

Kirjoittajat: Maarit Luukkaa (Kehittämispäällikkö, hyvinvointi- ja maahanmuuttoasiat)  
Pikita Lempiäinen-Koponen (Turun Move!-työryhmän puheenjohtaja)  
Annukka Muuri (Hankekoordinaattori, Turun Liikkuva koulu)  
Marie Rautio-Sipilä (Hankekoordinaattori, Turun Liikkuva koulu)

## MOVE! –TOIMINTAMALLI TURUSSA

### Move!-työryhmä

Turun Liikkuva koulu -hankkeessa on toiminut syksystä 2016 lähtien poikkihallinnollinen (sivistystoimiala, hyvinvointitoimiala, vapaa-aikatoimiala) Move!-työryhmä, jonka tarkoituksena on:

1. Antaa kouluille ja opettajille käytännön neuvoja mittausten toteutukseen, palautteen antamiseen oppilaille ja huoltajille, tulosten hyödyntämiseen koulupäivien aikana sekä tiedon antamiseen huoltajille mittausten tarkoituksesta ja toteutuksesta. Mittaustuloksia tulee hyödyntää koko koulupäivän aikaisen liikkumisen suunnittelussa, niitä tulee käsitellä koulujen KOR- ja MAR-ryhmissä sekä kouluterveydenhuollossa oppilaiden laajennetuissa terveystarkastuksissa. Mittaustuloksia tulee hyödyntää myös koulun terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen painopistealueiden määrittelyssä yhdessä kouluterveyskyselyn tulosten kanssa.
2. Yhteen sovittaa 5. ja 8. luokkien terveystarkastusten ajankohdat Move!-mittauksiin ja sopia oppilaiden ohjaamisesta tarjolla oleviin liikunnallisiin harrastuksiin (LiikKe-kerhot alakoululaisille, MIHI –toiminta yläkoululaisille, muu koulun liikunnallinen kerhotoiminta, Lapset Liikkeelle –toiminta ja kolmannen sektorin tarjoamat liikuntamahdollisuudet).
3. Sopia Move!-tulosten hyödyntämisestä kaupungin päätöksenteossa strategiatasolla ja niiden mittareina toimimisesta kuntalaisten hyvinvointi-indikaattoreissa.

### Käytännön tukitoimet Move!-mittausten toteuttamiseen Turussa

Turun Liikkuva koulu on järjestänyt Move!-mittauksiin liittyvää koulutusta opettajille ja terveydenhoitajille. Koulutusta järjestetään tarpeen mukaan vähintään kevään 2018 ajan, jotta myös yläkoulut saavat tarpeelliset valmiudet mittausten tekemiseen ja tulosten jatkokäsittelyyn.

Syksyllä 2017 Turun kaupunki aloitti yhteistyön Turun Ammattikorkeakoulun ja Turun yliopiston opettajainkoulutuslaitoksen kanssa Move!-mittausten toteuttamisessa. Turun AMK:n ja OKL:n opiskelijat olivat mittaamassa oppilaita yhdessä opettajien kanssa. Yhteistyötä jatketaan ja kehitteillä on pysyvä toimintamalli, jossa opiskelijat ovat mittausten lisäksi opettajien tukena oppilaiden fyysisen toimintakyvyn edistämässä kouluvuoden aikana. Yhteistyötä laajennetaan koskemaan myös 8. -luokkalaisten mittauksia. Samalla opiskelijoille tarjotaan mahdollisuutta osallistua opettajille ja terveydenhoitajille järjestettäviin Move!-koulutuksiin.

Turun kouluterveydenhuollon kehittämää Kasvamme yhdessä –vanhempainiltakonseptia laajennetaan koskemaan yläkoulun luokkien lisäksi myös 5. luokkia. Tässä vanhemmuutta sekä nuorten ja perheiden hyvinvointia edistävässä vanhempainiltamallissa Move!-tuloksia käsitellään yhdessä kouluterveyskyselyn tulosten ja jatkossa myös LIITU –tutkimusten tulosten kanssa. Tilaisuuksissa ovat mukana huoltajien lisäksi myös oppilaat itse.

Move!-tulosten huomiointi myös seuratoiminnassa on nähty tärkeäksi. Tällä hetkellä Turun Move!-työryhmässä selvitetään tapaa, jolla kuntakohtaisia ja koulukohtaisia Move!-tuloksia voitaisiin hyödyntää myös seuratoiminnassa lasten ja nuorten liikuntatoiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa. Tavoitteena on vahvistaa seuratoimijoiden ymmärrystä muun muassa perusliikuntataitojen merkityksestä ja tukea niiden edistämistä lasten ja nuorten seuratoiminnassa.

## Move!-tulokset mittareina kaupungin strategiatasolla

Turun kaupungin hyvinvointityötä linjaa toinen kaupungin pääohjelmista, Hyvinvointi ja aktiivisuus -ohjelma, joka korostaa kuntalaisten omaa aktiivisuutta ja kaupungin roolia sen mahdollistajana. Lisätietoja kaupunkistrategiasta ja pääohjelmista löytyy osoitteesta <http://www.turku.fi/2029>.

Terveiden elämäntapojen edistäminen on hyvinvoinnin ohjausryhmän toimesta nostettu yhdeksi kaupungin horisontaaliseksi tavoitteeksi konsernihallinnon sekä vapaa-aikatoimialan, hyvinvointitoimialan ja sivistystoimialan vuoden 2017-2018 strategissa sopimuksissa. Mukana operatiivisessa toteutuksessa ovat myös ympäristötoimiala ja kiinteistötoimiala.

Tavoite on kuvattu seuraavasti ”Tavoitteena on turkulaisten kannustaminen terveiden elämäntapojen omaksumiseen. Toimenpitein lisätään lasten ja nuorten liikkumista ja aktiivisuutta sekä vähennetään ylipainoa.”

Turussa käytännön toimenpiteitä toteutetaan osana perustyötä ja sen kehittämistä esimerkiksi Liikkuva koulu -hankkeessa. Kaupungin kumppanina toimii runsas joukko aktiivisia kolmannen sektorin toimijoita, muun muassa liikunta- ja kansanterveysjärjestöjä.

Kaupungin horisontaalisien hankkeiden tueksi on asetettu poikkihallinnolliset työryhmät hyvinvoinnin ohjausryhmän alaisuuteen. Terveet elämäntavat -työryhmän tehtävänä on valmistella käytännön toteutusta eteenpäin ja varmistaa, että toimialoilla tehdään kehittämistyötä, joka auttaa saavuttamaan yhteiset tavoitteet.

Terveet elämäntavat -toimenpiteiden vaikuttavuutta seurataan Turussa kaupungin toimintaa ja taloutta ohjaaviin toimialojen strategiisiin sopimuksiin kirjattujen mittareiden avulla:

Turkulaisten koululaisten fyysinen toimintakyky (Move).

Vertailu kansalliseen viitearvoon: 5. lk tytöt ja pojat

- 20 m viivajuoksu
- vauhditon viisiloikka
- ylävartalon kohotus
- Etunojapunnerrus
- Heitto-kiinniottoyhdistelmä.

Ylipainoisten lasten ja nuorten osuus:

- 4 vuotiaat
- 5. lk
- 8. lk.

Hyton terveysasemilla asioineet DM 2-pysyväisdiagnoosin (tyypin 2 diabetes) omaavien turkulaisten määrä.

Terveytensä vähintään hyväksi kokevien turkulaisten osuus (turkulaiset vrs. kansallinen taso).

Lisäksi toiminnallista seurantaan toteutetaan vuosittain kaupunginvaltuuston käsittelyyn vietävän kaupunkistrategian seurannan yhteydessä (sisältää lakisääteisen hyvinvointikertomuksen). Laadullisen seurannan lisäksi kaupunkistrategiaan on sidottu väestön hyvinvointia kuvaavia mittareita. Niistä erityisesti koettu terveys, koettu elämänlaatu, kotona asuvien yli 75-vuotiaiden osuus, liikunnan harrastaminen, Kelan sairastavuusindeksi sekä väestöryhmittäiset hyvinvointierot kuvaavat tavoitteet Terveet elämäntavat – etenemistä. Indikaattorit perustuvat kansallisiin tilastoihin, joilla on vertailupohjaa pitkältä aikaväliltä myös muista kaupungeista.

Turun työtä tukee se, että ylipainon ja liikkumattomuuden vähentäminen on valittu myös yhdeksi alueellisen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen painopisteeksi Varsinais-Suomen sote- ja maakuntaudistusta valmisteleavassa hyvinvointityöryhmässä sekä alueellisessa hyvinvointikertomuksessa.