



Terve ja liikkuva Sastamala – terveitä elintapoja vahvistetaan koko kaupungin voimin!

Kaupungin eri toimialat ovat yhdistäneet voimansa ja vahvistavat perheiden terveellisiä elintapoja muun muassa seuraavilla arjessa näkyvillä toiminnoilla:

- Neuvolapalveluissa käytetään Neuvokas perhe (iloa, innostusta ja kannustusta elintapoihin) – menetelmää
- Sapere – ruokakasvatusmenetelmä on käytössä varhaiskasvatyüksiköissä
- Liikkuva koulu – toimintamalli liikuttaa koululaisia peruskoulun arjessa
- Oma valinta – hanke ohjaa nuoret itse vahvistamaan omia terveellisiä elintapojaan
- Perheliikuntaneuvolassa koko perhe saa liikuntapalveluilta ohjausta terveellisiin ja aktiivisiin elintapoihin liittyen
- Sastamalan Ruoka- ja Puhtauspalvelut Servi Oy tavoittelee lounasruualleen Sydänmerkkiä
- Nuorisopalveluissa nuorisotaloilla on myynnissä terveellisiä välipalavaihtoehtoja sekä nuoret itsekin pääsevät harjoittelemaan niiden kokkaamista
- Urheilu- ja liikuntaseurat auttavat vähävaraisia perheitä kausimaksuissa
- Sastamalan opistolla on käytössään lasten ja nuorten aktiivimaksu (43€), johon vanhempien elämäntilanteeseen liittyen (työttömyys, yksinhuoltajuus yms.) on mahdollista saada edullisempi lukukausihinta (15€).

Yhteistyö Seinäjoen kaupungin kanssa:

- Yksi Terveen ja liikkuvan Sastamalan merkittävimmistä yhteistyöulottuvuuksista on sitoumus Seinäjoen kaupungin Lihavuus laskuun – ohjelman pilottikunnaksi. Seinäjoki on saanut vuosille 2017-2018 Terveysten edistämisen määrärahaa, jota he käyttävät mm. ohjelmansa juurruttamiseen pilottikuntiin. Seinäjoella on tehty systemaattista, mediassakin vahvasti näkyvillä ollutta ylipainon vähentämiseen tähtäävää ja terveellisiin elintapoihin kannustavaa koko kaupungin yhteistyötä vuodesta 2013 lähtien. Päätäjillä on Seinäjoella käytettävissään ajantasaista tietoa tutkimuksista, tilastoista ja hyvistä käytännöistä, joihin he voivat pohjata vaikuttavat ja terveellisiä elintapoja vahvistavat päätöksensä.

- Meillä Sastamalassa on jo pitkät perinteet hyvälle monialaiselle toiminnalliselle yhteistyölle. Seinäjoen ohjelmassa on paljon sellaista, joka on jo meille jo tuttua ja osittain käytössä. Seuranta, arviointi ja raportointi ovat merkittävässä roolissa, jotta onnistumme tavoitteessamme. Yhteistyön tiivistäminen, hyväksi todettujen ja vaikuttavien käytänteiden juurruttaminen sekä positiivinen yhteistyö ja sen näkyväksi tekeminen kaikilla kaupungin toimialoilla ovat asioita, joita me voimme oppia Seinäjoelta.

Lisätiedot: perhepalvelukoordinaattori, Terve ja liikkuva Sastamala – yhteyshenkilö Pirita Rantanen, pirita.rantanen@sastamala.fi
0406376079, www.perhepalvelut.sastamala.fi