsinki.fi/yhdenvertainen-liikunnallinen-lahio

Lisätietoja: Tutkimuskonsortion johtaja Petteri Muukkonen, petteri.muukkonen@helsinki.fi, +358 50 448 9195

Apea mieliala (47 %), ajanpuute (42 %), sairaus (29 %) tai liikuntakaverien puute (25 %) ovat merkittävimmät liikunnan esteet lähiöiden asukkailla.

Hienot ja lähellä olevat liikuntapaikat eivät takaa, että niitä käytetään.

Asukkaista 90 % kokee, että liikuntapaikan sijainti tai sen kunto ei muodosta heille estettä harrastaa liikuntaa. Heillä on kuitenkin monenlaisia muita esteitä harrastaa liikuntaa.



Liikuntafasiliteettien rakentamisesta tulee siirtyä enemmän kokonaisvaltaiseen asukkaiden kokemien liikkumisen esteiden poistamiseen.

Liikunnan esteiden poistaminen edellyttää:

- Nykyisen liikuntapolitiikkamme kriittistä arviointia
- Tiedolla johtamista
- Poikkihallinnollista ja sektorit ylittävää yhteistyötä



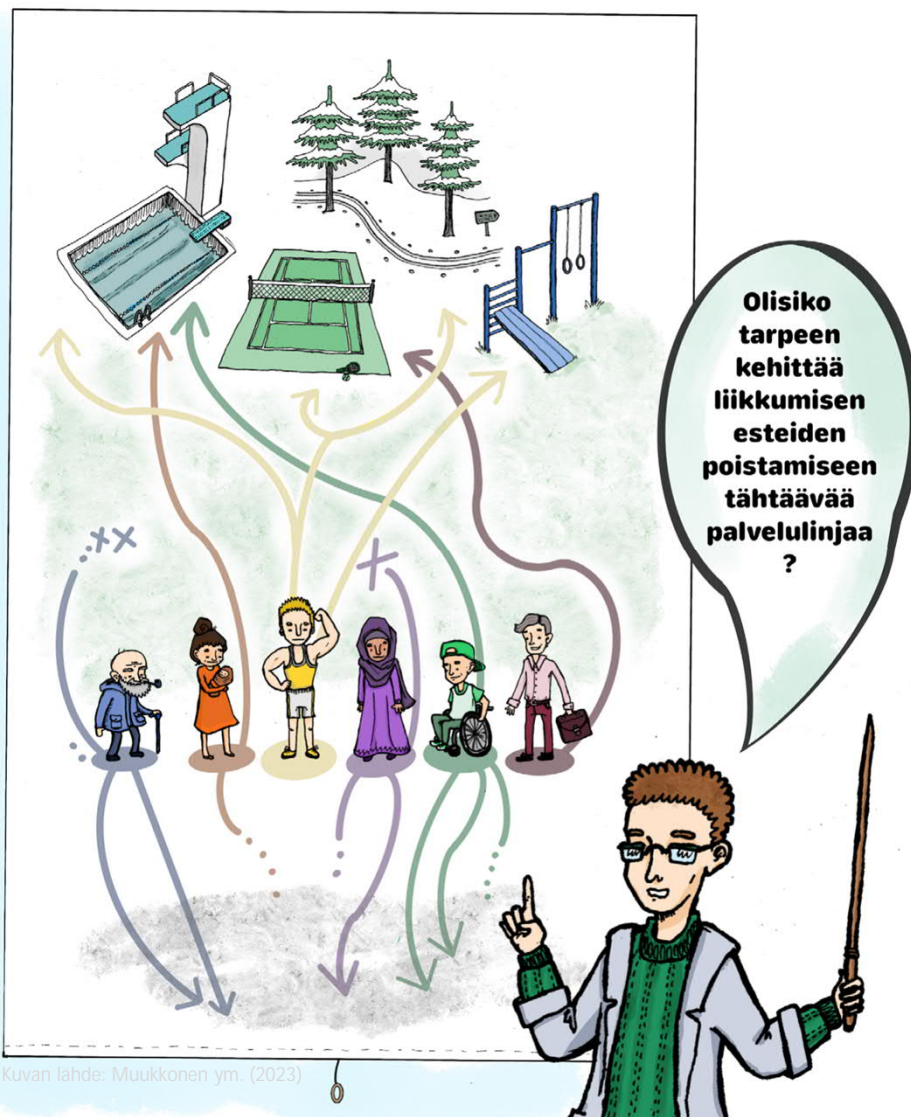
Kun pyritään vahvistamaan liikuntapalveluiden yhdenvertaista saavutettavuutta, tulisi keskittyä laajemmin liikunnan harrastamisen esteiden poistamiseen.



Tarvitaan alueellisten toimijoiden ja sektorit ylittävää yhteistyötä sekä ymmärrys paikallisista asukkaiden kokemista liikkumisen esteistä ja saavutettavuustekijöistä.



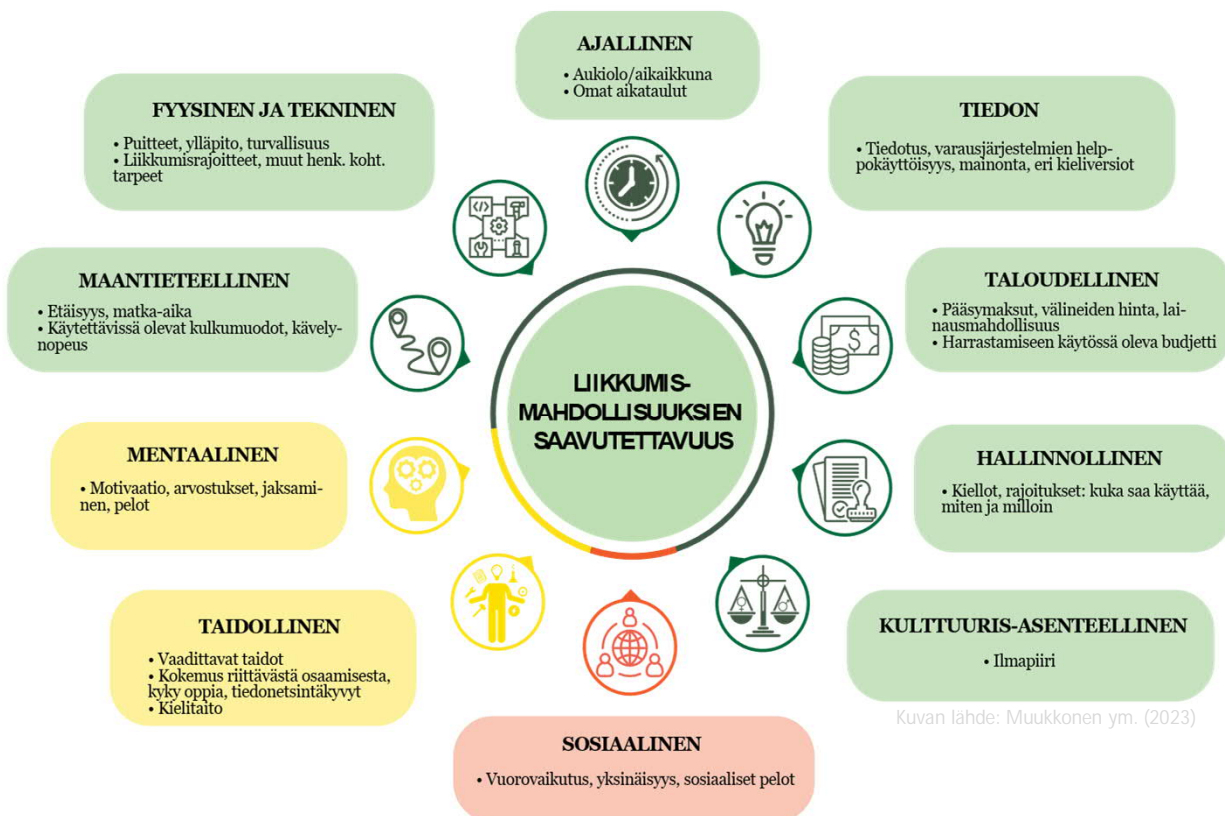
Monialainen yhteistyö voi onnistuessaan auttaa uudella tapaa ratkaisemaan haasteita, jotka liittyvät asukkaiden liikkumiseen ja terveisiin elintapoihin.



Liikuntasuunnittelussa tulee huomioida liikkumisympäristöjen ja -palveluiden käytön ja saavutettavuuden moninaiset ulottuvuudet.

Asukas tekee päätöksen harrastaa liikuntaa tietyssä paikassa erilaisten henkilökohtaisten ja ympäristön kriteerien perusteella. Ne voivat olla esimerkiksi sosiaalisia, kulttuurisia tai taloudellisia. Näitä kutsutaan liikuntapaikkojen ja -ympäristöjen saavutettavuuden ulottuvuuksiksi. Ne tulisi entistä kattavammin ja laajemmin ottaa huomioon eri vaiheissa liikuntasuunnittelua.

Tarvitaan tietoa monesta lähteestä. Yksittäisistä lähteistä kerättävät tiedot ovat aina rajallisia, eikä niistä välttämättä muodostu todellista kuvaa liikuntapaikoista tai -olosuhteista tai niiden käytöstä.



Kuntia pitää tukea, jotta ne voivat kattavammin ja laajemmin huomioida liikuntapaikkojen ja -ympäristöjen saavutettavuuden ulottuvuudet suunnittelutyön eri vaiheissa.

Kuntia pitää tukea monipuolisten tietolähteiden hyödyntämisessä. Suunnittelijat tarvitsevat kattavan tilannekuvan asukkaiden liikkumisen harrastamisesta ja liikuntapaikoista, jotta ne voivat huomioida liikuntapaikkojen saavutettavuuksien eri tekijät.



Lähteet

Muukkonen, P; Ehnström, E; Hasanen, E; Hintsanen, L; Laakso, T; Nurmi, M; Pyykönen, J; Salmi, L; Salmikangas, A-K; Simula, M; Virmasalo, I; Vanttinen, L (2022). Matkalla kohti liikunnan yhdenvertaisuutta – työkaluja monialaiseen liikuntasuunnitteluun. Department of Geosciences and Geography, University of Helsinki. *Department of Geosciences and Geography C22*. <http://hdl.handle.net/10138/356119>

Virmasalo, I., & Hasanen, E. (2022). Defining the accessibility of physical activity Tracing the social dimension. *Contesti. Città, Territori, Progetti*, (2), 59–76. <https://doi.org/10.36253/contest-14177>

Pyykönen, J. (2022). Seminaariraportti – Tiedolla johtaan yhdenvertaiseen liikunnalliseen lähiöön 22.11.2022. YLLI-hanke: Jyväskylän yliopisto & Helsingin yliopisto. [\[PDF\]](#)

van der Lijn, C., Nurmi, M., Hasanen, E., Pyykönen, J., Salmi, L., Salmikangas, A-K., Vehkakoski, K., Virmasalo, I., Toivonen, T. & Muukkonen, P. Assessing geographical (in)accessibility to outdoor iceskating fields for children in Helsinki during the COVID-19 pandemic. *Fennia* 200(1), 6–23. <https://doi.org/10.11143/fennia.114590>

Virmasalo, I., Hasanen, E., Pyykönen, J., Nurmi, M., Simula, M., Salmikangas, A-K. & Muukkonen, P. (2023). Closed due to COVID-19: Effects of indoor sports restrictions on suburban adults' physical activity behaviours. *International Journal of Sport Policy and Politics*. <https://doi.org/10.1080/19406940.2023.2178479>

Liu, P., Koivisto, S. M., Hiippala, T., Van der Lijn, C. J. C., Väisänen, T. L. A., Nurmi, M. K., Toivonen, T., Vehkakoski, K., Pyykönen, J., Virmasalo, I., Simula, M., Hasanen, E., Salmikangas, A-K. & Muukkonen, P. (2022). Extracting Locations from sport and exercise-related Social Media Messages using a Neural Network-based Bilingual Toponym Recognition Model. *Journal of Spatial Information Science* 24, 31–61. <http://204.48.17.207/index.php/josis/article/view/167>

Koivisto, S. & Muukkonen, P. (2021). Mitä twiitit paljastavat liikunnan harrastamisesta? *Positio* 4/2021, 20–21.

Muukkonen, P. & Lehtonen, P. (2021). Paikkatiedolla vaikuttavuutta liikuntapaikkasuunnitteluun. *Positio* 2/2021, 13-15.

Salmikangas, A-K., Pyykönen, J., Muukkonen, P., Simula, M., Virmasalo, I., Hasanen, E. & Vehkakoski, K. (2021). YLLI edistää lähiöiden yhdenvertaisia liikkumismahdollisuuksia. *Liikunta & Tiede* 2/2021, 45-47.

Suosituksen sisällön laatijat:

Petteri Muukkonen, Emil Ehnström, Elina Hasanen, Laura Hintsanen, Tapani Laakso, Marisofia Nurmi, Janne Pyykönen, Lotta Salmi, Anna-Katriina Salmikangas, Mikko Simula, Ilkka Virmasalo & Liisa Vanttinen

