



23.11.2022

Ärende/27

## § 308

### Ledamoten Hilikka Ahdes motion om avgiftsfria motionstjänster för seniorer

HEL 2022-005397 T 00 00 03

#### Beslut

Stadsfullmäktige betraktade gruppmotionen som slutbehandlad.

#### Behandling

Ledamoten Hilikka Ahde understödd av ledamoten Sinikka Vepsä föreslog följande hemställningskläm:

Stadsfullmäktige förutsätter att staden utreder möjligheten att ordna en enkät för seniorer om hur många nya äldre användare stadens motionstjänster skulle få om de blev avgiftsfria. På basis av enkäten kunde exempelvis revisionsnämnden bedöma hur mycket seniorernas rörlighet skulle öka om motionstjänsterna blev avgiftsfria.

Stadsfullmäktige godkände stadsstyrelsens förslag.

8 omröstningen

Ledamoten Hilikka Ahdes förslag till hemställningskläm JA, motsätter sig NEJ

JA-förslag: Ledamoten Hilikka Ahdes förslag till hemställningskläm  
NEJ-förslag: Motsätter sig

Ja-röster: 11

Hilikka Ahde, Mahad Ahmed, Nita Austero, Elisa Gebhard, Eveliina Heinäluoma, Fardoos Helal, Jenni Hjelt, Ville Jalovaara, Nasima Razmyar, Minna Salminen, Sinikka Vepsä

Nej-röster: 18

Maaret Castrén, Jussi Halla-aho, Atte Kaleva, Erkki Karinoja, Marko Kettunen, Laura Korpinen, Heimo Laaksonen, Minna Lindgren, Otto Meri, Matias Pajula, Pia Pakarinen, Mika Raatikainen, Risto Rautava, Mirita Saxberg, Seida Sohrabi, Juhani Strandén, Nina Suomalainen, Juhana Vartiainen

Blanka: 51

Outi Alanko-Kahiluoto, Paavo Arhinmäki, Sirpa Asko-Seljavaara, Eva



Biaudet, Harry Bogomoloff, Silja Borgarsdóttir Sandelin, Jussi Chydenius, Fatim Diarra, Mika Ebeling, Nora Grotenfelt, Mia Haglund, Atte Harjanne, Titta Hiltunen, Veronika Honkasalo, Shawn Huff, Nuutti Hyttinen, Anniina Iskanius, Kati Juva, Elina Kauppila, Otso Kivekäs, Mai Kivelä, Laura Kolbe, Vesa Korkkula, Sini Korpinen, Minja Koskela, Teija Makkonen, Petra Malin, Nina Miettinen, Björn Månsson, Tuomas Nevanlinna, Kimmo Niemelä, Matti Niiranen, Dani Niskanen, Johanna Nuorteva, Hannu Oskala, Jenni Pajunen, Mikko Paunio, Terhi Peltokorpi, Suvi Pulkkinen, Marcus Rantala, Tuomas Rantanen, Laura Risänen, Wille Rydman, Sari Sarkomaa, Pekka Sauri, Daniel Sazonov, Oula Silvennoinen, Tuomas Tuomi-Nikula, Sanna Vesikansa, Maarit Vierunen, Ozan Yanar

Frånvarande: 5

Timo Harakka, Harry Harkimo, Mikael Jungner, Sami Muttilainen, Erkki Tuomioja

Stadsfullmäktige godkände inte ledamoten Hilikka Ahdes förslag till hemställningskläm.

Föredragande

Stadsstyrelsen

Upplysningar

Maria Nyfors, stadssekreterare, telefon: 310 21731  
maria.nyfors(a)hel.fi

## Bilagor

- 1 Valtuutettu Hilikka Ahteen aloite
- 2 Vanhusneuvoston lausunto

## Sökande av ändring

Förbud mot sökande av ändring, beredning eller verkställighet

## Beslutsförslag

Beslutet stämmer överens med förslaget.

## Föredragandens motiveringar

Ledamoten Hilikka Ahde och 18 andra ledamöter föreslår i sin motion att staden uppmuntrar seniorer att röra på sig genom att erbjuda dem avgiftsfria motionstjänster.

Stadsstyrelsen understöder inte tanken på att erbjuda alla äldre avgiftsfria motionstjänster, eftersom de ekonomiska konsekvenserna av avgiftsfrihet är avsevärda och det inte finns några entydiga vetenskapliga



belägg på dess betydelse för särskilt äldre personer som bara rör på sig lite.

Tre av fyra Helsingforsbor över 65 rör sig inte tillräckligt i förhållande till de nationella motionsrekommendationerna. För cirka 40 procent av de äldre har den dagliga motionen minskat ytterligare till följd av det långvariga coronaläget. Andelen äldre som motionerar aktivt har minskat, det har blivit vanligare med problem med funktionsförmågan och polariseringen av välbefinnandet bland äldre har ytterligare fördjupats.

Mångsidiga fysisk aktivitet förebygger de vanligaste folksjukdomarna och fallolyckor, stärker förmågan att klara sig själv i hemförhållanden, upprätthåller en positiv livsattityd och det mentala välbefinnandet samt minskar ensamhet. Utöver att motionshobbyer, vare sig de är ledda eller utövas på egen hand, förbättrar hälsan, funktionsförmågan och konditionen, har de också en mycket vidare betydelse för de äldre. Hobbyerna skapar rytm i vardagen, ger möjlighet att lära sig nya färdigheter och är ett naturligt sätt att träffa vänner och personer i en liknande livssituation.

Stadens tjänster samarbetar tväradministrativt för att främja motion bland de äldre. Den föregående strategiperiodens motions- och rörlighetsprogram stärkte samarbetet. Staden har tagit de äldres motion till gemensamt mål för att främja välbefinnande och hälsa, och arbetet fortsätter i stadens välfärdsplan. Social- och hälsovårdssektorn och kultur- och fritidssektorn har tillsammans beviljat organisationer 3,4 miljoner euro i bidrag för verksamhet som är avgiftsfri för deltagarna och främjar kultur och motion bland de äldre under åren 2021 och 2022.

Syftet med det tväradministrativa samarbetet är att avlägsna hinder för vardagsmotion bland de äldre, varav de viktigaste är en otillgänglig miljö, dålig åtkomst till tjänster, svårigheter att ta sig fram, ensamhet och brist på socialt stöd. För en avsevärd del av de äldre är det svårt att hitta information om utbudet av tjänster som kunde stödja deras välbefinnande. Särskilt i tjänsternas åtkomlighet i olika områden, kommunikationen, klarläggningen av tjänsternas roller och att nå de äldre som bara rör på sig lite finns det mycket att förbättra.

Stadens motionstjänster är antingen helt avgiftsfria eller kraftigt subventionerade. Det är helt avgiftsfritt att idrotta bland annat på näridrottsplatser, utegym, friluftsleder och badstränder samt i konditionstrappor och skidspår. Även parkgymna sommartid och vissa förortsmotionstimmar på hösten, vintern och sommaren är avgiftsfria, liksom även motionsrådgivningen för äldre. Idrottstjänsterna utvecklar just nu avgiftsfria motionsformer som leds av frivilliga eller är kamratledda. På Helsingforskanalen finns tiotals avgiftsfria videor med hemmagym-



pa. Därtill kan man via telefontjänsten Motionsluren (Liikuntaluuri) få avgiftsfritt stöd för att börja med en aktiv livsstil.

Även social- och hälsovårdssektorns servicecentraler och invånarhus, fostrans- och utbildningssektorns arbetarinstitut och Urheiluhallit Oy, som hör till stadskoncernen, erbjuder de äldre motionsverksamhet och förutsättningar för motion, delvis avgiftsfritt.

Inträdes- och kursavgifterna till stadens idrotts- och motionstjänster är kraftigt subventionerade för de äldre. Priserna på ledda motionskurser varierar mellan 15 och 45 euro, ett månadskort och ett kort för tio besök till stadens simhallar (inklusive gym) kostar 24 euro, och motsvarande kort till Sporthallen och Sportkvarnen 16 euro. Engångsavgiften till simhallarna är tre euro för rabattgrupper och två euro till Sporthallen och Sportkvarnen.

I de flesta andra stora städer, som till exempel Tammerfors, Åbo, Jyväskylä, Uleåborg och Kuopio, används avgiftsbelagda kort för seniorer för självständig motion, ofta dagtid. Esbo, Vanda och Grankulla erbjuder de äldre avgiftsfria tjänster för självständig motion.

Avgiftsfria motionstjänster för alla äldre skulle leda till ett avsevärt inkomstbortfall för kultur- och fritidssektorn. Sektorn är nettobudgeterad, vilket betyder att inkomstbortfall måste täckas genom att höja priserna för andra grupper eller skära ner andra utgifter. Avgiftsfria motions-tjänster för alla äldre skulle leda till ett årligt inkomstbortfall på cirka 850 000 euro. Om också motionstjänsterna i stadskoncernens sporthallar, Backasbrinkens simcenter och Nordsjö idrottshus blev avgiftsfria för de äldre skulle behovet av anläggningsbidrag öka med cirka 1 100 000 euro om året. När man beräknar inkomstbortfallet måste man även beakta att antalet äldre kommer att öka avsevärt under de kommande åren.

Avgiftsfrihet i sig ger inte automatiskt idrotten några nya kunder utan kan leda till att motionsskillnaderna äldre emellan ökar ännu mer. Det behövs mer forskningsdata om inverkan av avgiftsfria tjänster på hur mycket de äldre rör på sig. Esbo stad har utfört en undersökning (KPMG, 2016) om 68+ Sportkortets effekter. Undersökningen visar att avgiftsfriheten främst har påverkat de stadsbor som redan använder tjänsterna, motionerar och är medvetna om tjänsterna.

Orsakerna till att äldre personer inte motionerar är talrika och begränsar sig inte till priset. Forskning visar att särskilt försämringar i funktionsförmågan och hälsotillståndet hindrar äldre människor att delta i motion och idrott. Även svag motivation och uppfattning om ens förmågor, felaktig och bristfällig information om fysisk aktivitet eller motions-möjligheter samt negativa upplevelser av motion minskar sannolikheten



för att de äldre ska motionera. En del äldre utövar aktivt andra hobbyer. Många äldre saknar kamrater att motionera med.

Äldre Helsingforsbor är i genomsnitt tämligen välbeställda. Inkomstnivån bland de äldre har ökat under de senaste åren och skillnaden mot den befolkningen i arbetsför ålder har minskat. Alla äldre har det dock inte så väl ställt, och i stället för en allmän avgiftsfrihet behövs det ett mer riktat förhållningssätt till motionstjänsternas ekonomiska tillgänglighet.

Sedan i fjol har man utvecklat ledd motion för den äldre befolkningen i samarbete med idrottstjänsterna, servicecentralerna, arbetarinstitutet och Sporthallarna. Arbetsgruppen för ledd idrott och motion för äldre har följande mål: att de idrottstjänster som olika aktörer i staden producerar för de äldre bättre ska motsvara sin mångfasetterade målgrupps behov, att aktörernas arbetsfördelning blir tydligare, att de ledda idrottstjänsterna når fler äldre personer som rör sig lite och att det blir lättare för dessa att hitta motionstjänster som motsvarar deras funktionsförmåga.

Kultur- och fritidsnämnden och äldrerådet har gett utlåtanden i ärendet. Stadsstyrelsens svar stämmer överens med nämndens utlåtande. Äldrerådet understöder avgiftsfrihet i enlighet med förslaget i motionen och konstaterar i sitt utlåtande att detta motsvarar äldrerådets tidigare ställningstaganden och initiativ. Utlåtandet finns som bilaga till motionen.

Enligt 30 kap. 11 § 2 mom. i förvaltningsstadgan ska stadsstyrelsen förelägga fullmäktige en motion som undertecknats av minst 15 ledamöter (gäller de fullmäktigemotioner som lämnades in senast 30.4.2022).

Föredragande

Stadsstyrelsen

Upplysningar

Maria Nyfors, stadssekreterare, telefon: 310 21731  
maria.nyfors(a)hel.fi

Bilagor

- 1 Valtuutettu Hilka Ahteen aloite
- 2 Vanhusneuvoston lausunto

Sökande av ändring

Förbud mot sökande av ändring, beredning eller verkställighet

Beslutshistoria

Postadress  
PB 1  
00099 HELSINGFORS STAD  
kaupunginkanslia@hel.fi

Besöksadress  
Norra esplanaden 11-13  
Helsingfors 17  
<http://www.hel.fi/kaupunginkanslia>

Telefon  
+358 9 310 1641  
Telefax

FO-nummer  
0201256-6

Kontonr  
FI0680001200062637  
Moms nr  
FI02012566



23.11.2022

Ärende/27

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 perusteluita 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 terveystieteiden, 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 pu-



donnut 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 arkiliikkuminen 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 liikkumiselta, 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 asiakkaisista. Kaupungin yhteistyö Ylen kanssa on tuonut Jumppahetket suomalaisiin koteihin ja Helsinki-kanavalle on tuotettu 40 jaksoa Seniorijumppaa. 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 vuosina 2021 ja 2022. Kävelyn ja pyöräilyn edistämiseen on laadittu omat toimenpideohjelmansa.

Penkkien määrää lisätään puistoissa ja yleisillä katualueilla. Ikääntyneitä laajasti tavoitavilla 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, kuntoportailta, ulkoilureiteillä, uimarannoilla ja hiihtoladuilla. Myös puistojummat kesäaikana ja osa syys-, talvi- ja kevät aikaan 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 sisäänpääsy- ja kurssimaksut liikuntapalveluihin ovat voimakkaasti subventoituja. Ohjattujen liikuntakurssien hinnat vaihtelevat 15–45 euron välillä riippuen kurssin kestosta ja liikuntamuodosta. Kukauskortti ja 10 kerran kortti kaupungin uimahalleihin (sis. uinti ja kuntosalit) maksaa 24 euroa ja Kisahallin ja Liikuntamylyn vapaaseen käyttöön 16 euroa. Alennusryhmien kertamaksu uimahalleihin on 3 euroa ja monitoimihalleihin (Kisahalli ja Liikuntamyly) 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 ikääntyneille 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 tulonmenetykset on vuositasolla 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 liikumiserojen 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 tietosiin 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.



23.11.2022

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 liikuvia ikäihmisiä, ja ikäihmisten on helpompi löytää toimintakyvyllään sopivia liikuntapalveluja. Luonnokseen kaupungin hyvinvointisuunnitelmasta 2022–2025 on kirjattu tavoitteeksi, että vähintään kerran viikossa liikuntaa harrastavien, sekä liikkumissuosituksat täyttävien ikääntyneiden osuus kasvaa. Tavoitteeseen tähdätään muun muassa kehittämällä palvelutarjontaa etäpalvelut sekä vapaaehtois- ja vertaistointiminta 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  
Minna Paajanen, projektipäällikkö, puhelin: 310 21162  
minna.paajanen(a)hel.fi