

## **Valtuutettu Keisteri-Sipilän ja valtuutettu Mäkäräisen sekä 38 muun valtuustoaloite koskien liikkumisen palveluihin ohjautumisen vahvistamista**

Liikkumattomuus on yksi merkittävimmistä kansanterveyden haasteista Suomessa ja keskeinen riskitekijä useille pitkäaikaissairauksille. Samanaikaisesti tiedämme, että liikunnan lisääminen on kustannusvaikuttava keino edistää väestön hyvinvointia ja vähentää sosiaali- ja terveydenhuollon kuormitusta.

Useilla hyvinvointialueilla Suomessa on kehitetty palvelupolkuja, joissa sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilainen ohjaa asiakkaan liikuntaneuvontaan esimerkiksi liikkumisreseptin avulla. Mallia on edistetty valtakunnallisesti muun muassa UKK-instituutin toimesta. Liikkumisresepti on yksi esimerkki työkalusta, jolla liikkuminen voidaan ottaa systemaattisesti puheeksi ja asiakas ohjata eteenpäin sopiviin palveluihin.

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueella on aiemmin käsitelty liikkumisreseptiin liittyvää valtuustoaloitetta, joka kohdistui erityisesti ikääntyneiden toimintakykyyn ja kaatumisten ennaltaehkäisyyn. Vastauksessa todettiin, että liikkumisreseptin tavoitteita edistetään osana kotihoidon ja kotikuntoutuksen kehittämistä, eikä erillistä yhtenäistä toimintamallia otettu käyttöön. Aloite todettiin loppuun käsitellyksi.

Tällä hetkellä käytännöt vaihtelevat eri palveluissa, eikä liikkumisen edistäminen ole systemaattinen osa kaikkia sosiaali- ja terveydenhuollon kohtaamisia. Liikkumisen palvelupolkujen sujuvuutta ja näkyvyyttä asiakkaan näkökulmasta on tarpeen edelleen vahvistaa. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on kuntien ja hyvinvointialueiden yhteinen tehtävä. Toimivat ja sujuvat liikkumisen palvelupolut ovat keskeinen osa tätä yhteistyötä. Hyvinvointialueella on lain mukainen vastuu edistää asukkaidensa hyvinvointia ja terveyttä osana palvelujen järjestämistä ja tuottamista, erityisesti ennaltaehkäisevän työn ja varhaisen tuen keinoin. Liikkumisen edistäminen ja siihen ohjaaminen ovat keskeinen osa tätä kokonaisuutta.

Me allekirjoittaneet esitämme, että hyvinvointialue:

1. Selvittää liikkumisen edistämisen nykytilan sekä käytössä olevat palvelupolut ja liikuntaneuvontaan ohjautumisen käytännöt alueella.
2. Vahvistaa liikkumisen palveluihin ohjautumisen toimintamallit, hyödyntäen esimerkiksi liikkumisreseptin kaltaisia työkaluja.

3. Varmistaa, että sosiaali- ja terveydenhuollon henkilöstöllä on riittävä osaaminen ja selkeät käytännöt liikkumisen puheeksiottoon sekä asiakkaan ohjaamiseen oikeaan palveluun.

Espossa 28.4.2026, Karoliina Mäkäräinen ja Elli Keisteri-Sipilä

Allekirjoitettu

28.4.2026

Keisteri-Sipilä Elli / kysymyksen jättäjä

Mäkäräinen Karoliina / kysymyksen jättäjä

Hukari Hanna

Laine Anna

Ahonen Emmi

Mattsson Fanni

Peltoniemi Noora

Partanen Henna

Seppälä Peppi

Karimäki Johanna

Hyrkkö Saara

Juuti Sini

Aaltola Maija

Valkeapää Terhi

Hiila Eeva

Ahjoniemi Satu

Skaffari Laura

Vehmanen Emma-Stina

Uusitalo Arja

Järvenpää Kaarina

Akinyemi Aino

Kokko Elina

Nurminen Minna

Haapaniemi Timo

Hietanen-Tanskanen Ira

Ali Habiba

Mönttinen Ari

Sahiluoma Anna

Tiitinen Helena

Poutala Mika

Paakkunainen Lotta

Ahloos Tiina

Aittakumpu Birgit

Rodriguez Elina

Lievonen Mikko

Marttila Helena

Salovaara Taru

Cederlöf Karin

Ahlefelt Anne

Lindholm Julia