

LAPPEENRANNAN LIIKKUMISOHJELMAN VALMISTELU

Tiivistelmä TYÖIKÄISTEN LIIKKUMINEN –työpajasta 22.11.2018

LAPPEENRANTA

KAUPUNKIMME

ASIOINTI JA YHTEYSTIEDOT

KARTAT JA LIIKENNE

OSALLISTU JA VAIKUTA

PALVELUT

INTRO

EN | RU

Haku

[Etusivu](#) > [Palvelut](#) > [Tule vaikuttamaan kaupungin liikkumishjelman lopputuloksiin – osallistu marraskuussa järjestettäviin työpajoihin](#)

5.11.2018 11:45

Tule vaikuttamaan kaupungin liikkumishjelman lopputuloksiin – osallistu marraskuussa järjestettäviin työpajoihin

Lappeenrannan kaupunki valmistelee ensimmäistä liikkumishjelmaansa. Tavoitteena on lisätä lappeenrantalaisten liikkumista, aktiivisuutta ja yhteisöllisyyttä. Liikkumishjelmaa valmistellaan kaupungin strategian hengessä yhteistyössä asukkaiden ja yhteistyötahojen kanssa.

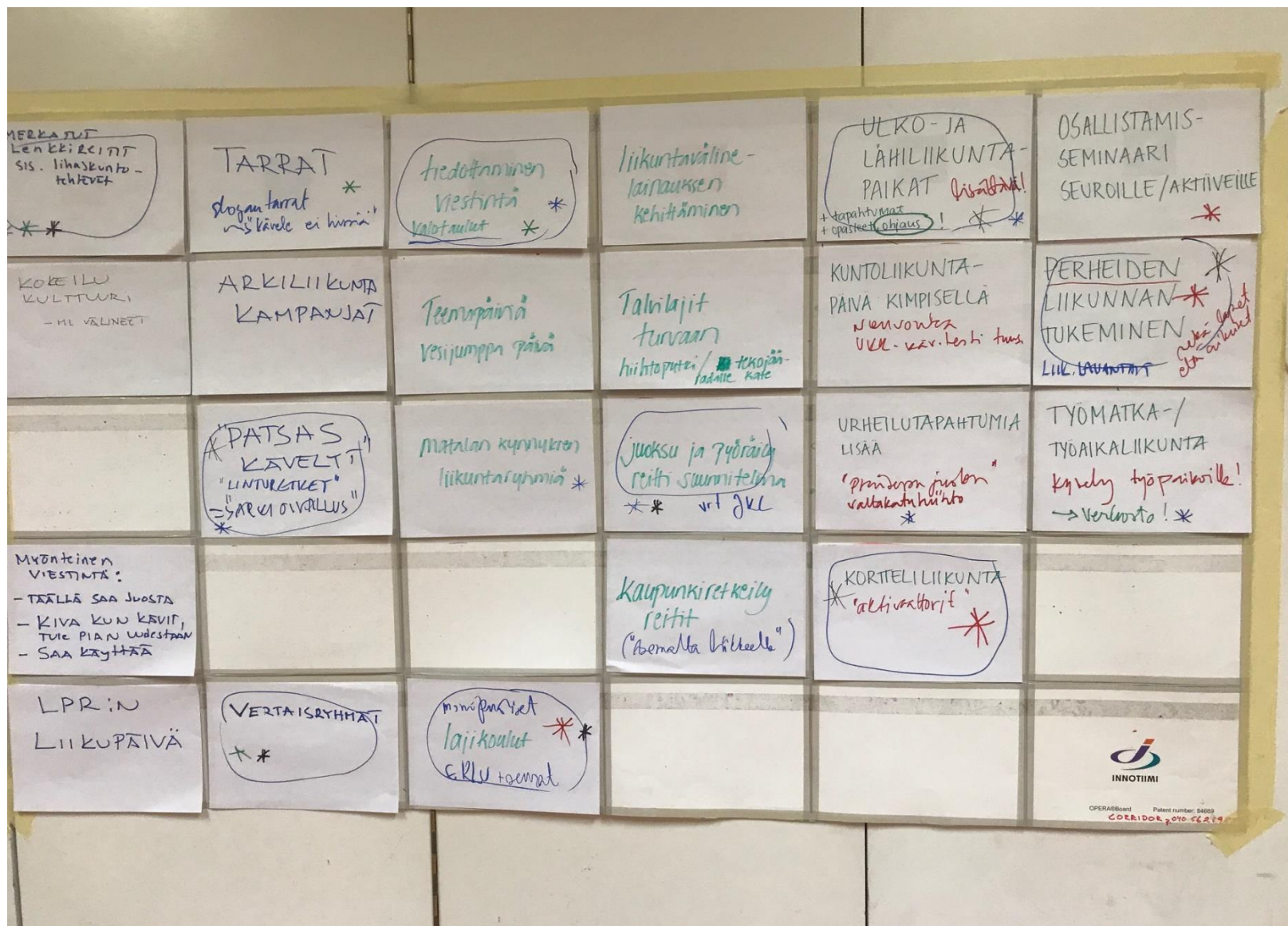
Kaupunki avasi lokakuussa asukkaille ja muille kiinnostuneille tahoille kyselyn liikkumishjelmaan liittyvistä asioista. Kyselyn vastausaikaa on nyt jatkettu marraskuun 28. päivään saakka. [Kyselyyn pääsee vastaamaan verkossa.](#)

Liikuntajohtaja **Pasi Koistisen** mukaan kyselyn lisäksi järjestetään työpajoja, joissa liikkumishjelmaa valmistellaan eri asukasryhmien näkökulmista. Myös liikunta- ja urheiluseuroille järjestetään oma tilaisuus.

- Marraskuun loppupuolella järjestettävissä työpajoissa ja seuratilaisuudessa tavoitteena on tutustua sekä kerätä yhteistyötahojen ja asukkaiden näkemyksiä, tarpeita ja ideoita liikkumishjelmaa varten. Tarkoituksena on myös luoda uusia yhteistyöverkostoja työpajoihin osallistuvien kanssa.
- Työpajoissa liikunta-asioita pohditaan lasten, nuorten, ikäihmisten ja työikäisten sekä seurojen näkökulmista. Teemoihin tartutaan pienryhmäkeskustelujen ja ryhmätyöskentelyn kautta. Tilaisuuksissa tarkastellaan yhdessä myös meneillään olevan verkkokyselyn tuloksia. Tervetuloa vaikuttamaan, Koistinen sanoo.



Tuplatiimityöstön kokonaisaineisto & valinnat



Kooste ryhmätöiden päävalinnoista

Kehittämiskohde / -asia	Äänimäärä	Tarkennuksia, täydennyksiä
(Lähi)liikuntaolosuhteet	8	Ulko- ja lähiliikuntapaikat (ohjaus, opasteet, tapahtumat) Merkatut lenkkireitit ja lihaskuntotehtävät Hiihtoputki ja katettu tekojää ("talvilajit turvaan") Juoksu- ja pyöräilyreittien suunnitelma Kaupunkiretkeilyreitit ("asemalta liikkeelle")
Arkiliikuntakampanjat ja teemapäivät	5	Vesijumppa, jne Kuntoliikuntapäivä Kimpisellä, neuvontaa, UKK -kävelytesti "Prinsessajuoksu, Valtakatuhiihto" Lappeenrannan liiku -päivä Patsaskävelyt, linturetket, arkioivallukset
Vertaisryhmät, matalan kynnyksen ryhmiä	3	
Tiedottaminen ja viestintä	2	Valotaulut
Perheiden liikunnan tukeminen	2	Lapset ja eläkeläiset myös mukaan, Liikuntalauantait
Tarrat	2	Slogantarrat, esim. kävele – ei hissiä
Kortteliliikunta	2	Aktivaattorit

Kooste ryhmätöiden päävalinnoista

Kehittämiskohde / -asia	Äänimäärä	Tarkennuksia, täydennyksiä
Osallistamisseminaari	1	Seuroille ja aktiiveille
Työmatka/työaikaliikunta	1	Kävely työpaikoille Työpaikkaverkosto
Kokeilukulttuuri		Tapahtumat, toteutus, välineet
Myönteinen asenne viestinnässä		Täällä saa juosta – kiva kun kävit – tule uudestaan – saa käyttää
Monipuoliset lajikoulut		EKLU ja seurat
Liikuntavälinelainauksen kehittäminen		

A photograph of a group of people climbing a steep, snow-covered mountain slope. The climbers are silhouetted against a bright, hazy sky. The snow is deep and uneven, with visible tracks from previous climbers. The overall mood is one of challenge and teamwork.

*"Jos jokin on tärkeää ja haastavaa,
sitä ei kannata tehdä yksin.."*

KIITOS OSALLISTUMISESTASI TYÖPAJAAN!

WWW.SMARTSPORT.FI

SMART  SPORT