

Hyvinvointiseminaari

14.5.2024

Raaseporin kaupunki

Julia Salmela, Liikuntapalvelupäällikkö



**RASEBORG
RAASEPORI**

- ▶ Raasepori on noin 27 500 asukkaan kaupunki Länsi-Uudellamaalla. Kaupunki perustettiin vuonna 2009 Tammisaaren, Karjaan ja Pohjan yhdistymisestä.



Millä tavoin terveyden edistäminen näkyy kunnan kirjatuissa dokumenteissa

- ▶ Strategia
- ▶ Hyvinvointisuunnitelma
- ▶ Pyöräilyn edistämishjelma
- ▶ Yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelma
- ▶ Henkilöstöresursseja koskeva toimintasuunnitelma



Kunnan eri toimialojen yhteistyö asukkaiden liikunnan lisäämiseksi

- ▶ Monialainen kansalaisbudjetointi
- ▶ Vuokrasäännökset (yhdistysten vuokratuet eri luokkien mukaan).
- ▶ Ohjattu toiminta
- ▶ Tammissaari-Karjaa pyöräilyreitti, ulkoilureitit, 36 julkisen leikkipaikan ylläpito, 19 julkista uimarantaa,
- ▶ Västerbyn virkistysalue (liikuntaportaat rakennettu 2022, rullaluistelurata rakennettu 2023) Yrityspalvelut: pyöräilyn edistämishjelma, julkisen liikenteen kehittäminen.
- ▶ Ulkokuntosalit, skeittipuistot, kuntoportaat, seniorikuntosalit.

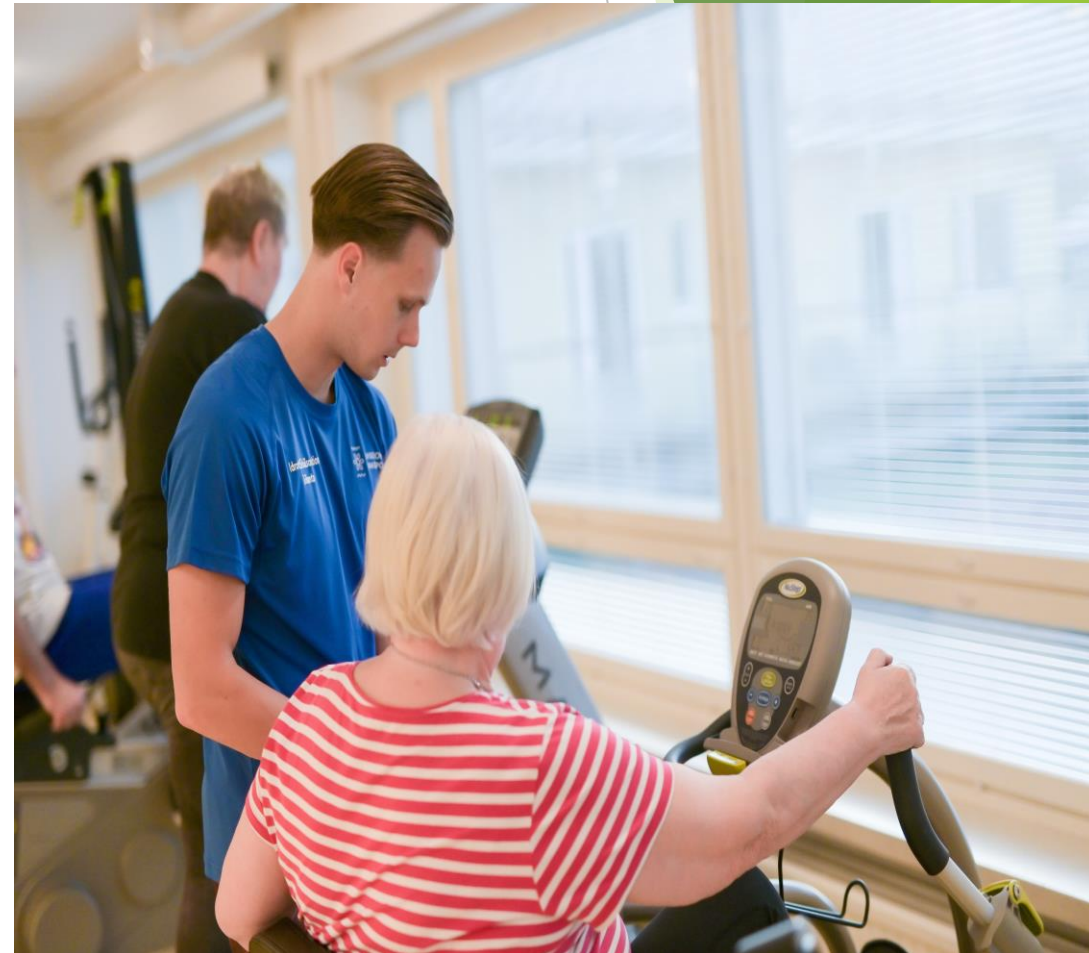


Yhteistyö järjestöjen kanssa

- ▶ Pohjan ulkokuntosali, Skeittipuisto Pohjassa
- ▶ Avustukset järjestöille
- ▶ Markkinointiyhteistyö/sponsorointi
- ▶ Kunnossapitosopimukset, esim. hiihtoladut, jääkentät, nurmet

Yhteistyö yritysten kanssa:

- ▶ Henkilöstön virkistystapahtumat
- ▶ Henkilöstön pyöräilyetu
- ▶ Henkilöstön liikunta-, kulttuuri- ja hyvinvointihyöty
- ▶ Julkiset luisteluvuorot, yhteistyö jäähallin kanssa
- ▶ Yhteistyö muiden kuntien kanssa: Pyöräilyreitit yli kuntarajojen
- ▶ Yhteistyö useiden edellä mainittujen sidosryhmien kanssa: Voimaa Vanhuuten (järjestö, yhdistys, kunta)



Miten digitaalisia toimintatapoja hyödynnetään liikunnan edistämässä

- ▶ SportyPlanner sivusto käytössä liikuntasektorin puolella.
- ▶ QR-koodit ulkokuntosalin koneissa
- ▶ Jumppa-näyttö uimahallissa (Hydrohex)
- ▶ Sosiaalinen media (esim. joulukalenteri, treenivinkit)
- ▶ uintikampanjaan (Ui elämäsi kuntoon)
- ▶ Karttapalvelu eri luokkien mukaan, esim. ulkoilualueet, valaistut kuntoradat, hiihtoladut jne.
- ▶ Pyöräilyhanketta koskeva kansalaiskysely
- ▶ Terveys kouluissa -kysely
- ▶ FB: Raaseporin kaupungin liikunta, Instagram: motionliikunta_raseborg

Liikunnan ja terveyden edistäminen

Toimenpiteet aktiivisten elämäntapojen edistämiseksi kaupungin henkilöstön keskuudessa:

- Liikunta, kulttuuri ja hyvinvointietu
- Polkupyöräetu
- Edulliset uimahalli- sekä kuntosalikäynnit
- Muovit-toiminta (henkilöstön virkistys)
- Liikunta-teemaviikot
- Ennaltaehkäisevä yhteistyö työterveyshuollon kanssa
- Henkilöstökysely liikunnasta, kyselytuloksiin perustuva toimintasuunnitelma.

