Nro 16/2026

Valtuustoaloite: Liikuntalähetekäytännön käynnistäminen Kirkkonummella yhteistyössä Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen kanssa

"Liikkumattomuus ja pitkäkestoinen paikallaanolo aiheuttavat vakavia fyysisiä, psyykkisiä ja yhteiskunnallisia haittoja" UKK-instituutti.
Liikuntalähetettä käytetään vähän liikkuvien tai tukea tarvitsevien ihmisten ohjaamiseen ammattimaiseen liikuntaneuvontaan. Se toimii linkkinä terveydenhuollon ja kunnan liikuntapalveluiden välillä.

Kirkkonummen kunta tarjoaa Liikuntainfo-palvelua, ohjattua senioriliikuntaa sekä Senioripaku-toimintaa. Suuri osa tukea eniten tarvitsevista ihmisistä (ikääntyneet, tyypin 2 diabetesta sairastavat, ylipainoiset, mielenterveys- tai unioireista kärsivät) eivät kuitenkaan löydä näitä palveluita omatoimisesti. Terveydenhuollon ammattilaisen antama suositus on monelle ratkaiseva sysäys liikkumisen aloittamiseen.
Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen (HYTE) on kunnan ja hyvinvointialueen lakisääteinen yhteistyötehtävä. Liikuntalähete (tai liikuntaresepti) on tästä toimiva esimerkki. Mallissa kunnan hyvinvointikeskuksen lääkäri, hoitaja tai fysioterapeutti tekee liian vähän liikkuvalle ihmiselle ohjauksen kunnan liikuntaneuvontaan. Tämän jälkeen kunnan terveysliikunnanohjaaja ottaa yhteyttä asiakkaaseen ja auttaa häntä löytämään sopivan tavan liikkua matalan kynnyksen ryhmissä. Liikuntalähete on jo käytössä esim. Kouvolassa ja Kotkassa. Meillä Kirkkonummella on hyvät puitteet liikunnalle, käyttäkäämme niitä tehokkaasti.

Aloite:
Me allekirjoittaneet valtuutetut esitämme, että Kirkkonummen kunta ryhtyy toimenpiteisiin liikuntalähetekäytännön käyttöönottamiseksi. Kunta käynnistää neuvottelut Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen (LUVN) kanssa palveluketjun rakentamiseksi hyvinvointikeskuksen terveydenhuollon ja Kirkkonummen kunnan liikuntapalveluiden välille. Tavoitteena on luoda toimintamalli, jossa LUVN:n työntekijät voivat ohjata tukea tarvitsevat ihmiset suoraan kunnan maksuttoman liikuntaneuvonnan ja soveltavan liikunnan piiriin.

Kirkkonummella 19.10.2027
Anneli Granström
Kirkkonummen Perussuomalaiset ry

Fullmäktigemotion: Inledande av motionsremisspraxis i Kyrkslätts kommun i samarbete med Västra Nylands välfärdsområde

"Orörlighet och långvarigt stillasittande orsakar allvarliga psykiska, fysiska och samhälleliga skador" UKK-institutet
Motionsremiss används för att hänvisa människor som rör på sig lite eller behöver stöd till professionell motionsrådgivning. Den fungerar som länk mellan hälsovården och kommunens idrottstjänster.

Kyrkslätts kommun erbjuder tjänsten Motionsinfo, ledd seniormotion och Seniorbilsverksamhet. En stor del av de personer som behöver mest stöd (äldre, personer med typ 2-diabetes eller övervikt samt personer som lider av psykisk ohälsa eller sömnproblem) hittar ändå inte dessa tjänster på egen hand. En rekommendation från en yrkesperson inom hälsovården är för många den avgörande impulsen till att börja röra på sig.
Främjande av välfärd och hälsa är en lagstadgad samarbetsuppgift mellan kommunen och välfärdsområdet. Motionsremiss (eller motionsrecept) är ett fungerande exempel på detta. I modellen hänvisar en läkare, sjukskötare eller fysioterapeut vid kommunens välfärdscentral en person som rör på sig för lite till kommunens motionsrådgivning. Sedan kontaktar en hälsomotionsinstruktör vid kommunen kunden och hjälper kunden att hitta ett lämpligt sätt att röra på sig i lågtröskelgrupper. Motionsremiss används redan bl.a. i Kouvola och Kotka. I Kyrkslätt har vi goda förutsättningar för motion, låt oss använda dem effektivt.

Initiativ:
Vi undertecknade fullmäktigeledamöter föreslår att Kyrkslätts kommun vidtar åtgärder för att införa motionsremisspraxis. Kommunen inleder förhandlingar med Västra Nylands välfärdsområde (LUVN) för att bygga en servicekedja mellan välfärdsområdets hälsovård och Kyrkslätts kommuns idrottstjänster. Målet är ett skapa en verksamhetsmodell där anställda vid LUVN kan hänvisa personer som behöver stöd direkt till kommunens avgiftsfria motionsrådgivning och anpassad motion.

Kyrkslätt 19.10.2027 Anneli Granström
Kirkkonummen Perussuomalaiset ry

Valtuustoaloitteen hyväksyminen ja allekirjoittaminen –
Godkännande och undertecknande av fullmäktigemotionen

Nimi	Allekirjoitus
Aallonharja Piia	
Adlercreutz Anders	
Aintila Anna	
Björk Tony	
Björkroth Sofia	
Blom Urho	
Castrén Heidi	
Ekman Jani	
Engström Miika	
Enqvist Minna	
Felipe Sini	
Fleming Johanna	
Frantsi-Lankia Marjut	
Frimodig Josephine	
Granström Anneli	
Haapaniemi Timo	
Hakapää Minna	
Hedberg Hans	
Huhmarniemi Saara	
Jeremejew Miisa	
Jäppinen Sanni	
Kari Marko	
Karkinen Ronja	
Kaurila Matti	
Kettunen Noora	
Kilappa Antti	
Kiukas Maiju	
Kjerin Ulf	
Kock Fredrik	
Korkman Nadia	
Kähkönen Jani	
Lahti Jukka	
Lahti Viveca	
Lankia Eero	
Lavanti Lauri	
Liljequist Kim	

Valtuustoaloitteen hyväksyminen ja allekirjoittaminen –
Godkännande och undertecknande av fullmäktigemotionen

Nimi	Allekirjoitus
Lindgren Viveca	
Niemi Edla	
Orko Maarit	
Piili Noora	
Purra Riikka	
Ragnell Sami	
Ronkainen Tuovi	
Sahiluoma Anna	
Suominen Tero	
Tapio Suvi	
Valli Lauri	
Valtonen Martin	
Vasenius Thomas	
Ylitolonen Oona	
Åström Kim	
Varavaltuutetut:	
Arttu Lankinen	
Linda Basilier	
Kari Virtanen	
Nina Halme	