

LAPPEENRANNAN LIKKUMISOHJELMAN VALMISTELU

Tiivistelmä IKÄÄNTYVIEN LIKUNNAN –työpajasta 22.11.2018

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.



Tuplatimistöön kokonaisaineisto & valinnat

ELÄKÖITYVILLE LÄHTIÄISLAHJANA: - KÄVELYSAUVAT - KUNTOKALIKORTTI - UIMAHALLILIPUT JNE.	JO olemassa olevien palveluiden kärpittämisen)	Liikuntatapahtumia lajikokeiluja	LIIKKUMIS- GAALA	VIHERVÄYLÄT
TEMPAUPÄIVÄ AIKA AJOIN KUNTOILUPAIKOISSA ESIM. MARJON KULJETUS YLI 70 VUOLE	Yhdistysten tilat ja tilit	Vertaisveturien kouluttaminen)	MITTARIT MILLÄ MITATAAN TULOKSIA	LAHILIKUNTAPAIKAT - SIJITTELU - OIKAAJA (suomenkielisyys?)
LEVÄHDYSPAIKAT JA VESSAT ULKOILU- REITTIIEN VARRELLE	Ylisukupolisuus tapahtumin Kaupunginasiain	tiedottaminen viestintä	VIESTINTÄ TIEIOA	ESTEETÖN RAKENTAMINEN
RANTARAITTEJA LISÄÄ YMPÄRI KAUPUNKIA	Lähi liikunta paikoille parempi ohjeistus laitteisin		VERTAISRYHMIÄ - Säännöllisiä - Eri lajeja (suomenkielisyys avustusta uimari kuntosalilla) vrt. taidekassa	GENDRIPUISTO LAPPEENRANTAAN, LOUHENPUISTOON
			muut liikkujille → LIIKKUMISEKVERI → SAAMUTETTAVAS → TOIMIVUUS → OMA SALI? KÄYNNI PÖLÄ?	

ELÄKÖITYVILLE LÄHTIÄISLAHJANA: - KÄVELYSAUVAT - KUNTOKALIKORTTI - UIMAHALLILIPUT * "HÄASTE" JNE. * *	JO olemassa olevien palveluiden kärpittämisen) (VIESTINTÄ)	Liikuntatapahtumia lajikokeiluja + *	LIIKKUMIS- GAALA * * * * * "TOIMIVUUS"	VIHERVÄYLÄT "Keskustan helmi" *
TEMPAUPÄIVÄ AIKA AJOIN KUNTOILUPAIKOISSA ESIM. MARJON KULJETUS YLI 70 VUOLE *			MITTARIT MILLÄ MITATAAN TULOKSIA	LAHILIKUNTAPAIKAT - SIJITTELU - OIKAAJA (suomenkielisyys?) * *
LEVÄHDYSPAIKAT JA VESSAT ULKOILU- REITTIIEN VARRELLE	Ylisukupolisuus tapahtumin Kaupunginasiain *	tiedottaminen * viestintä *		ESTEETÖN RAKENTAMINEN Myös ikkunan työllä!
RANTARAITTEJA LISÄÄ YMPÄRI KAUPUNKIA	Lähi liikunta paikoille parempi ohjeistus laitteisin		VERTAISRYHMIÄ - Säännöllisiä - Eri lajeja (suomenkielisyys avustusta uimari kuntosalilla) vrt. taidekassa *	GENDRIPUISTO LAPPEENRANTAAN, LOUHENPUISTOON * *
			muut liikkujille → LIIKKUMISEKVERI → SAAMUTETTAVAS → TOIMIVUUS → OMA SALI? KÄYNNI PÖLÄ?	

Kooste ryhmätöiden päävalinnoista

Kehittämiskohde / -asia	Äänimäärä	Tarkennuksia, täydennyksiä
(Lähi)liikuntapaikat	9	Sijoittelu, ohjaajia esim. seurayhteistyöllä, Levähdyspaikat ja vessat ulkoilureittien varsille, Rantaraitteja lisää ympäri kaupunkia, Viherväylät keskustan halki, Senioripuisto Louhenpuistoon Esteetön rakentaminen myös ikääntyville, Parempi ohjeistus laitteisiin,
Lappeenrannan Liikkumisgaala	5	Palkitaan ja juhlietaan ikääntyvien liikkumista
Liikuntatapahtumia lajikokeiluina, tempauspäiviä kuntoilupaikoissa	4	Myös huonosti liikkuville: liikkumiskaveri, saavutettavuus, toimivuus, oma kuntoilusali ikäihmisille Maksuton kuljetus yli 70v.
Eläköityville läksiäislahja	3	Haastetaan työnantajat yhteiseen projektiin: kävelysauvat, kuntosalikortti, uimahalliliput
Tiedottaminen ja viestintä	2	Jo olemassa olevien palveluiden kartoittaminen
Ylisukupolvisuus	1	Tapahtumia kaupunginosittain
Vertaisryhmiä	1	Säännölliset tapaamiset: eri lajeja: sauvakävely, avantouinti, kuntosali (vrt. Taidemuseo)
Mittarit tavoitteiden rinnalle		Millä ja miten tuloksia mitataan ja arvioidaan

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

KIITOS OSALLISTUMISESTASI TYÖPAJAAN!

WWW.SMARTSPORT.FI

SMART  SPORT