



# LIIKKUMISOHJELMAN LAADINTAPROSESSI

KUNTALAISKYSELYN 2020 PÄÄTULOKSET

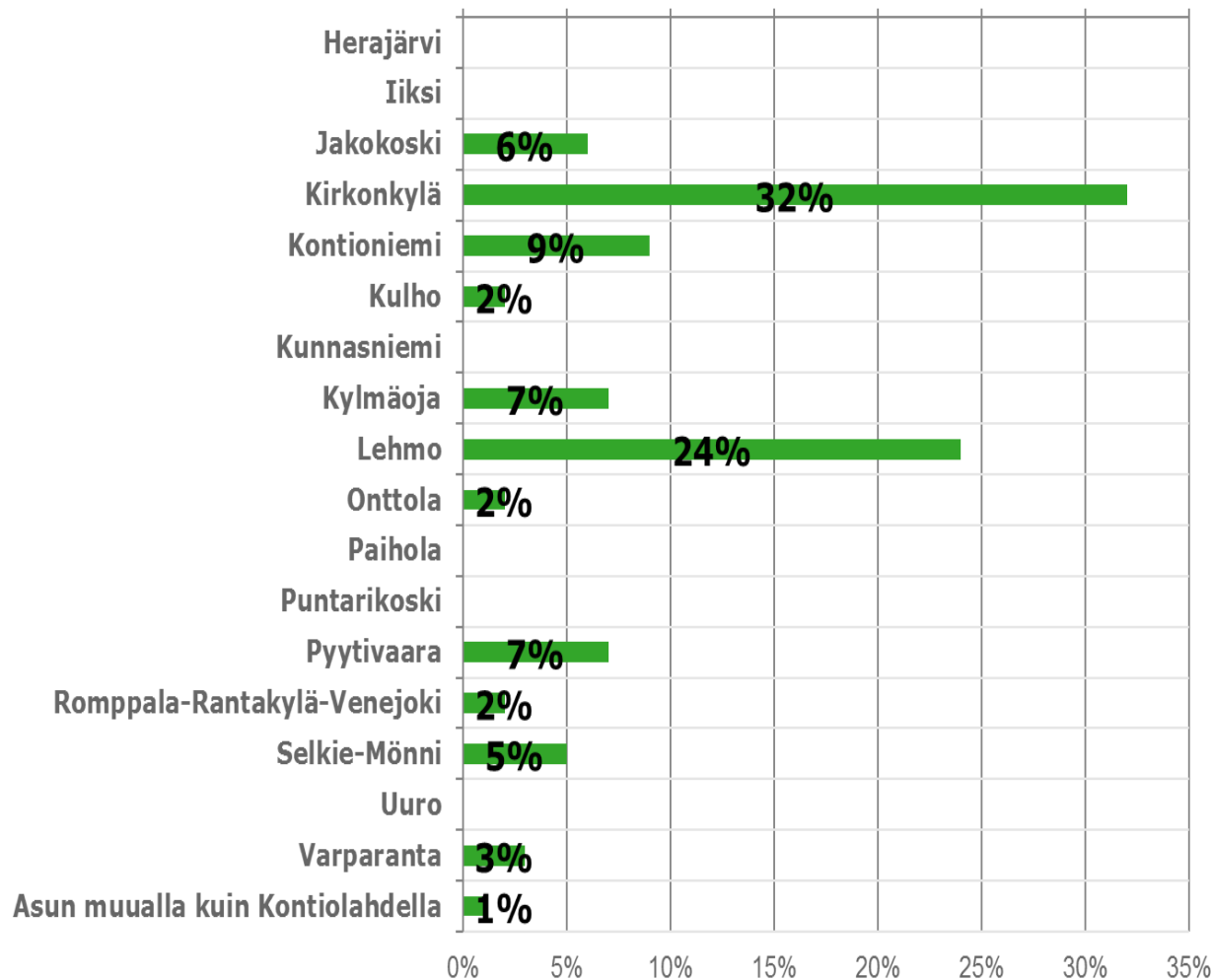
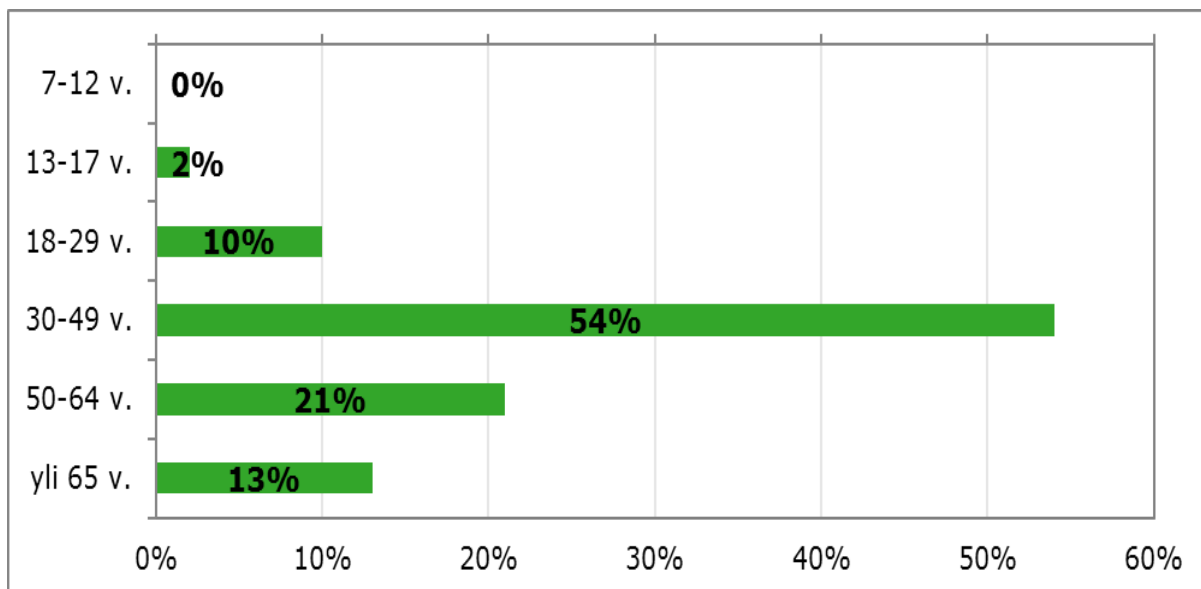
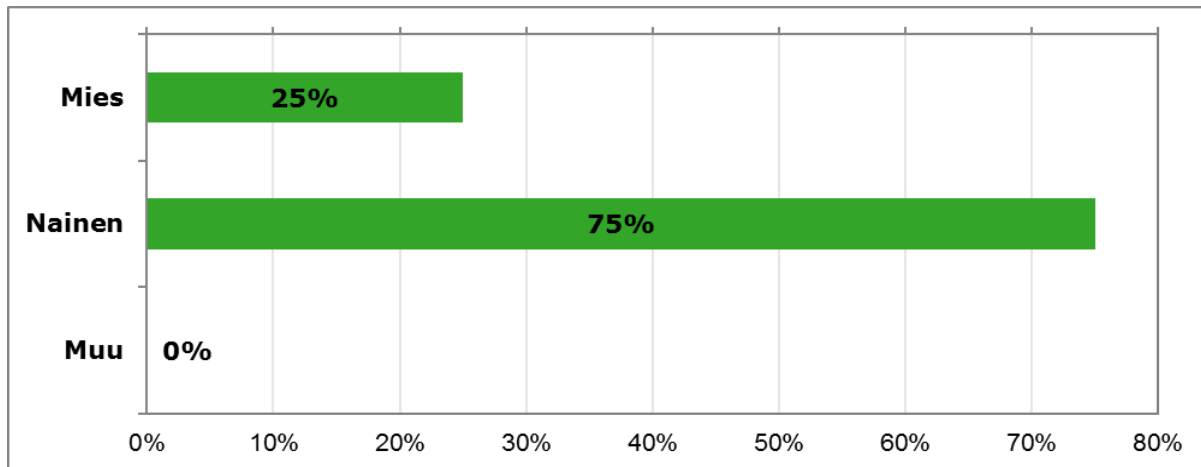
# Liikkumiskysely kuntalaisille

- 😊 Kysely toteutettiin sähköisesti 20.5-14.6.20 välisenä aikana, myös paperiseen versioon vastaaminen oli mahdollista kirjastoissa, työttömien ry:n töpinätorilla ja kuntosaleilla 1.6-14.6.20 välisenä aikana
- 😊 Kyselyyn saatiin vastauksia määräaikaan mennessä 174 kpl
- 😊 Kyselyn tarkoituksena oli kartoittaa kuntalaisten liikuntatottumuksia, tämän hetkistä tyytyväisyyttä liikuntapalveluihin ja kehittämistarpeita

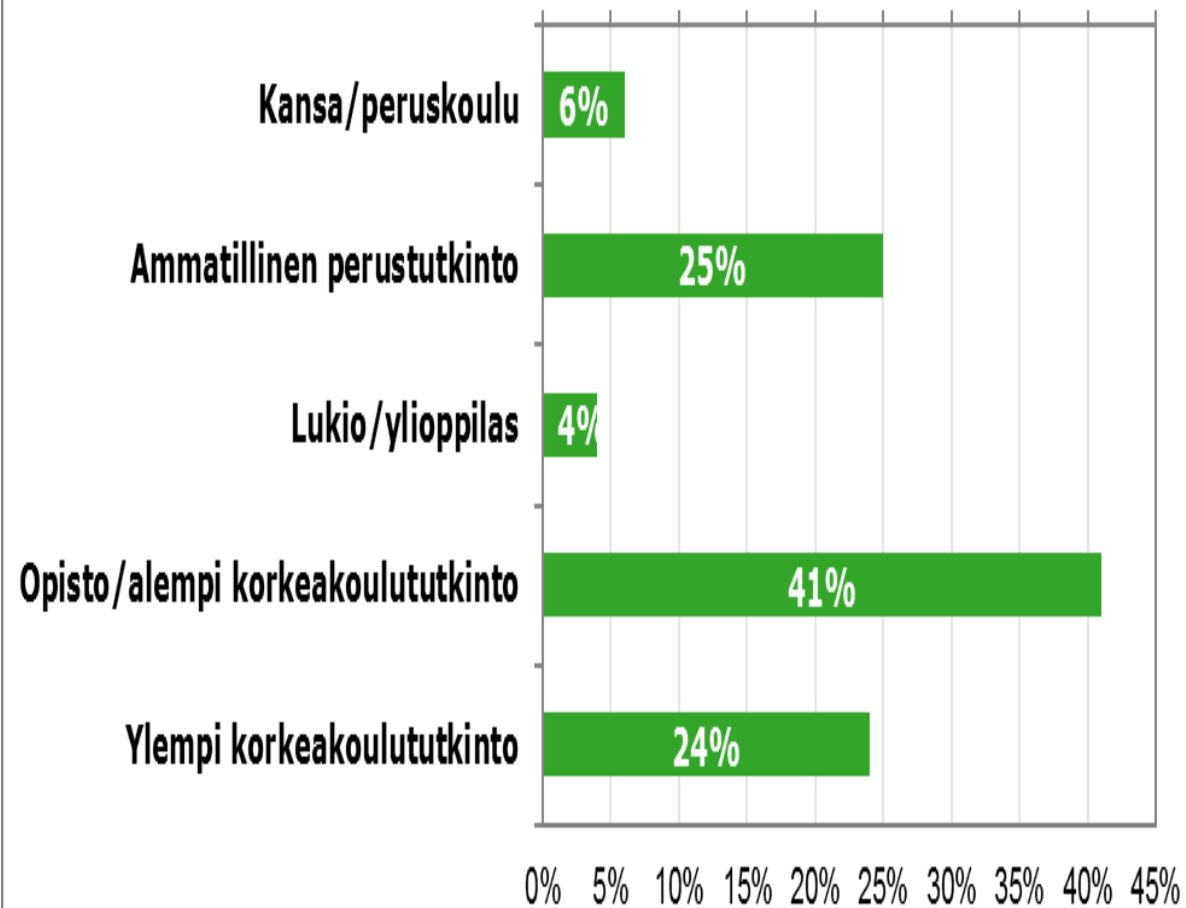
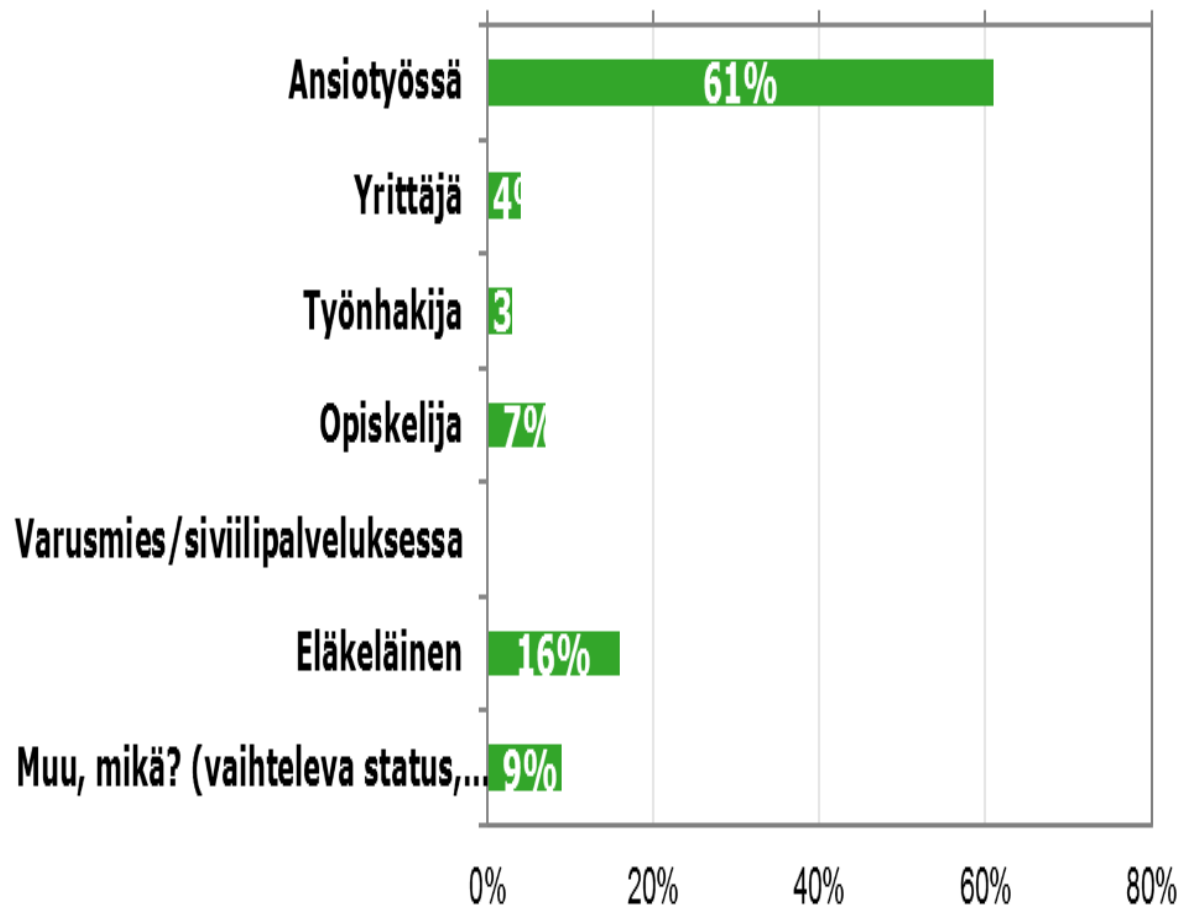
# Kyselyn sisältö

- 😊 **Taustatiedot vastaajista: sukupuoli, ikä, asuinalue, koulutus**
- 😊 **Liikunta-aktiivisuus, liikunnan harrastaminen & suosituimmat liikuntamuodot**
- 😊 **Liikunnan harrastamisessa tärkeäksi ja vähemmän tärkeämmäksi koettuja tekijöitä**
- 😊 **Tyytyväisyys kunnan liikuntapalveluihin ja viestintä**
- 😊 **Kehittämiskohteita**

# Taustatietoja vastaajista

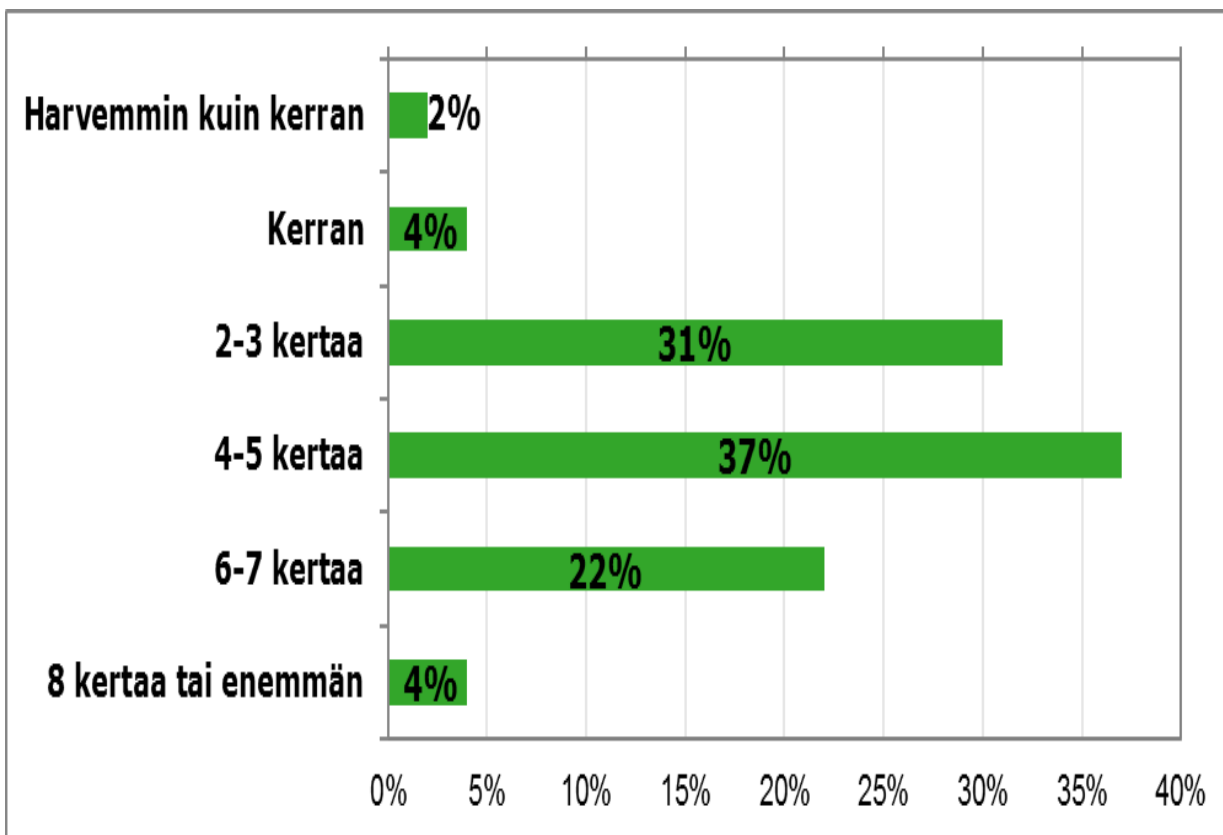


# Taustatietoja vastaajista

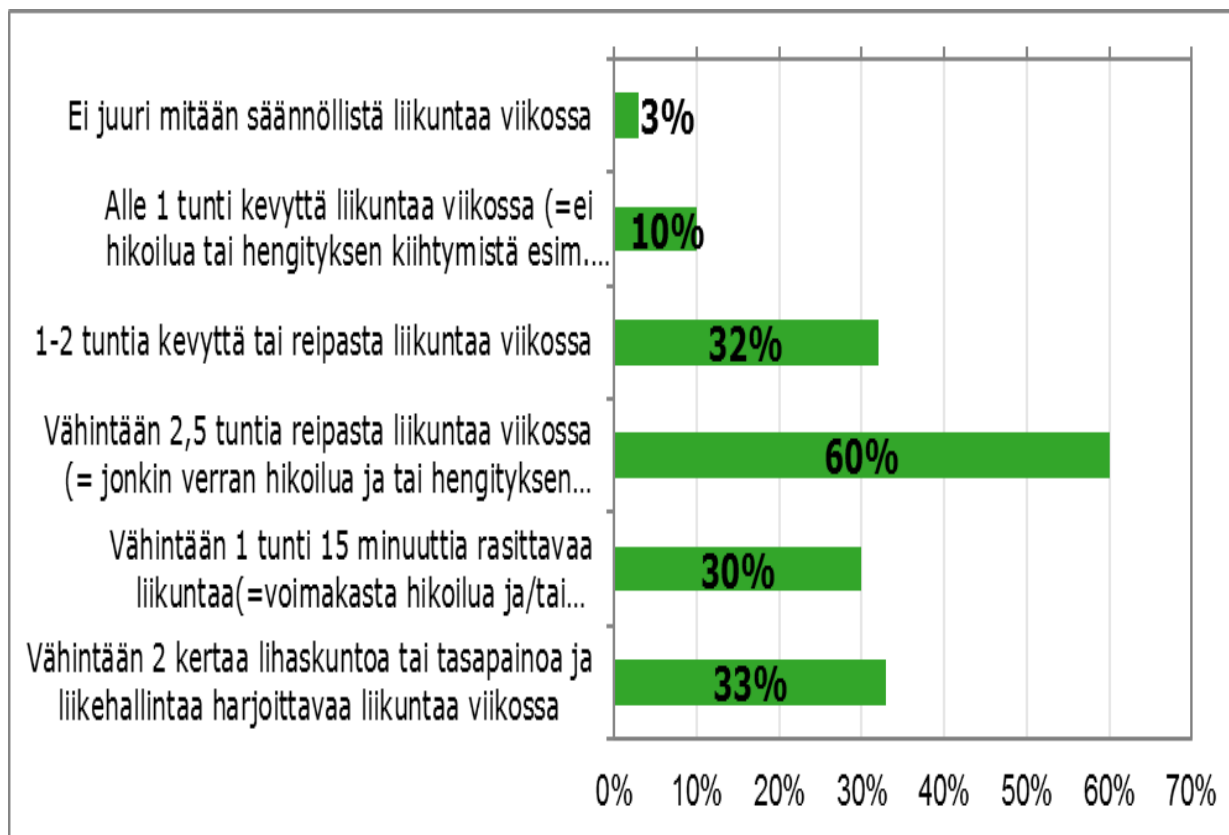


# Liikunta-aktiivisuus

## Kuinka monta kertaa viikossa harrastat liikuntaa?



## Kuinka paljon yhteensä harrastat viikossa liikuntaa?



# Liikunnan harrastaminen

**Mikä seuraavista kuvaa parhaiten liikuntaharrastustanne?**

## Liikuntatyyppi:

En pidä itseäni *lainkaan* liikunnan harrastajana **2%**

Pidän itseäni *satunnaisliikkujana* **4%**

Pidän itseäni *hyötyliikkujana* **35 %**

Pidän itseäni *kuntoliikkujana* **58 %**

Pidän itseäni *kilpaurheilijana* **1 %**

**Millaista liikuntaa yleensä harrastat? Voit valita enintään 3 vaihtoehtoa.**

## Yleisimmät lajit:

1. Kävely/ sauvakävely 58%

2. Pyöräily 39%

3. Luontoliikunta 32%

4. Voimaharjoittelu 26%

5. Hiihto 25%

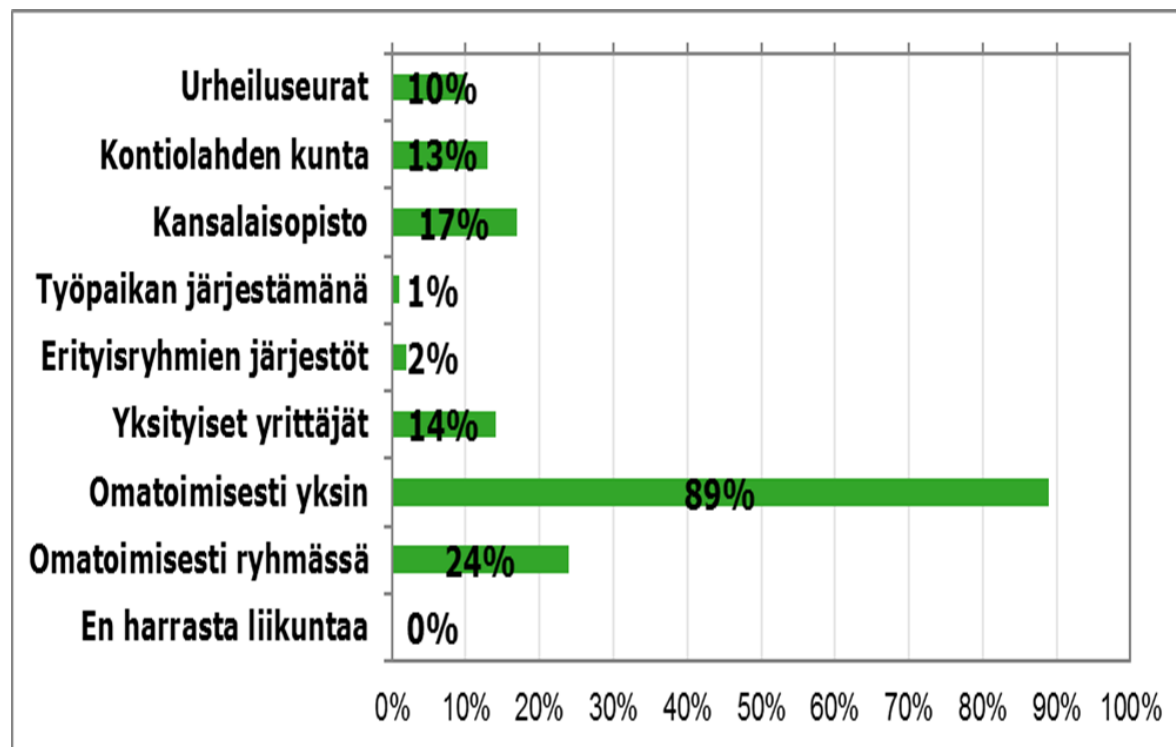
6. Juoksulenkkeily 23%

7. Kahvakuulaharjoittelu 12%

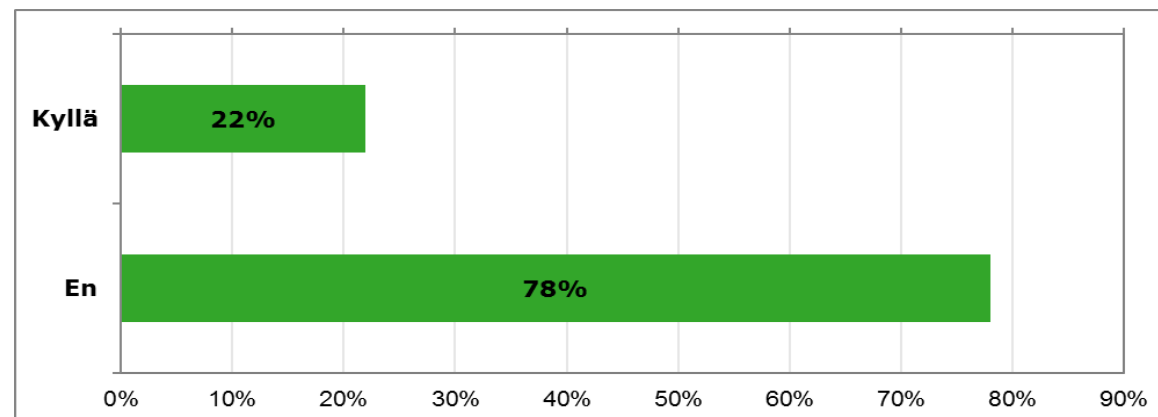


# Liikunnan harrastaminen

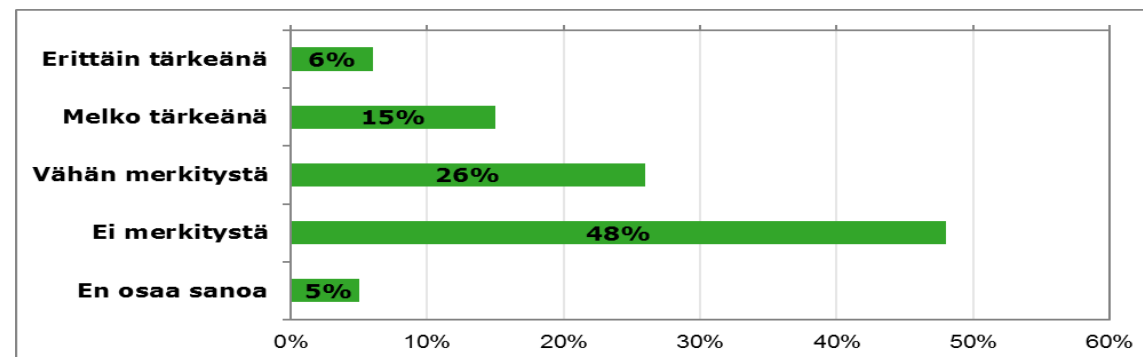
**Kenen järjestämänä harrastat liikuntaa?** Valittujen vastauksien määrä 294



**Oletko urheiluseuran jäsen?**



**Kuinka tärkeänä pidät urheiluseuratoiminnan oman liikkumisesi kannalta?**





# Liikuntamotivaatio

## Tärkeäksi koettuja tekijöitä

**liikunnan harrastamisessa:** (1=ei lainkaan tärkeää 2= vain vähän tärkeää 3= jonkin verran tärkeää 4= melko tärkeää 5= tärkeää)

Virkistys ja rentoutuminen ka 4,6

Liikunnanilo ka 4,5

Liikunnan terveellisyys ka 4,4

Luonnossa oleminen ka 4,4

Kunnon kohottaminen ka 4,3

Hyötyliikunta ka 4,2

## Vähemmän tärkeäksi koettuja tekijöitä

**liikunnan harrastamisessa:** (1=ei lainkaan tärkeää 2= vain vähän tärkeää 3= jonkin verran tärkeää 4= melko tärkeää 5= tärkeää)

Kilpaileminen ka 1,5

Oveluus tai järjen käyttö ka 2,0

Hienot välineet tai varusteet ka 2,1

Pelon tai jännityksen kokeminen ka 2,1

Uusien kavereiden saaminen ka 2,3

Hyvän ulkonäön saaminen ka 2,7

**Liikkumista estäviä tekijöitä** (1= estää erittäin paljon 2=estää paljon 3= estää jonkin verran 4= estää vain vähän 5= ei estä lainkaan):

Ei ole aikaa liikuntaan ka 3,7

Kotini läheisyydessä ei ole kiinnostavan lajin ohjausta ka 3,8

Aikani kuluu muissa harrastuksissa ka 3,8

Liikunnan harrastaminen on liian kallista ka 3,9

Kotini läheisyydessä ei sopivia liikkumisolosuhteita ka 4,0

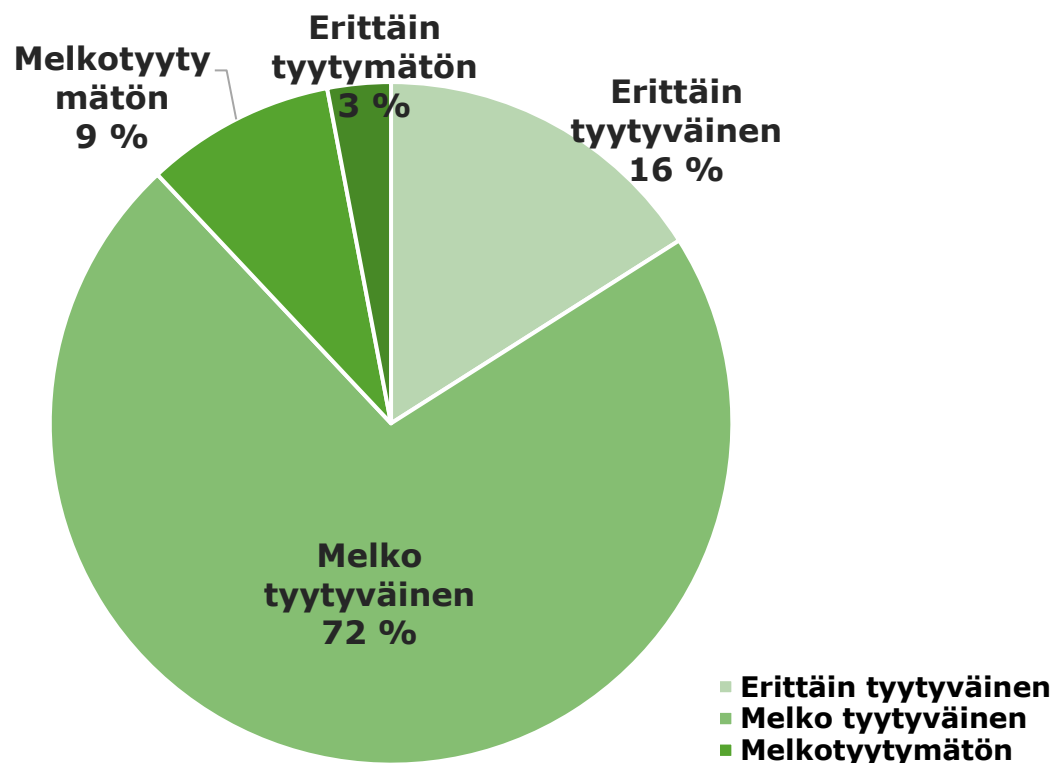
Pidän liikuntaa tärkeänä, mutta en vaan viitsi lähteä liikkumaan ka 4,0

# Tyytyväisyys kunnan liikuntapalveluihin

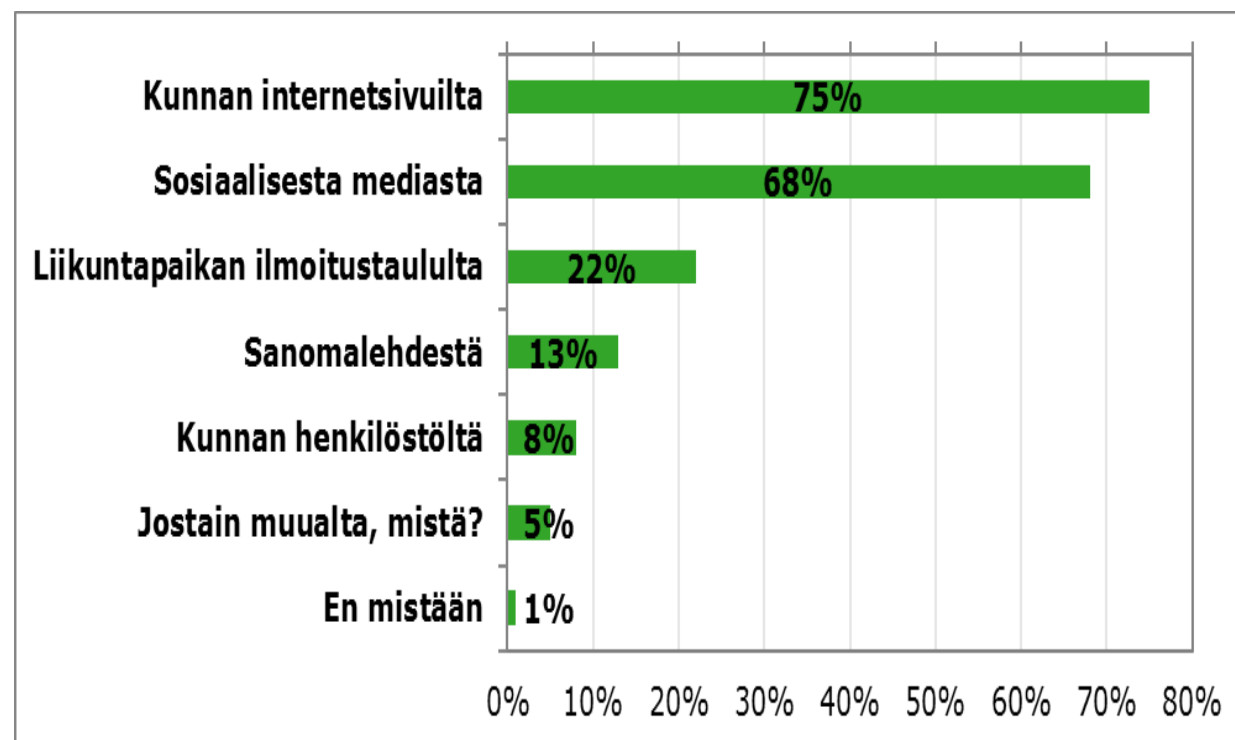
Palvelu	1=erittäin tyytymätön	2= melko tyytymätön	3=melko tyytyväinen	4=erittäin tyytyväinen	5= en osaa sanoa
Liikuntasalit	1,7 %	5,6 %	<b>40,8 %</b>	22,4 %	29,3 %
Kuntosalit	4,6 %	14,9 %	29,3 %	18,4 %	<b>32,6 %</b>
Hiihtoladut	0 %	6,9 %	27,6 %	<b>51,2%</b>	14,4 %
Jäähalli	1,2 %	2,9 %	20,1 %	18,9 %	<b>56,9 %</b>
Luistinradat	2,9 %	8,6 %	33,9 %	14,9 %	<b>39,7 %</b>
Urheilukentät	4,6 %	11,5 %	28,2 %	11,5 %	<b>44,3 %</b>
Pallokentät	2,3 %	8,0 %	18,4 %	13,2 %	<b>58,1 %</b>
Ulkokuntoilualueet	4,0 %	15,5 %	<b>33,9 %</b>	24,1 %	22,4 %
Luonto/retkeilykohteet	0 %	5,8 %	40,2 %	<b>49,4 %</b>	4,6 %
Ohjattujen liikuntaryhmien tarjonta	6,3 %	16,7 %	20,7 %	10,3 %	<b>46,0 %</b>
Erityisliikunta	2,3 %	3,5 %	12,1 %	6,3 %	<b>75,9 %</b>
Liikuntatarjonnan laatu	3,5 %	6,9 %	36,8 %	14,4 %	<b>38,5 %</b>
Liikuntapalveluiden maksut	6,9 %	13,8 %	24,7 %	13,2 %	<b>41,4 %</b>
Liikuntapalveluista tiedottaminen	6,9 %	21,3 %	<b>39,7 %</b>	10,9 %	21,3 %
Omatoimisen liikunnan harrastamisen olosuhteet	1,7 %	12,1 %	<b>43,7 %</b>	17,8 %	24,7 %
Seurojen liikuntaolosuhteiden tukeminen	2,8 %	8,1 %	18,4 %	9,8 %	<b>60,9 %</b>

# Asiakastyytyväisyys ja viestintä

## Kokonaisytyytyväisyys liikuntapalveluihin

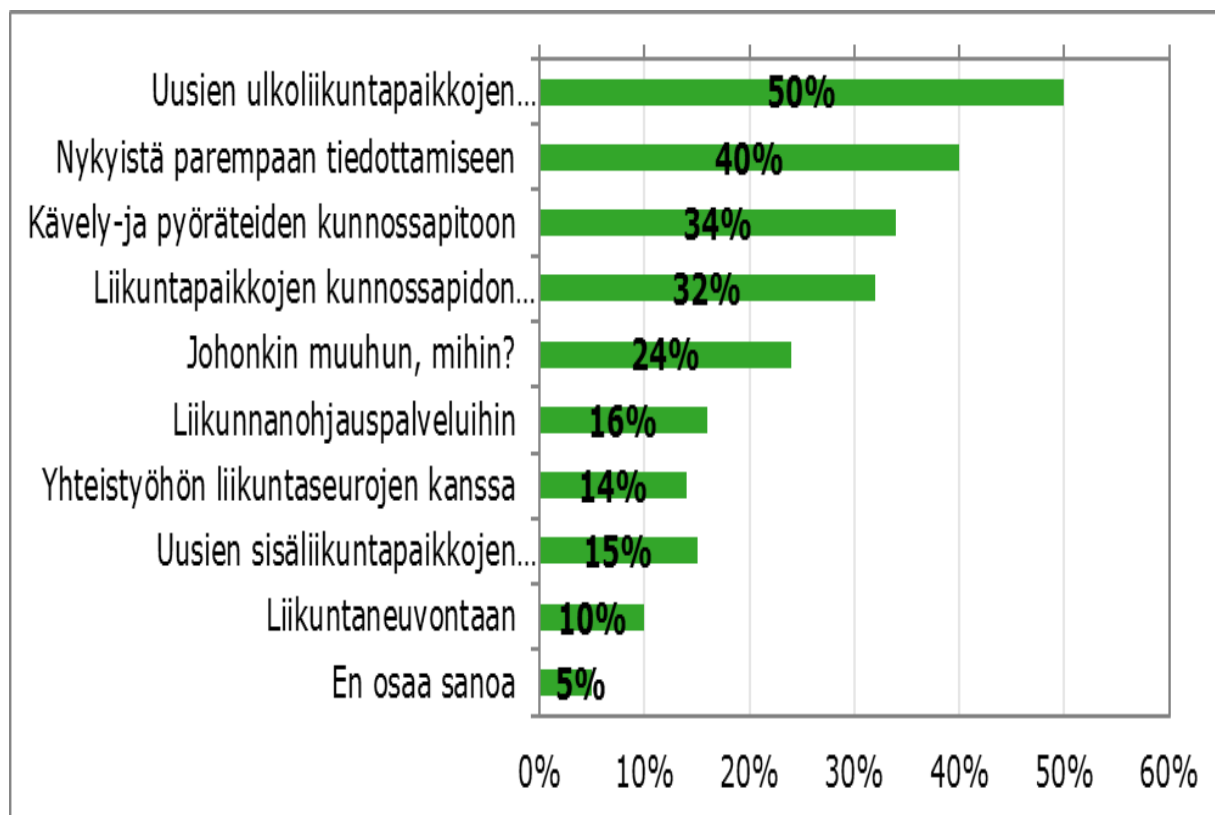


## Mistä haluaisit saada tietoa kunnan liikuntapalveluista?



# Kehittämiskohteita

**Mihin liikuntaan liittyviin asioihin Kontiolahtien kunnan tulisi panostaa nykyistä enemmän? Voit valita kolme vaihtoehtoa. Valittujen vastausten määrä 417.**



## Johonkin muuhun, mihin?

- "Liikuntapaikkojen nykyaikaistamiseen, jotta mahd. moni pääsisi liikkumaan, sekä tiedottaa kuntalaisille ohjeistuksia mitä/miten eri liikuntapaikoissa kuntalainen voisi tehdä, miten harrastaa liikuntaa, saatavilla olisi valmiita liikuntaohjelmia"
- Uimahallin rakentamiseen x10
- "Retkeilypolkujen kunnostamiseen ja niistä tiedottamiseen"
- "Kevyen liikenteen väylän rakentamiseen välille Jakokoski-Uuro, jotta olisi helpompi polkea pyörällä harrastamaan maalikylille"
- "Ryhmäliikuntaan"
- "Monipuolinen lajitarjonta lapsille/nuorille ja aikuisille"
- "Kunnolla merkattuja retkeily ja ulkoilureittejä lisää maastoon"
- "Kirkonkylälle porrastreenipaikka"
- "Ryhmäjumppien vetäminen kunnan toimesta myös syrjäkylille, kuntalaisille edulliset/ilmaiset kuntosalit jne"

# Kehittämistoiveita avoimista vastauksista:

- Luontoliikunta (reitit, polut, opastus ja tiedotus) 21 kpl
- Ulkokuntosaleja lisää/nykyisten kehittäminen 13kpl
- Kävely -ja pyörätiet (laajat verkostot ja talvikunnossapito) 13 kpl
- Sivukylien huomiointi 11 kpl
- Hinta, edullisempaa/ilmaista 10 kpl
- Lähiliikuntamahdollisuudet/leikkipuistot 8kpl

## **Mielikuvia tulevaisuuden liikuntakunnasta:**

"Luontoliikuntaan panostavana kuntana"

"Omatoimiseen liikkumiseen kannustava ja inspiroiva asuinympäristö"

"Paikkana, jossa joka puolella kuntaa olisi melko yhdenvertaiset liikuntamahdollisuudet"

"Hyvänä ja aktiivisena " Positiivisena edelläkävijänä"

