



## PÄIJÄT-HÄMEEN TERVEYSLIIKUNTASTRATEGIA

### Terveysliikunnan visio 2020

Päijät-Häme on terveysliikunnan suvereeni edelläkävijä Suomessa. Päijät-Hämeen liikuntaolosuhteet, -tarjonta ja terveysliikunnan asiantuntemus lisäävät alueellista vetovoimaisuutta. Päijäthämäläiset liikkuvat enemmän kuin muiden maakuntien asukkaat.

### STRATEGIAN KÄRJET:

#### • Terveysliikunnan neuvottelukunta

Päijät-Hämeessä on terveysliikuntatoimijoista koottu neuvottelukunta, joka kehittää maakunnallisesti terveysliikuntaa ja antaa ehdotuksia asiantuntijaelimenä terveysliikunnan toteuttamiseksi.

#### • Päijät-Hämeen jokaisessa kunnassa on terveysliikuntastrategia

Jokaisella kunnalla on kuntakohtainen tai yhteinen terveysliikuntastrategia lähikunnan kanssa. Päijät-Hämeessä on maakunnalliset terveysliikuntalinjaukset, jotka ovat osana kuntien terveysliikuntastrategiaa.

#### • Maakunnallinen liikuntaneuvonta

Päijät-Hämeessä toteutetaan maakunnallista liikuntaneuvontaa, jonka tavoitteena on, että jokaisella päijäthämäläisellä on mahdollisuus saada riittävästi tietoa terveysliikunnasta, sen toteuttamistavoista sekä vaikutuksista. Lisäksi tavoitteena on lisätä ennaltaehkäisevällä työllä päijäthämäläisten aktiivista elämäntapaa

#### • Liikuntaolosuhteet ja -palvelut

Päijät-Hämeen laaja ja hyvin hoidettu liikuntapaikkaverkosto innostaa päijäthämäläisiä liikkumaan. Terveysliikuntapalveluita tarjotaan kuntien, kolmannen ja yksityissektorin yhteistyönä.

#### • Terveysliikunnan osaaminen ja koulutus

Päijät-Hämeessä on terveysliikunnan osaamiskeskittymä, joka tarjoaa valtakunnallisesti korkeatasoista terveysliikunnan koulutusta. Kaikki terveysliikunnan palveluketjussa mukana olevat toimijat on koulutettu ja heillä on riittävät valmiudet toteuttaa liikuntaneuvontaa.