

LIKUNNAN EDISTÄMISEN OHJELMA 2023-2025

Kustavin kunnan 14.11.2022 kunnanvaltuustossa hyväksytyssä strategiassa yhtenä kriittisenä menestystekijänä on ”liikunnan edistäminen”

Liikunnallisen elämäntavan edistämisen tavoitteet on asetettu liikuntalaissa. Tavoitteina on edistää eri väestöryhmien mahdollisuuksia liikkua ja harrastaa liikuntaa, väestön hyvinvointia ja terveyttä, fyysisen toimintakyvyn ylläpitämistä ja parantamista sekä lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä.

Tavoitteiden toteuttamisessa lähtökohtina ovat sukupuolten tasa-arvo, yhdenvertaisuus, yhteisöllisyys, monikulttuurisuus, terveet elämäntavat sekä ympäristön kunnioittaminen ja kestävä kehitys.

Liikunta on kunnan peruspalvelu. Kunta luo edellytyksiä asukkaidensa liikunnalle järjestämällä liikuntapalveluja sekä terveyttä ja hyvinvointia edistävää liikuntaa eri kohderyhmille, tukemalla liikunta- ja urheiluseurojen ja muiden kansalaisjärjestöjen toimintaa sekä rakentamalla ja ylläpitämällä liikuntapaikkoja. (okm.fi)

Liikuntapalveluista ja liikuntaolosuhteista omalta osaltaan vastaa Kustavin kunnassa sivistyslautakunta ja sen alainen vapaa-aikatoimi. Liikuntapaikkojen ylläpidosta ja rakentamisesta vastaa rakennuslautakunta ja sen alainen tekninen toimi. Liikuntapaikkojen kehittämisestä vastaa sivistyslautakunta yhteistyössä muiden sektoreiden kanssa.

Kustavissa on asukkaita noin 950 henkilön verran, mutta osa-aikakuntalaisten/kesäasukkaiden myötä asukasluku nousee merkittävästi varsinkin touko-elokuun välisenä aikana. Monet viettävät vapaa-ajanasunnolla nykyisin enemmän aikaa kuin aiemmin. Tämä luo painetta myös kunnan liikuntapalveluihin, niiden laatuun ja tarjontaan. Toisaalta väkimäärän lisääntyminen mahdollistaa helpommin ohjattujen liikuntaryhmien muodostamisen.

Kustavin kunnan liikunnan edistämisen nykytilanne

Olemassa olevat yhteistyöverkostot

Kustavin kunta kuuluu seuraaviin liikuntaa edistäviin verkostoihin: Rajattomasti Liikuntaa-verkosto, jota hallinnoi Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry (Liiku ry), Pyöräilykuntien verkosto, jota hallinnoi Pyöräilykuntien verkosto ry sekä saaristoliikunnan verkosto, joka koostuu saaristokuntien vapaa-aika- ja liikuntatoimien viranhaltijoista. Tämän verkoston puitteissa järjestetään peruskouluikäisille erilaisia liikuntatapahtumia ympäri vuoden.

Rajattomasti Liikuntaa verkoston puitteissa on keväällä 2023 aloitettu maakunnallisen liikuntastrategian valmistelu.

Kunnan liikuntapalvelut

Kunnan vapaa-aikatoimi huolehtii tilojen ja alueiden varauksista sekä omalta osaltaan alueiden ja tilojen kunnossapitotarpeen tarkkailusta. Käyttäjiltä tulee aktiivisesti palautetta palveluista ja tiloista.

Kunnan järjestämä säännöllinen ryhmäliikuntatoiminta on vähäistä. Yksilöliikunnanohjausta on tarjolla rajoitetusti liikuntaneuvonnan puitteissa. Kunnan taloudelliset- ja henkilöstöresurssit ovat rajalliset liikuntatoiminnan järjestämiseen. Kunta järjestää kuljetuksia Uudenkaupungin uimahalliin 14 krt vuodessa, tämä tehdään yhteistyössä Taivassalon kunnan kanssa. Matkaan on sisällytetty vesijumppa mahdollisuus. Lisäksi on järjestetty kahdeksan kertaa vuodessa keilailumatkoja Raisioon.

Keväällä 2023 on järjestetty lähinnä yläkouluikäisille ohjatut koripallo- ja salibandyvuorot. Kesäkaudella järjestetään liikuntapainotteisia leirejä ja uimakoulu.

Kunnan tiloissa liikuntatoimintaa järjestävät yhdistykset ja yhteisöt ovat Kustavin Ahto, Eläkeliiton Kustavin yhdistys, Vakka-Opisto, MLL sekä muutamia yksityisiä henkilöitä, jotka ohjaavat jumppia, joogaa ja taekwondoa.

Kunnan palvelut liikuntatoimijoille

Kunta tarjoaa maksutta yhdistyksille, seuroille ja yksittäisille henkilöille liikuntatiloja käyttöön. Ainoa maksullinen liikuntatila on kuntosali, jonka käytöstä peritään hyvinkin kohtuullinen maksu. Kustavilaiset eläkeläiset, toisen asteen opiskelijat ja työttömät ovat vapautettu maksusta. Kaupallisten toimijoiden kanssa on erikseen neuvoteltu tilavuokrasta ja vastaavista.

Kunta on myöntänyt vuosittain yhdistyksille liikuntatoimintaan yleis- ja kohdeavustuksia. Hakijoita on vuosittain ollut 2–4 kpl ja myönnettyt summat 500–2000 €.

Kunnan vapaa-aikatoimi tekee aktiivista yhteistyötä liikuntatoimintaa tekevien yhteisöjen kanssa kehittäen palveluja ja tiloja paremmin käyttäjiä palveleviksi.

Kunta kuuluu Varsinais-Suomen Rajattomasti Liikuntaa verkostoon, jonka kautta on tarjolla maksuttomia koulutuksia urheiluseuroille ja niiden toimijoille. Ainoa paikallinen urheiluseura Kustavin Ahto on Liiku ry:n jäsenseura.

Liikuntapaikat

Liikuntapaikkojen kunnossapito on ollut pääsääntöisesti teknisen toimen vastuulla. Kunnossapidon puitteissa tehdään säännöllistä yhteistyötä vapaa-aikatoimen kanssa.

Liiku ry:n kautta on kiinteistönhoitajilla ja viranhaltijoilla mahdollisuus osallistua erilaisiin liikuntapaikkojen kunnossapitoa ja rakentamista koskeviin koulutuksiin. Nämä koulutukset ovat pääsääntöisesti maksuttomia.

Alla listaus kunnan ylläpitämistä liikuntapaikoista ja lyhyt arvio paikasta.

Frisbeegolfrata 18-väylää

Suosittu rata, jonne tullaan pidempääkin. Rata ja rakenteet pääsääntöisesti hyväkuntoisia.

Muutamalla väylällä on erilaista romua ja lasinsiruja, jotka ovat turvallisuusriski niin ihmisille kuin eläimille.

Ylläpito tarve vähäistä. Ei vaadi lähivuosina suuria korjauksia.

Maapohja vuokrattu

Kuntorata 1 km ja 1,5 km (led-valaistus, ajastettu)

Syksyllä 2022 vaihdettu hakepohja kivituhkaan. Kovempi ja tasaisempi pohja on miellyttävämpi ja turvallisempi käyttäjille. Talvikaudella vähäisempi määrä lunta riittää latupohjan tekemiseen.

Uudistus vähentää myös kunnossapidon tarvetta. Muutaman vuoden välein reuna-alueiden vesakko tulee karsia. Kuntoradan alusta puuttuu isompi opaste käyttäjille, muuten ei tarvetta korjauksille tai investoinneille. Kuntoradan varrella laavu.

Maapohja vuokrattu

Toimintapuisto

Toimintapuistossa on asfalttipohjainen jääkiekkokaukalo, joka kesäkaudella toimii tenniskenttänä, pukuhuone/huoltokoppi, beachvolley-kenttä, ulkokuntoilualaitealue, leikkipuisto ja Koirakamut yhdistyksen ylläpitämä koirapuisto. Alue kunnan omalla maalla.

Jääkiekkokaukalo on rakenteiden puolesta käyttöikänsä päässä. Talvella jäädytys on ollut haasteellista kaukalon teknisten puutteiden vuoksi. Kesäkaudella on ollut käytössä tenniskenttä siirrettävällä verkolla. Tenniskenttänä kaukalo toimii vielä auttavasti. Kaukalo on valaistu ja vesiposti on kaukalon sivussa.

Beachvolley-kenttä on kunnostettu vuonna 2020. Vaatii kesäkaudella säännöllistä kunnossapitoa: nurmikonleikkuu ja rikkaruohojen kitkentä hiekasta. Aitaelementtejä tarvitaan muutama lisää, jolloin turvallisuus ja toimintamukavuus lisääntyy. Noin kolmen vuoden välein vaatii hiekan lisäystä.

Ulkokuntoilualaiteella on useampi suhteellisen huoltovapaa käyttäjän omalla painolla toimiva vipuvarsilaitte. Laitteet ovat hyväkuntoisia. Riittävä valaistus puuttuu. Alustamateriaalina on hake, joka on käyttäjille epämukava. Lisäksi hake vaatii säännöllistä kunnossapitoa.

Leikkipuiston rakenteet ja välineet ovat hyväkuntoisia. Alustana on hiekkatekonurmi, joka vaatii säännöllistä huoltoa, kuten myös leikkipuiston hiekkalaatikko.

Puurakenteinen pukuhuone/huoltokoppi on välttävässä kunnossa. Maalauksella ja pienellä pintaremontilla saadaan toimiva kokonaisuus. Tarve pukukopille uuden kaukalon tullessa on vähäinen.

Urheilukenttä

Urheilukentällä on n. 250 metrin pituinen kuusiratainen tiilimurskapohjainen juoksurata. Keskellä kenttää on luonnonnurmipohjainen jalkapallokenttä kahdella kiinteällä maalilla ja kahdella irtomaalilla. Lisäksi kentältä löytyy pituushyppy-, kuulantöytä-, korkeushyppy-, ja kiekonheittopaikat. Kentän vieressä on pukuhuone/varastorakennus ja vuonna 2022 asennettu puucee. Varastossa on jonkun verran suhteellisen hyväkuntoista yleisurheiluvälineistöä. Varsinaista parkkipaikkaa ei ole merkitty, mutta sisään tuloväylän varrella on paikkoja alle kymmenelle autolle. Kivimaantien toisella puolella on laajempi merkitty parkkialue, jota urheilukentän käyttäjät voivat käyttää. Kenttää eikä tulotietä ole valaistu. Maapohja on kentän osalta oma. Parkkipaikat ovat yksityisen maalla.

Urheilukenttää käyttää säännöllisesti viikoittaiset lasten jalkapalloryhmä sekä aikuisten harrastelija pesäpalloryhmä. Säännöllistä yleisurheilutoimintaa kentällä ei ole ollut. Yksittäisiä käyttäjiä ja ryhmiä kentällä käy kesäkaudella suhteellisen harvoin.

Kentän kunnossapito ja käyttöaste on vuosien ajan ollut heikkoa, jonka takia kaikki suorituspaikat ovat enemmän tai vähemmän soveltumattomia liikuntaan. Edellä mainitun takia kentän yleinen houkuttelevuus on alhainen. Säännöllistä käyttöä ja kunnossapitoa on ainoastaan nurmikentällä, joka on kohtuullisessa kunnossa.

Kuntosali

Kuntosali sijaitsee urheilutalon alakerrassa luoden liikuntasalin kanssa hyvän liikunnallisen kokonaisuuden. Osa laitteista on sijoitettuna aulatiloihin, näin on saatu hieman enemmän väljyyttä muuten hieman ahtaisiin tiloihin. Kuntosalilla monipuolisesti painopakalaitteita sekä mahdollisuus suhteellisen hyvään vapaiden painojen harjoitteluun. Kuntosali on valmistunut reilu kymmenen vuotta sitten ja on odotettavissa, että laitteiden huoltokustannukset tulevat lisääntymään merkittävästi. On myös varauduttava uusien laitteiden hankintaan. Tiloissa näkyy paljon ”käytön jälkiä”, jotka olisi voinut välttää osittain paremmalla suunnittelulla. Ilmanvaihto varsinkin kesäkaudella on puutteellinen. Kulunvalvontajärjestelmänä tiloissa toimii Iloq-lukituksen seuranta.

Liikuntasali

Liikuntasali on kooltaan n. 20 m * 12 m. Liikuntasalin saa jaettua väliverholla kahteen osaan. Liikuntasalin lattiamateriaali on vinyylimatto. Teknisenä ratkaisuna nykyinen vinyylimatto palvelee huonosti monen käyttäjäryhmän tarpeita, koska lattian jousto-ominaisuudet ovat olemattomat. Toiminnan ja turvallisuuden kannalta liikuntasalissa muutamia rakennusteknisiä haasteita: vesikiertoiset avopatterit, paneeliverhous päädyissä, paksut liimapuupalkit ja seinästä ulkonevat puolapuut.

Liikuntasali on verrattain hyvin varusteltu. Välineet ja varusteet ovat toimivia ja suurimmalta osin uudehkoja. Varastotilaa on liian vähän.

Liikuntasalin yhteydessä on pukuhuone- ja suihkutilat.

Uimarannat

Kunnalla on kaksi yleistä uimarantaa Klipunkari ja Laukkari. Klipunkarissa on pieni hiekkaranta ja pitkä laituri 1 metrin ponnahduslaudalla sekä toimivat sauna-, suihku-, wc-tilat. Klipunkari toimii nykyisin myös talviuintipaikkana. Kovimpina ruuhka-aikoina saunan kapasiteetti ei riitä, samoin paikoitustilat eivät ole riittävät.

Laukkarissa on kallioranta, jossa on pieni uimalaituri. Pukuhuone ja puucee. Laavu.

Luontopolut

Kunnan ylläpitämiä luontopolkuja on kolme: keskustassa n. 4 km, Vuosnaisissa n. 1,5 km ja Parattulassa n. 2,4 km. Kaikki luontopolut ovat valmistuneet 2019–22 välisenä aikana. Luontopolut on tehty luontoa kunnioittavalla tavalla sekä mahdollisimman vähän ylläpitoa vaativiksi.

Kävely/pyörätiet ja muut kävelyreitit

Ely-keskuksen ylläpitämää valaistua ja kestopäällystettyä pyörä/kävelytietä on n. 2,1 km. Kunnan ylläpitämää valaistua ja kestopäällystettyä pyörä/kävelytietä on n. 1 km. Kävelyteistä noin 500 metriä menee rinnakkain eri puolilla maantietä. Paikoitellen pyöräteiden kestopäällyste on huonossa kunnossa. Muita merkittyjä reittejä ovat luontopolut. Valaistua kävelytietä voi pitää yhtenä merkittävimmistä liikuntapaikoista, niin monipuolisuuden, saavutettavuuden kuin yhdenvertaisuuden näkökulmasta.

Varmistuneet sekä toteutuksessa olevat liikuntapaikka investoinnit kevät/kesä 2023

Koulun piha muutetaan kesän 2023 kuluessa lähiliikuntapihaksi, jonka yhteyteen tulee monitoimikaukalo, joka korvaa talvikäytön osalta toimintapuiston kaukalon. Kaukaloon tulee tekonurmipohja. Lisäksi tässä yhteydessä uusitaan kiipeilytelineitä ja keinoja sekä koulun edustan leikkialuetta.

Kustavin Ahto rakennuttaa Leader-hankkeena kuntoportaatin Tuulentuvan mäkeen.

Uimapaikka Hilappajärven rantaan. Kunta yhteistyössä Vartsalan Kylät ry:n kanssa.

Yhteenveto liikuntapaikoista

Kunnalla on kokoonsa nähden verrattain monipuolista liikuntapaikkatarjontaa. Lisäksi yksityiset palveluntarjoajat täydentävät joiltakin osin tarjontaa. Valmistumassa olevat liikuntapaikat täydentävät ja parantavat entisestään tasoa. Osa liikuntapaikoista ei täytä enää toiminnallisuuden ja turvallisuuden puitteissa kaikkia vaadittavia kriteerejä. Suurin haaste liikuntapaikoissa on alueiden ja tilojen kunnossapito.

Liikunnan edistämisen toimenpiteet 2023–2025

Lihavoidulla ohjelmakaudella toteutettavissa olevat toimenpiteet

Alla olevat toimenpiteet täydentävät nykyistä tarjontaa ja toimenpiteitä

Liikuntapalvelut

Voimaa vanhuuteen-ohjelman täysimääräinen hyödyntäminen ikäihmisten liikunnan edistämisessä. Ohjelman tavoitteena lisätä kotona asuvien ikäihmisten liikuntaa. Ikäinstituutin hallinnoima ohjelma. Ohjelmaa toteutetaan yhteistyössä paikallisten yhdistysten kanssa. Yhteistyöhön ovat sitoutuneet Kustavin Ahto, Eläkeliiton Kustavin yhdistys, SPR ja seurakunta.

Yhteistyön lisääminen Taivassalon kunnan kanssa. Yhteistyö mahdollistaa kustannuksien jaon sekä suuremmat ryhmäkoot. Liikuntaryhmien ohjaajista on pulaa, voi olla helpompi saada ohjaajia yhteistyön avulla. Huomioidaan resurssien puitteissa kaikki ikäryhmät liikuntaryhmiä suunniteltaessa ja toteutettaessa.

Pyritään hyödyntämään liikuntasalin tila järkevämmin esimerkiksi väliverhon avulla. Näin voidaan saada kaksi ryhmään saliin yhtä aikaa.

Liikuntaneuvonnan systemaattinen aloittaminen yhteistyössä Taivassalon, Kustavin ja Vehmaan kuntien yhteistyöllä. Liikuntaneuvonnan tarve vaihtelee suuresti. Työsuhteiselle liikuntaneuvojalle ei näillä näkymin ole tarvetta, mutta liikuntaneuvontapalveluiden ostaminen yksityisiltä toimijoilta tarvittaessa voisi tulla kyseeseen. Hyvinvointikoordinaattori osallistuu ”liikuntaneuvonnan palveluketjun kehittämishankkeen” työryhmään, joka kehittää kuntien ja hyvinvointialueen yhteistyötä liikuntaneuvonnan puitteissa. Hankkeen kesto on 2023-2025.

Osallistutaan olemassa olevien verkostojen ja muiden toimijoiden liikuntahankkeisiin ja -kampanjoihin omien resurssien puitteissa

Avustuskriteerien uudistaminen tavoitteena motivoida yhdistyksiä lisäämään ohjattua liikuntatoimintaa. Tuetaan yhdistyksiä taloudellisesti sekä tarjoamalla koulutuksia.

Liikuntapaikkarakentaminen

Liikuntapaikkarakentamisessa tulee huomioida mahdollisuuksien mukaan kaikkien käyttäjäryhmien tarpeet. Liikuntapaikkojen tulee olla monipuolisia ja muunneltavia monenlaisiin tarpeisiin unohtamatta kuitenkaan käyttäjämääriä ml. kausiasukkaat

Toimintapuiston kokonaisvaltainen kehittäminen viihtyisäksi ja puistomaiseksi kokonaisuudeksi, jossa on huomioitu eri käyttäjäryhmien tarpeet. Toimintapuistossa tulee olla asianmukaisella alustalla mailapelit mahdollista alue sekä vapaaseen ryhmämuotoiseen toimintaan soveltuva alue lisäksi nykyiset kuntoilulaitteet täydennettynä muutamalla lisälaitteella tuodaan edellä mainitulle alustalle. Kuntalaisille tehdään avoin kysely kesällä

2023 toimintapuiston kehittämistarpeista- ja toiveista. Huomioidaan myös lasten ja nuorten toiveet.

Uusien viitoitettujen kävely- ja pyöräilyreittien suunnittelu ja toteutus. **Kuntoradan maastoon on mahdollista toteuttaa laajempi kävely- ja maastopyöräilyreitistö. Rahi-Kaurissalo pyöräilyreitin toteutus.** Uusien pyörä- ja kävelyteiden suunnittelu ja toteutus niin asemakaava-alueella kuin muualla Kustavin alueella.

Investoidaan siirrettäviin penkkeihin, joita voi olla keskusta-alueen lisäksi myös kylissä. Penkkien yhteyteen teetetään omatoimista liikuntaa edistäviä ”jumppaohjeita”. Kyläpenkkien avulla voidaan tehdä erilaisia kampanjoita ja kilpailuja kylien välille. Penkit olisi hyvä saada Virman tai vastaavalle karttapohjalle. **”Liikunta- ja jumppaohje” tauluja teetetään myös liikuntapaikoille, kuten kuntosali, liikuntasali, ulkokuntoilualue, luontopolut ja kuntorata.** Ohjeita tuodaan myös kunnan verkkosivuille.

Kunnossapito

Liikuntatilojen ja -alueiden on viihtyisyys ja asianmukainen ja turvallinen käyttö on erittäin riippuvainen kunnossapidosta. Kunnossapidon tulee perustua oikea-aikaisuuteen, perusteltuihin ja tietoon perustuviin toimenpiteisiin. Tilojen ja alueiden käyttäjien palautteiden aktiivinen seuranta henkilökunnan aktiivisen seurannan lisäksi. Selkeät kanavat palautteiden antamiselle.

Liikuntapaikkojen kunnossapitoon tulee luoda vuosikellokalenteri toimenpiteille ja sen lisäksi selkeä seurantajärjestelmä alueiden ja tilojen päivittäisen ja viikoittaisen kunnon tarkkailuun.