



23.11.2022

Asia/27

---

## Päätöshistoria

Kaupunginhallitus 07.11.2022 § 769

HEL 2022-005397 T 00 00 03

### Päätös

Kaupunginhallitus esitti kaupunginvaltuustolle seuraavaa:

Kaupunginvaltuusto katsoo aloitteen loppuun käsitellyksi.

### Esittelijä

kansliapäällikkö  
Sami Sarvilinna

### Lisätiedot

Maria Nyfors, kaupunginsihteeri, puhelin: 310 21731  
maria.nyfors(a)hel.fi

Kulttuuri- ja vapaa-aikalautakunta 06.09.2022 § 141

HEL 2022-005397 T 00 00 03

### Lausunto

Kulttuuri- ja vapaa-aikalautakunta antoi asiasta seuraavan lausunnon:

Kulttuuri- ja vapaa-aikalautakunta toteaa, että tällä hetkellä ei ole riittäviä perusteluita laajentaa liikuntapalveluiden maksuttomuutta koskemaan yleisesti kaikkia ikääntyneitä. Keskeisimpiä perusteluja ovat yleisestä maksuttomuudesta seuraavat huomattavat taloudelliset vaikutukset kulttuurin ja vapaa-ajan toimialan talouteen sekä yksiselitteisen tutkimusnäytön puute maksuttomuuden vaikutuksista erityisesti vähän liikkuvien ikääntyneiden liikuntaan.

Lautakunta pitää välttämättömänä, että ikääntyneille suunnattua liikuntatarjontaa kehitetään jatkossakin yhteistyössä liikuntapalveluiden, sosiaali- ja terveystalouden, työväenopiston ja Urheiluhallit Oy:n kanssa, mutta enenevästi myös järjestö- ja yksityisen sektorin toimijoita osallistaen. Erityisesti palveluiden alueellisessa saavutettavuudessa, viestinnässä, palveluiden roolien selkeyttämisessä ja vähän liikkuvien ikääntyneiden tavoittamisessa on paljon parannettavaa.

Taustaa ikääntyneiden liikkumisesta

---



Kolme neljästä yli 65-vuotiaasta helsinkiläisestä ei tällä hetkellä liiku riittävästi suhteessa kansallisiin liikkumisen suosituksiin. Erityisen huolestuttavaa on, että noin 40 prosentilla ikääntyneistä päivittäinen liikkuminen on entisestään vähentynyt pitkään jatkuneen koronatilanteen johdosta. Aktiivisesti kuntoliikuntaa harrastavien osuus on myös pudonnut hälyttävän alhaiseksi. Asiantuntijoiden havainnot osoittavat, että fyysiseen toiminta- ja kävelykykyyn liittyvät haasteet ovat yleistyneet, ja ikääntyneiden hyvinvoinnin polarisaatio on entisestään syventynyt.

Säännöllisen liikkumisen välttämättömyys ja hyvää tuottava vaikutus ymmärretään tällä hetkellä entistä paremmin. Monipuolinen fyysinen aktiivisuus ennaltaehkäisee tyypillisimpiä kansansairauksia ja kaatumisia, vahvistaa itsenäistä pärjäämistä kotiloissa, ylläpitää myönteistä elämänasennetta ja mielenhyvinvointia sekä tarjoaa mielekkäitä vaihtoehtoja yksinäisyydelle. Omatoimisilla ja ohjatuilla liikuntaharrastuksilla on ikääntyneille huomattavasti terveyttä, fyysistä toimintakykyä ja fyysistä kuntoa laajempi merkitys. Harrastukset rytmittävät arkea, mahdollistavat uusien taitojen oppimista, ja ovat ennen kaikkea luontainen tapa kohdata vertaisia ja ystäviä.

Ikääntyneiden liikkumisen edistäminen on huomattavasti liikuntaa laajempi asia

Ratkaisua liikkumisen vähäisyyteen on tyypillisesti haettu liikuntaharrastuksista ja liikuntatoimijoilta. Tutkimustieto, asiantuntijoiden havainnot ja ikäihmisten haastattelut osoittavat kuitenkin kiistattomasti, että ikääntyneiden liikkumismahdollisuuksien parantamiseen tarvitaan huomattavasti kuntoliikuntaa laajempi lähestymistapa. Päivittäinen arki-liikkuminen on välttämätöntä mahdollisista liikuntaharrastuksista riippumatta.

Helsingin kaupungin palvelut ovat pitkin 2010-lukua tehneet poikkihallinnollista yhteistyötä ikääntyneiden liikkumisessa. Valtuustokaudella 2017–2021 kaupunkistrategian kärkihankkeena toteutetun liikkumisohjelman myötä yhteinen tekeminen on vahvistunut. Helsinki on nostanut ikääntyneiden liikkumisen kaupungin yhteiseksi hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tavoitteeksi vuosina 2021 ja 2022, jona se jatkaa myös vuonna 2023. Työtä jatketaan kaupungin hyvinvointisuunnitelmassa 2022–2025.

Jokainen kaupungin toimiala on mukana ikäihmisten liikkumisen edistämässä. Yhteistyön tavoitteena on poistaa esteitä ikääntyneiden arkielämästä, joista tärkeimpiä ovat ympäristön esteellisyys, palveluiden saavutettavuus, haasteet kulkemisessa, mutta myös yksinäisyys ja sosiaalisen tuen puute. Merkittävä osa ikääntyneistä ei löydä sujuvasti tietoa olemassa olevista palveluista hyvinvointinsa tueksi.



Yhteistyö on synnyttänyt uutta. Liikkumissopimus on otettu käyttöön noin 70 prosentilla sairaala-, hoiva- ja kuntoutuspalveluiden asiakkaita. Kaupungin yhteistyö Ylen kanssa on tuonut Jumppahetket suomalaisiin koteihin ja Helsinki-kanavalle on tuotettu 40 jaksoa Seniorijump-paa. Anna arjen liikuttaa -kampanja tavoitti arviolta 100 000 helsinkiläistä. Sosiaali- ja terveystoimiala ja kulttuurin ja vapaa-ajan toimiala ovat yhteistyössä myöntäneet 3,4 miljoonaa euroa erillistä avustusrahaa kymmenille järjestöille ja muille yhteisöille ikääntyneiden kulttuuria ja liikkumista edistävään, osallistujille maksuttomaan toimintaan vuosi-na 2021 ja 2022. Kävelyn ja pyöräilyn edistämiseen on laadittu omat toimenpideohjelmansa.

Penkkien määrää lisätään puistoissa ja yleisillä katualueilla. Ikääntyneitä laajasti tavoittavilla terveysasemilla on käynnissä Liiku terveydeksi -projekti, joka vahvistaa liikkumiseen liittyvää puheeksiottoa, neuvontaa ja ohjausta. Valmisteilla on myös ikääntyneiden palveluita nykyistä johdonmukaisemmin jäsentävä verkkosivusto.

#### Edulliset tai maksuttomat liikuntamahdollisuudet Helsingissä

Liikunnan hinta on yksi raportoiduista liikunnan esteistä. Tästä syystä Helsingissä liikuntapalvelut ovat joko kokonaan maksuttomia tai voimakkaasti hinnaltaan subventoituja. Liikkuminen on kokonaan maksutonta muun muassa liikuntapalveluiden ylläpitämällä lähiliikuntapaikoilla, ulkokuntosaleilla, kuntoportilla, ulkoilureiteillä, uimarannoilla ja hiihtoladuilla. Myös puistojumppat kesäaikana ja osa syys-, talvi- ja kevätai-kaan järjestettävistä alueliikunnan tunneista on maksuttomia, kuten myös ikääntyneille suunnattu liikuntaneuvonta. Liikuntapalveluissa on kehitteillä vapaaehtois- ja vertaisohjattua liikuntaa, joka on osallistujille maksutonta. Helsinki-kanavalla on tarjolla kymmeniä maksuttomia kotijumppia. Lisäksi Liikuntaluuri-palvelun avulla voi saada maksutta tukea liikunnallisen elämäntavan aloittamiseen.

Ikääntyneiden sisäänkäynti- ja kurssimaksut liikuntapalveluihin ovat voimakkaasti subventoituja. Ohjattujen liikuntakurssien hinnat vaihtelevat 15–45 euron välillä riippuen kurssin kestosta ja liikuntamuodosta. Kuukausikortti ja 10 kerran kortti kaupungin uimahalleihin (sis. uinti ja kuntosalit) maksaa 24 euroa ja Kisahallin ja Liikuntamyyllyn vapaaseen käyttöön 16 euroa. Alennusryhmien kertamaksu uimahalleihin on 3 euroa ja monitoimihalleihin (Kisahalli ja Liikuntamyylly) 2 euroa.

Liikuntapalveluiden lisäksi sosiaali- ja terveystoimialan palvelukeskukset ja asukastalot, kasvatuksen ja koulutuksen toimialan Työväenopisto ja kaupunkikonserniin kuuluva Urheiluhallit Oy tarjoavat olosuhteita ja toimintaa ikääntyneiden liikuntaan, osin maksuttomasti. Sosiaali- ja terveystoimialan 15 palvelukeskuksessa toimintakyvyltään heikentyneille



ikäntyneille suunnattu liikuntatarjonta on maksutonta, ja palvelukeskuksissa kaikki eläkeläiset ja työttömät voivat käydä itsenäisesti kuntosalilla maksutta. Helsingin kymmenessä asukastalossa järjestetään osallistujille maksutonta liikuntatoimintaa. Työväenopisto järjestää ikääntyneille liikuntakursseja, joiden maksu on 50 % normaalista kurssimaksusta, noin 15–30 euroa kaudessa (syys- tai kevätlukukausi).

Pääsääntöisesti muissa suurissa kaupungeissa, kuten Tampereella, Turussa, Jyväskylässä, Oulussa ja Kuopiossa on käytössä maksullisia, senioreille suunnattuja kortteja usein päiväsaikaan toteutettavaan oma-toimiseen liikuntaan. Sen sijaan Espoo, Vantaa ja Kauniainen tarjoavat maksuttomia, omatoimisia liikuntapalveluja ikääntyneille kaupunkilaisille.

#### Yksityiskohtaiset perustelut aloitevastaukseen

Ikääntyneiden liikuntapalveluiden yleinen maksuttomuus johtaisi kulttuurin ja vapaa-ajan toimialalla merkittäviin tulonmenetyksiin. Toimialan palvelutuotannosta noin 15 prosenttia katetaan tuotoilla. Tulojen menetykset joudutaan korvaamaan muiden ryhmien hintojen korotuksilla tai muiden menojen leikkauksilla. Liikuntapalveluiden osalta arviot osoittavat, että tämänhetkinen tulonmenetyks on vuositasona noin 850 000 euroa. Koska ikääntyneiden liikuntaa järjestävät kaupungissa myös muut kaupunkikonsernin toimijat, tulee aloitteen toteuttamisen vaikutukset arvioida myös näiden tahojen toiminnan näkökulmista. Urheiluhallit Oy:n, Mäkelänrinteen Uintikeskuksen, sekä Vuosaaren Urheilutalo Oy:n laitosavustusten kasvun tarpeen arvioidaan olevan noin 1,1 miljoonaa euroa vuodessa. Tulonmenetyksiä arvioitaessa on huomioitava myös ikääntyneiden määrän merkittävä kasvu tulevina vuosina; vuonna 2020 laaditun väestöennusteen mukaan Helsingissä asuu vuonna 2030 lähes 140 000 yli 65-vuotiasta.

Maksuttomuus ei tuo automaattisesti uusia asiakkaita liikunnan pariin, vaan voi mahdollisesti johtaa ikääntyneiden jo ennestään suurten liikukumiserojen kasvuun. Maksuttomien palveluiden vaikutuksista ikäihmisten liikuntaan tarvitaan lisää tutkimustietoa. Espoon kaupunki on toteuttanut 68+ Sporttikortin vaikuttavuudesta selvityksen (KPMG, 2016), jossa maksuttomuuden ei todettu olevan keskeisin senioriväestön hyvinvointia ja liikunta-aktiivisuutta lisäävä tekijä. Selvityksen mukaan ikääntyneiden liikuntapalveluiden maksuttomuus on vaikuttanut ensisijaisesti jo palveluita käyttäviin, liikuntaa harrastaviin ja palveluista tietoisiin kaupunkilaisiin. Raportin tulokset selittynevät ennen kaikkea sillä, että liikunnan esteet ovat huomattavasti taloudellisia näkökulmia moninaisemmat. Tutkimusten mukaan erityisesti alentunut toimintakyky ja terveydentila estävät ikääntyneiden osallistumista liikuntaharrastuksiin. Lisäksi heikko motivaatio ja pystyvyyden tunne, virheelliset tai



puutteelliset tiedot fyysisestä aktiivisuudesta tai liikuntamahdollisuuksista, sekä kielteiset kokemukset liikunnasta vähentävät todennäköisyyttä liikunnan harrastamiseen. Osalla ikääntyneistä aktiivisuus suuntautuu muihin harrastuksiin. Moni ikäihminen kaipaa vertaista tai kaveria, jonka kanssa lähteä liikkumaan.

Vuodesta 2021 lähtien ikääntyneille ohjattua liikuntaa on kehitetty yhteistyössä liikuntapalveluiden, palvelukeskusten, työväenopiston ja Urheiluhallit Oy:n kanssa. Ikääntyneiden ohjatun liikunnan työryhmän tavoitteina on, että Helsingin kaupungin eri toimijoiden tuottamat, ikääntyneille suunnatut liikuntapalvelut kohtaavat paremmin heterogeenisen kohderyhmänsä tarpeet, kaupungin toimijoiden välinen työnjako selkeytyy, ohjatuissa liikuntapalveluissa tavoitetaan entistä enemmän vähän liikkuvia ikäihmisiä, ja ikäihmisten on helpompi löytää toimintakyvylleen sopivia liikuntapalveluja. Luonnokseen kaupungin hyvinvointisuunnitelmasta 2022–2025 on kirjattu tavoitteeksi, että vähintään kerran viikossa liikuntaa harrastavien, sekä liikkumissuosituksella täyttävien ikääntyneiden osuus kasvaa. Tavoitteeseen tähdätään muun muassa kehittämällä palvelutarjontaa etäpalvelut sekä vapaaehtois- ja vertaistoiminta huomioiden sekä osallistamalla myös kolmannen ja yksityisen sektorin toimijat yhteistyöhön erityisesti alueilla, joilla liikkumisen lisäämiselle on suurin tarve.

Yleisen maksuttomuuden sijaan tarvitaan tarkemmin kohdennettua ajattelua myös liikunnan taloudelliseen saavutettavuuteen liittyen. Helsingiläiset ikääntyneet ovat keskimäärin varsin hyvin toimeentulevia. Ikääntyneiden tulotaso on viime vuosina myös noussut ja ero työikäiseen väestöön kaventunut. Kaikilla ikääntyneillä asiat eivät kuitenkaan ole yhtä hyvin. Kaikista pienituloisimpia ovat takuueläkkeen piirissä olevat sekä perustoimeentulotukea saavat. Takuueläkettä sai helsinkiläisistä ikääntyneistä 4,3 % vuonna 2021. Perustoimeentulotukea sai helsinkiläisistä ikääntyneistä 4,3 % vuonna 2020. Kela vastaa perustoimeentulotuen myöntämisestä Suomessa. Kunnan on mahdollista myöntää sosiaalityön asiakkaille täydentävää tai ehkäisevää toimeentulotukea, joilla edistetään asiakkaan sosiaalista turvallisuutta ja omatoimista suoriutumista sekä ehkäistään syrjäytymistä. Liikuntapalveluiden maksujen huomioinnista osana kunnan toimeentulotuen harkintakriteereitä tarvitaan vuoropuhelua sosiaali- ja terveystoimialan ja kulttuurin ja vapaa-ajan toimialan välillä.

Esittelijä

liikuntajohtaja  
Tarja Loikkanen

Lisätiedot

Taija Savolainen, erityissuunnittelija, puhelin: 09 310 26698  
taija.savolainen(a)hel.fi



23.11.2022

Asia/27

---

Minna Paajanen, projektipäällikkö, puhelin: 310 21162  
minna.paajanen(a)hel.fi

---